

Juan Gorostidi. *Tai chi chuan eskola* 22 años después

# Construir un laboratorio

*Tai Chi Chuan eskola comenzó en 1991. Aprovechamos el paréntesis de las obras de la instalación del ascensor y la remodelación que ha supuesto para hablar de su inicio y su recorrido, para hacer cierto balance de estos 22 años. ¿A qué impulso obedeció el arranque de la escuela?*

Aunque algo en nosotros tiende a mirar las cosas por su valor sustancial: “el taichi es lo que es, etc.”, lo cierto es que tampoco éste puede entenderse fuera de la historia y de nuestras circunstancias particulares. El inicio de la última década del pasado siglo es, para muchos, el inicio del nuevo siglo, tras la caída del muro y la implosión de los regímenes del Este europeo. Es una década caracterizada por cierto alivio: las guerras totales que marcaron décadas se acaban y se abre un interrogante, unas expectativas ante el futuro. La novedad consiste en la relevancia de ese interrogante, de esa apertura a algo desconocido, que se formula como “fin de la Historia”, etc. Somos los hijos de los que vivieron y sobrevivieron a las últimas grandes guerras en Europa, pero que habían vivido su primera juventud en “aires de guerra” pues tampoco la *guerra fría* permitía ser neutral a los frentes abiertos y, tras el 68, una de las ideas más presentes en muchos se refería a *lo alternativo*. En las últimas décadas del pasado siglo la juventud buscaba y creaba alternativas: la ecuación *capitalismo vs. comunismo* se pretendía superable y se buscaban otras vías. Se pretendían alternativas en todos los ámbitos cotidianos: la producción y el trabajo, la familia, la escuela, la sanidad, el arte... Se mezclaba la rebeldía frente al mundo de los mayores

propio de la juventud, con una imperiosa necesidad en algunos de crear laboratorios de experimentación de nuevas fórmulas. Es en ese marco donde se produce la apertura a disciplinas orientales que, a priori, implicaban otros enfoques vitales...

*Los que se acercaban al taichi en los 80 y 90, ¿pensaban realmente en estas cosas?*

De diversas maneras, sin duda. Lo significativo es que fueron aquellos impulsos los que llevaron a algunos a embarcarse en experiencias que implicaban riesgos y rupturas, y que no se pueden valorar como simples “viajes” o *procesos curriculares*, desde la óptica de los modelos de formación hoy vigentes. Mirado desde este momento, me parece significativo que uno rompía con la familia o con el modelo vigente de formación; se iba al campo, sustituía la universidad por la fábrica o viajaba a Oriente no sólo como una “opción personal”, sino sintiéndose parte de un proceso colectivo que pretendía incorporar estos movimientos en algo de mayor entidad.

---

**“Se trataba de construir un laboratorio donde experimentar otras formas de tratar con cuestiones fundamentales: cuerpo, agresión, espacialidad, silencio...”**

---

*Y en lo que nos incumbe, una escuela de taichi en Donostia en 1991...*

Será suficiente subrayar que lo que alguien, a posteriori, haya podido valorar como una apuesta atrevida y exitosa en la oferta del *fitness* ignoraba, en realidad, leyes de modas y mercado, y surgía directamente de los impulsos que hemos comentado: se trataba de construir un laboratorio donde experimentar otras formas de tratar con cuestiones fundamentales: cuerpo, agresión, espacialidad, silencio... La mayoría de los primeros alumnos que acudieron a *Tai Chi Chuan eskola* rondaban la treintena y, entre ellos, abundaban maestros y profesores, trabajadores de la salud en sentido amplio, desde psicólogos a médicos, y profesionales liberales. Gentes que no llevaban demasiado tiempo trabajando y querían incorporar a su cotidianeidad ciertas rutinas que no se ofrecían en los ámbitos habituales.



*Y lo que se ofrece tiene un nombre: Tai Chi Chuan...*

Sí, un nombre que permitía todo eso pues aún no estaba colonizado por el *producto* en que, inevitablemente, ha devenido posteriormente. Si miras la revista que sirvió de lanzamiento a la escuela en 1991, aparecen en ella cuatro artículos de otros tantos referentes en sus materias: Tew Bunnag, José Luis Paniagua, Yves Requena y Dhiravamsa. Estaban siendo referentes en mi formación entonces pero, lo más importante es que suponían puertas de acceso a la experimentación solvente con los asuntos de nuestro laboratorio en determinadas condiciones: Tew era un maestro formado tanto en su Tailandia natal como en Inglaterra y resumía nuestro enfoque; Paniagua, un bioquímico que había formulado por primera vez en castellano, desde el interior de disciplinas marciales, conceptos como *qi* y agresión en lenguaje psicodinámico occidental y dirigía el TEAM, *Taller Experimental de Artes Marciales*, en Madrid; Requena se ofrecía como intérprete de la medicina china tradicional en el ámbito de los ejercicios de chi kung/ qi gong; y Dhiravamsa era un maestro de meditación vipassana atípico que había colaborado con psicoterapeutas de renombre en Inglaterra y EE UU.

