

Por Sonia Santoro

Dicen que este monje es capaz de proezas físicas increíbles. Dicen que su vida está llena de paz y felicidad. Que es el máximo representante del templo Shaolin en la actualidad. Y que guarda los tesoros de una cultura milenaria que se nutre del Budismo Chan, el Shaolin Kung Fu, la medicina tradicional y el arte de la caligrafía, entre otras disciplinas. Shi de Yang es su nombre y vino a Buenos Aires los primeros días de junio a transmitir parte de esa sabiduría, invitado por la escuela de disciplinas orientales Shaolin Quan Fa Guan Argentina.

Puede intimidar semejante currículum y lo logra además con su presencia, sentado detrás de una pequeña mesa rectangular, en un sencillo comedor de un PH del barrio de Villa Crespo. Desde esa mesa, no acortará distancia hasta el final de la entrevista.

Shi de Yang tiene un rostro tan liso y brillante que dan ganas de tocarlo para comprobar que es real. Su piel morena tiene apenas una fina línea para dividir su cara de una cabeza de armónica redondez, afeitada. Tiene una boca grande, cuyos labios parecen esculpidos, y una sonrisa de dientes parejos y lustrosos.

Cuando se le pregunta la edad dice "poco más de cuarenta". Hay que repreguntar para que diga 43. Será un entrevistado difícil, en un encuentro con preguntas largas y respuestas cortas, que dejarán a esta cronista un tanto perpleja. Por lo menos hasta que recuerde que Buda instauró la "transmisión sin palabras". La leyenda dice así: "Buda iba a dar una charla especial y miles de seguidores habían venido desde muchos kilómetros a la redonda. Cuando Buda apareció estaba agarrando una flor. Se sentó bajo un árbol. Pasaba el tiempo y no decía nada. Ni siquiera los miraba. Simplemente continuaba mirando la flor. Pasaron minutos, después horas y la gente comenzó a impacientarse hasta que Mahakashyap, quien no pudo aguantarse más, comenzó a reír. Buda le hizo una seña para que se acercara, le entregó la flor y les dijo a los presentes: 'Tengo el ojo de la verdadera enseñanza. Todo lo que se puede decir con palabras se lo he dicho, y aquello que no puede ser dicho con palabras, se lo doy a Mahakashyap. Con esta flor, le doy a Mahakashyap la llave de esta enseñanza'. Dicen que así comenzó la transmisión de la tradición del chan o zen (la forma japonesa, más difundida en Occidente).

Cómo se hace un maestro

Shi de Yang nació en el pueblo Taikan, provincia de Henan, en China. Tuvo una infancia como todos los chicos, dice, fue a la primaria y a la secundaria. Y después se decidió a ir al Templo Shaolin. Nadie de la familia había ido al templo ni lo influenciaron para elegir ese camino.

En ese momento, el Shaolin no era tan popular como ahora, tampoco tenía tanta difusión en el mundo entero como logró en los últimos años. De hecho él tuvo mucho que ver con eso: recorre Europa, Estados Unidos y Australia publicitando su práctica y además ha hablado y hecho

Shi de Yang, el maestro máximo del templo Shaolin

El gran saltamontes

Es el templo que hizo famoso la serie *Kung Fu*. Ahora, Shi de Yang recorre el mundo llevando sus enseñanzas. De paso por Buenos Aires, cuenta la historia del templo y la suya propia.



proezas en distintos medios internacionales. Sus videos se pueden ver en YouTube. Participó en documentales de Discovery Channel y fue estudiado por científicos en experimentos televisados que intentaron medir su fuerza y control de la energía interna.

Cuando todavía no tenía mucha idea de que se convertiría casi en una estrella mundial, Shi de Yang escuchó hablar a algunos ancianos sobre el templo y, dice, supo que era para él. Allí fue.

Shaolin es una escuela especial donde se aprende cultura del arte marcial kung fu y zen. "Y lo más importante: es para aprender

milia de origen, pero no formarán una propia, no tendrán pareja ni hijos, entre otras cosas, pero sobre todo que su objetivo sería buscar la felicidad.

Shi de Yang dice que la vida para los monjes y aspirantes es igual a la de la gente común. Se levantan a las cinco de la mañana, y ahora que están entrando al verano, aún más temprano, a las cuatro y media. Apenas despiertos, practican kung fu. Luego van a la sala principal a recitar sutras budistas (las enseñanzas que dejó Buda y escribieron sus discípulos). Recitar es una rutina de todos los días del año, durante una hora. Luego recién se desayuna.

Shaolin es una escuela especial donde se aprende cultura del arte marcial kung fu y zen. "Es para aprender a vivir feliz", dice.

a vivir feliz", dice.