*Has dicho “determinadas condiciones”, ¿a qué te refieres?*

No se trataba de montar ninguna franquicia de productos orientales de fitness o *nueva espiritualidad*, tal como estaban en marcha en Norteamérica desde hacía décadas. Si algo tenían en común los nombres a los que me he referido, era su capacidad de traducción: cada uno a su manera, estaba implicado en construir puentes y en situarse en ambos lados de los mismos. Los puentes son lugares de tránsito que transforman a los habitantes de uno y otro lado, siempre que éstos se atrevan a cruzarlos. Aquí nunca se ha tratado de *convertirnos* en algo: “fans”, *fanáticos* del taichi o de ejercicios alquímicos taoístas, nuevos budistas o portadores de algún exótico secreto. Hemos querido experimentar con taichi, qi gong o técnicas marciales en la medida en que permitían una nueva ubicación en el cuerpo, el contacto agresivo o el silencio. El enfoque es radicalmente distinto a aquél que considera estas disciplinas como un bien y un fin por sí mismas, y cualquier otra reflexión la vive necesariamente como una interferencia en lograr su excelencia. No digamos de aquél que las usa en base a estudios de mercado y demanda de nuevas técnicas de fitness. Ambos modelos –la pretendida profundidad del virtuoso y la superficialidad del consumidor– se defienden de los cuestionamientos implícitos de quien se sabe en otro lugar, distinto de quienes diseñaron dichas disciplinas, por ejemplo, y está dispuesto a una verdadera experimentación, una apertura a variables no previstas. En un laboratorio se aprecian los resultados y se alteran las condiciones cuando éstas no conducen a los descubrimientos buscados, algo que no se plantea cuando uno presupone los resultados de antemano, cosa que ocurre cuando el sistema o la técnica se consideran un bien en sí mismos: “más de lo mismo” se traduce ahí siempre como “mejor”; el virtuosismo en la técnica es la medida de la excelencia... Es fácil de desplazar la analogía al terreno del arte: el artista no es el que mejor domina

un instrumento o una técnica; el artista siempre es un intérprete que media entre realidades manifiestas y no manifiestas y que, en su trabajo, explora nuevos territorios, nuevas *interpretaciones*.

*Pero el taichi (y el qi gong, etc.) no deja de ser una forma de gimnasia entre otras muchas, que ofrecéis por horas a cambio de unas tarifas ¿cómo caben estas consideraciones en ese marco?*

La denominación “escuela” nos permite movernos con cierta ambigüedad. Por un lado se oferta un aprendizaje, unos ejercicios provechosos en sí mismos. Quien accede a ellos no tiene por qué pretender nada distinto de su provecho inmediato. Pero, al mismo tiempo, todo aprendizaje, planteado en determinadas condiciones, puede permitir cambios de perspectiva, eso que a veces se formula cuando decimos “la música –o el cine, o la montaña...– me ha cambiado la vida”. Ofrecer unas clases permite sostener el laboratorio, su autonomía. A cambio, quien se acerca tiene acceso a su experimentación...

---

**“Una práctica que nos conduce a paradojas imposibles de resolver en el terreno físico, que apenas puede salir de lo cuantitativo y la mecánica”**

---



*Concretando un poco más: has usado los términos de fitness y gimnasia, ¿cuál es vuestra especificidad?*

“Hacer ejercicio” o “cuidar el cuerpo” no es algo dado y temporalmente invariable que sólo depende de especificidades culturales o geográficas. El cuerpo es algo objetivo, pero su naturaleza se transforma en el tiempo. A veces, en una sola generación se produce una ruptura notable, como en el caso de muchos de nosotros, hijos de campesinos y hoy habitantes de una sociedad posindustrial. El cuerpo siempre ha determinado la condición humana pero apenas nos habíamos diferenciado de él hasta tiempos recientes. Cada vez más, el cuerpo es un “objeto” sobre el que intervenir... con lo que entramos en asuntos tan delicados como la biotecnología; algo que tiene su vigencia en la relación con el objeto-cuerpo y su cuidado. Comenzando por que mi padre nunca se planteó hacer ningún ejercicio hasta que una lesión grave le llevó a una fisioterapia de mantenimiento y hoy la práctica deportiva se ha convertido en una especie de religión civil y deber ciudadano. Hoy es inevitable *atender* al cuerpo, y nos acercamos a él, tratamos de domarlo, convertido en campo de batalla de múltiples fantasías (de belleza, de juventud, de poder...), de las que apenas podemos distanciarnos. En este contexto, la práctica del taichi es sumamente instructiva pues constantemente nos conduce a paradojas imposibles de resolver en el terreno físico, que apenas puede salir de lo cuantitativo y la mecánica: su idea de relajación es activa y elástica, y requiere la difícil confluencia de todas sus partes, así que constantemente nos muestra los precios que hemos de pagar por los desarrollos de lo humano en otros ámbitos: cuál es el precio de nuestras formas de vida, pero también el precio de ser seres con una autonomía para el sentimiento, el deseo o el pensamiento. Sin un buen contacto con el cuerpo en movimiento y quietud, en distintos ritmos, en soledad o en relación física con otros, los ejercicios que el taichi nos propone resultan intratables por lo que el aprendizaje resulta un desafío que puede dirigirse a su dominio –la doma de la que hablábamos o el logro de cierto virtuosismo en determinadas destrezas– o utilizado como campo de observación y traducción en la dificultad –imposibilidad, en términos absolutos– de *ser* cuerpo. Suelo comentar que ni el más dotado de los “artistas marciales” podrá competir jamás en gracia y economía con un simple gato callejero. El espacio de esa distancia es nuestro campo de exploración.

*Has mencionado el contacto agresivo, la marcialidad... ¿qué hay o qué queda de todo eso en el taichi?*

Que “agredir” signifique, etimológicamente, “entrar en contacto” nos pone sobre la pista de que no es posible un contacto sin cierto modo de *agresión*. Pero, al mismo tiempo, no podemos ignorar que poco o nada tenemos que ver con los guerreros feudales que desarrollaron estos sistemas. Considerando que el contacto físico hoy, incluso un contacto con la materia física, aun no humana, apenas se produce más que en deportes competitivos y en el terreno erótico, estamos ante una carencia fundamental, ya que todo nuestro aprendizaje psicomotriz proviene del contacto psico-físico. Nosotros elegimos una modalidad de contacto, el “agresivo”,

intentado crear un marco que descarte la destructividad, nos proponemos ejercicios que son en sí mismos competitivos y tratamos de evitar la competitividad... Esto nos conduce a la exploración del uso de la fuerza física o la capacidad de absorción pero, en particular, a la conciencia del espacio, del propio “campo” y su invasión. Hay un leguaje y un bagaje de técnicas que permiten esa exploración y que tratamos de utilizar en nuestra particular situación individual y grupal.

*¿Se refieren a eso las “artes marciales”?*

“Arte marcial” se ha convertido en un término fetiche que se usa con distintos significados contradictorios entre sí, para dar una pátina honorable o exótica a entrenamientos de autodefensa, de grupos parapoliciales o de acróbatas del kung fu. Algunas fantasías masculinas de poder e invulnerabilidad –las menos sofisticadas quizá– buscan aún su realización a veces en fuentes guerreras exóticas. Aunque algunas corrientes feministas extremas simpatizan con estos modales, la presencia femenina en nuestros grupos modula estas tendencias. Otra vez las paradojas: agresión en un marco protegido y no competitivo; relajación elástica como condición de economía marcial o presencia femenina en campos tradicionalmente masculinos...

---

## **“Elegimos una modalidad de contacto, el ‘agresivo’, intentando crear un marco que descarte la destructividad”**

---

*Se podría de decir que, si en algún ámbito el taichi y el qi gong han encontrado legitimidad y prestigio es en el ámbito de la salud. Numerosos estudios clínicos prueban su eficacia como prevención y mejora de condiciones vitales en ancianos y enfermos de Parkinson, por ejemplo...*

El término “salud” abarca un territorio variable y cada vez más amplio en nuestras sociedades, hasta el punto de ser la única “Buena Nueva” que hoy es proclamada sin apenas cuestionamiento. Sin duda, los ejercicios que practicamos son un buen entrenamiento físico que utiliza recursos simples pero muy eficaces que otros sistemas ignoran. La sensibilidad por la economía postural, la relajación activa o la interconexión de los distintos planos motrices permite ir mucho más allá que las tradicionales tablas de estiramiento, movilización y tonificación occidentales. Con todo, no es éste el fuerte de nuestro entrenamiento ni el *tema* del laboratorio que planteábamos. En términos generales, el aspecto saludable no está tanto en las anteriores cuestiones obvias sino, precisamente, en el campo de exploración que genera con su propio lenguaje, sus formas de contacto, etc. No