¿Shi de Yang es modesto? Dice que no se considera maestro porque sigue aprendiendo constantemente. Su formación lleva 27 años, desde que entró al templo no dejó de educarse. Tuvo un maestro, Shi Suxi, que murió en 2006, que fue un líder espiritual tradicional del templo y de Shi de Yang. Aun después de muerto, sigue siendo referente en su vida, dice.

Vivir en un templo

Hoy en el Templo Shaolin viven unos 500 varones y 100 mujeres. Al entrar decidieron que seguirían en contacto con su fa-

llo, de la Escuela Shaolin Quan Fa Guan argentina.

—¿Cuál es la relación entre zen y el kung fu?

—Zen es tranquilo, inmóvil. Sentarse, meditar, tomar un té es zen. A partir de esa tranquilidad surge energía. Al experimentar esto muchas horas, el cuerpo necesita ejercicios, por eso los monjes después de meditar hacen kung fu.

—¿Así se logra la armonía entre mente y cuerpo?

—Primero hay que saber la historia de Shaolin, que tiene más de 1500 años. Al principio en Shaolin había sólo meditación estática, zen, y de a poco surgió la parte de movimiento con el kung fu, para descansar de la meditación, y luego fueron desarrollándose distintos tipos de kung fu. Después del kung fu uno se cansa y luego, si se vuelve a meditar, se siente alivio, se siente muy bien la meditación. Es un círculo.

—¿Y cómo entra la medicina china en esa relación?

—A veces sucede que uno se lastima en la práctica de kung fu o puede enfermarse —Shi de Yang hace como si se quebrara un brazo, luego se agarra el estómago. Parece un actor—. Todos los antepasados de Shaolin intentaron solucionar los problemas de salud a través de la medicina.

—¿Cómo es la alimentación?

—Mis comidas son las más simples posibles. En todo el budismo de zona china y Taiwan son vegetarianos. Su objetivo es vivir sencillos.

—Ser simple, en el comer, en el hablar, en el vivir —agrega Melillo.

A veces, Shi de Yang dice cosas tan simples, que es difícil de entender.

Recuerda a una historia zen en la que un discípulo pregunta:

—Todos los días nos vestimos y comemos, ¿cómo podemos dejar de vestimos y de comer?

El maestro responde:

—Nos vestimos, comemos.

—No comprendo.

—Si no comprendes, vístete y come.

Shaolin ilumina

Cuando se le pregunta cómo transmite la cultura shaolin en consejos para no iniciados, Shi explica que sería agrandarse decir que él puede hacer eso. "La práctica de shaolin ayuda a promocionar la salud, la felicidad y la armonía en la familia", concede luego.

—¿Cómo llega esta cultura a una sociedad centrada en el consumo?

—La tendencia del mundo es así, pero en la vida cotidiana vamos a lograr el objetivo de transmitir cultura de shaolin. Admitimos la importancia de la riqueza material pero después de buscar esos recursos, podemos también dar energía y tiempo a practicar kung fu, que nos va a ayudar a vivir mejor.

Al final dice que cualquier deporte o disciplina corporal, incluso un estiramiento en la oficina, puede ayudar a la salud: "Aun sin tiempo, en la silla puede sentarse, meditar y recuperar energía. Si cada uno está conectado con su energía y su salud, la sociedad está en paz".

Todo lo dice detrás de esta pequeña mesa, donde ahora han servido unas masas y tortas caseras, para acompañar un suave té, en unas tazas chinas con delicadas flores celestes.

Shi de Yang lleva una túnica ocre sin ninguna arruga sobre un pantalón gris, su ropa habitual. Tiene entre sus manos un nianztu de cristal violeta. Es una especie de rosario, que sirve como canal para transmitir energía entre el cielo y la tierra. Tiene 108 cuentas, un número de bendición.

—¿Cuál es el número de bendición o suerte acá? —se anima a preguntar, ya más relajado.

—El siete? ¿El nueve? Nadie sabe.

—¿Para qué sirve el nianztu?

—La gente moderna tiene calculadora, los de la época de Buda tenemos esto como calculadora. Esta es su función —dice entre risas suyas y del mínimo público presente.

Luego continúa:

—Se usa para rezar, repetir sutras. Yo siempre me pierdo en las cuentas, pero Buda va a saber.

—Pero acá no estaba meditando...

—Es como un amuleto también —dice con franca sonrisa—, es una protección. Forma parte de la vida.

Ya en el final, Shi de Yang hace otro gesto. Saca un brazalete con cuentas de madera, que cumple la misma función, y se lo entrega a esta cronista.

—Recitar (rezar) da tranquilidad.

Esta pulsera tiene quince cuentas. En la primera está escrito "Shaolin ilumina", en la segunda está dibujado el Buda y en la tercera el símbolo Bodhidharma, quien introdujo el budismo a China. Luego, las cuentas se repiten. Todo vuelve a empezar.