es esto lo que suele ser explicado cuando los maestros orientales hablan de “aplicación del entrenamiento hacia objetivos de salud o hacia objetivos marciales” como opciones disyuntivas. Lo más saludable en profundidad del entrenamiento reside precisamente en sus aspectos marciales, en la exploración espacial, etc. Dando un paso más, nos encontramos con aquella advertencia de Ivan Illich que, después de publicar en 1975 *Némesis médica*, una crítica radical del sistema sanitario de las sociedades industriales y de sus efectos *iatrogénicos* o generadores de enfermedad, matizaba doce años después que “la búsqueda de la salud perfecta se ha convertido en el factor patógeno dominante”. ¿Es suficiente cuidar de nosotros compensando una vida sedentaria y evitar en lo posible los efectos de la edad? Si entramos en una relación con lo corporal como *campo* de exploración, es la relación con todo nuestro ser lo que se despliega...

---

## “Los ejercicios de qi gong, permiten un contacto intuitivo pero tangible con este ‘ámbito intermedio’ [emocional]”

---

*Los chinos, y los orientales en general, hablan de energía, de qi, y esa suele ser la fórmula sutil para referirse a su particular concepción de salud...*

“Qi” se traduce como “energía” por el auge de este concepto en Europa a partir del siglo XVIII a causa del boom del magnetismo o el descubrimiento de las aplicaciones de la electricidad y otras formas de *energía*. No es exactamente a lo que se refieren los antiguos chinos cuando hablan de *qi*. Para mí, la traducción interesante enlaza con el descubrimiento de la psicología profunda de “la autonomía del ámbito emocional”, un nivel intermedio entre lo que hasta entonces se asignaba como “cuerpo” en oposición al “alma”, el “espíritu”, etc. Nuestra relación con el cuerpo está determinada por esta dicotomía que la emergencia de lo emocional trastoca. Este tercer ámbito es un ámbito de mediación, nos permite traducir lo físico y lo mental en términos no estrictamente sensitivos o simbólicos: cercanos a ambos pero sin la dicotomía habitual. Ahí reside el interés más profundo de los ejercicios de qi gong, más allá de sus efectos “saludables” para éste o aquel órgano o función: permiten un contacto intuitivo pero tangible con este “ámbito intermedio”.

*En la escuela se practica también la meditación...*

Una práctica asociada, tanto en Oriente como en Occidente, a la vida monástica, a esas “reservas espirituales” que las civilizaciones han construido para salvaguardar algo —como especies en peligro de extinción en las reservas naturales o las etnias desplazadas de sus entornos

originales—. Hoy tiene cierto prestigio por su eficacia para regular el estrés; al fitness que todo buen ciudadano debe practicar, se añade el *wellness*... Su asociación al turismo de lujo, las “técnicas de felicidad” y “la vuelta de lo religioso” en los tiempos que corren la deslizan a un terreno abonado para la parodia o el sarcasmo. Pero más allá de todo esto, se trata de propuestas radicales que nos confrontan con la naturaleza de la mente, esto es, la brecha en la que se asienta la condición humana que se nos pone al descubierto en cuanto pretendemos concentrar la atención en algo que no sea estrictamente instrumental. Se podría resumir afirmando que lo que subyace al enfoque de las prácticas de la escuela es su dimensión meditativa.

*Todo parece apuntar a que la moda del taichi y sus técnicas asociadas ha pasado, ¿cómo sobrevive a estos vaivenes?*

Creo que es bueno que haya pasado el boom de hace diez o quince años. Aquel éxito fue un fenómeno que tiene que ver con las oleadas que se inician en las costas del Pacífico norte y llegan hasta Europa con efectos amortiguados. Estuvimos a punto de “morir de éxito” porque los temas que el taichi propone no pueden tratarse con la frivolidad que los mismos “maestros” orientales y sus acólitos, más o menos deliberadamente inconscientes de lo que se traían entre manos, estaban dispuestos a asumir. Si las “alternativas” que ellos nos proponían eran de marca comercial, éstas vienen y van, pronto se desvanecen. La exploración de los temas y el tratamiento específico en el marco del taichi siguen obviamente vigentes, a la espera de que nuevas generaciones encuentren en ellas campos de experimentación interesantes. La gratificación inmediata se ve rápidamente frustrada en un campo en el que uno se ve empujado a tratar con sus propios límites e invitado a dar un paso adelante. Y en ello estaremos implicados mientras podamos.

Donostia, invierno de 2013

[www.taichichuaneskola.com](http://www.taichichuaneskola.com)

