



ARRIBA: LU ZHENGDUO  
LANZÁNDOSE EN UN EJERCICIO  
CON LA ESPADA QINGPING, A  
MEDIADOS DE LOS AÑOS 60.

*Todas las fotografías  
son cortesía de Lu Junhai  
excepto cuando  
se especifique lo contrario.*

---

### Resumen

El siguiente análisis de la espada china recta clásica (*jian*) estudia el excepcional sistema de espada recta Qingping. El estudio combina la investigación sobre fuentes chinas e inglesas con una entrevista reveladora (dirigida por los antiguos discípulos americanos de Qingping, Reza Momenan y Hon Lee) con Lu Junhai, el gran maestro de este extraordinario sistema de espada. El autor presenta el sistema Qingping como quizá el único sistema chino de espada conocido y completo superviviente de la era pre-republicana China (1911-1949).

---

---

# LA ESPADA RECTA QINGPING

## ¿EL ÚLTIMO SISTEMA CHINO DE ESPADA VIVO?

STEPHAN BERWICK

TRADUCCIONES DE CHRIS HSU & DONG XUNYIN



### Introducción

La cultura china de la espada está muy idealizada, pero como un arte marcial completo apenas se hace notar hoy en día. La esgrima tradicional china quizás puede verse como una disciplina marcial al borde de la extinción. A pesar de que las artes marciales chinas contemporáneas enseñan el uso de la espada, el manejo de la espada china hoy en día se basa generalmente en la especialización del practicante en una rutina única de espada dentro de un sistema marcial global. Los elementos de la esgrima china sobreviven en las formas individuales que, aunque son inspiradoras, parecen incompletas.

Hoy en día, las rutinas de espada recta que mantienen las características de un sistema marcial completo están donde encuentra refugio el manejo de espada tradicional chino. Pero, ¿hay algo más que esto? ¿Son los sistemas completos de espada la base de la bien documentada, aunque raramente vista, antigua cultura China de la espada? La respuesta descansa en el arte de la Espada Recta del Nenúfar Verde (*Qingping Jian*), un extraño sistema de espada recta conservado por unos pocos y que preserva extraordinariamente unos altos niveles de técnica, conceptos, y ethos de la espada representativos del manejo de espada chino clásico, y todo ello en un sistema único y comprensivo que evoca antiguos métodos chinos de espada.

### Esgrima china: Sistemas vs. Formas

Los sistemas chinos de espada, en contraste con las formas individuales de espada, parecen ser un eslabón perdido en la historia de la esgrima china. La espada recta no ha sido utilizada como arma en el campo de batalla desde la dinastía Jin (265-420 d.C.) y, como resultado, se han perdido muchas de las antiguas habilidades en el manejo de la espada. Pero el uso de la espada recta como arma para la autodefensa fue revivido más adelante a finales de la dinastía Ming (1368-1644 d.C.) y principios de la dinastía Qing (1644-1911 d.C.) (Jones, 2005). Puesto que las dinastías Ming y Qing son consideradas la Edad Dorada de las artes marciales en China, la variedad de formas de espada recta que brotaron de los sistemas marciales globales excedieron en un amplio número a los sistemas únicamente de espada. Hoy en día esto sigue siendo evidente; la habilidad con la espada recta se limita abrumadoramente a la práctica de rutinas individuales que forman parte del currículo de las escuelas de artes marciales. El predominio de las formas supervivientes sobre los sistemas puede deberse a las tendencias sociales y políticas de la época.

---

Aunque los estetas Ming tenían bastante que decir sobre las espadas como una forma de arte, existen, sin embargo, pocas evidencias que muestren que dicha apreciación permaneciese fiable durante la dinastía Qing. Una posible explicación podría ser que los gustos de la élite cultural china tendieron a reducirse a medida que pasaban los siglos, llegando a estar más preocupados de los detalles arcanos de unos pocos, enamorados de las principales formas de arte tales como la pintura, la porcelana y el jade. Puede dibujarse un paralelismo con la decadencia de la tradición del mueble durante el final de la dinastía Qing. Finalmente, tenemos que advertir la influencia de los valores confucianos, que tendieron a denigrar los aspectos militares a favor de los intereses literarios. Durante la transición al dominio Manchú, también pudo haber sido una opción pragmática para los eruditos el no mostrar demasiado interés por las armas.

~Tom, 1998

Quizá la madurez china como puesto avanzado cultural estimuló un menor énfasis en las artes marciales más allá de su utilización directa en el ámbito militar. La enciclopedia clásica de finales de la dinastía Ming, *Wubeizhi*, presta relativamente poca atención a las armas de filo, a pesar de que éstas eran un soporte principal de los arsenales del imperio. Puede que la tecnología de la espada estuviese tan bien establecida por aquellos cuyo trabajo era dominarla, que difícilmente se garantizase la elaboración de libros sobre la misma (Tom, 1998). Además, el dominio de los eruditos confucianos que no eran artistas marciales –y que estaban inmensamente más educados que la mayoría de éstos- también podría explicar por qué históricamente se publicaron pocas obras marciales durante la historia imperial china (Kennedy & Guo, 2005: 35), una historia en la que abunda el desarrollo de las artes marciales. En un ambiente donde la erudición estaba dominada por los civiles, los aspectos más filosóficos de las artes marciales, especialmente la práctica de la espada recta, comenzaron a apoyarse en la población civil.

La jian ha llegado a significar justicia, caballería, integridad, nobleza, pureza, gentileza y sabiduría. Puesto que también se considera un talismán sagrado y mágico capaz de exorcizar al demonio, la jian se ha utilizado históricamente en ceremonias religiosas y ha sido alabada en leyendas, poemas y canciones. Algunos incluso consideran la jian como una amante, consagrando sus vidas a su práctica. Tradicionalmente, siempre se llama a la jian *bao jian* (espada preciosa), y su práctica es una de las cinco disciplinas especiales que se cree construyen el carácter a través del desarrollo de la integridad moral, la nobleza de la mente, la sensibilidad emocional y el bienestar físico.

~Robinson, 2006b

Parece que, a medida que emergió el ideal filosófico distintivo de la espada recta, los manuales técnicos escritos dedicados o inclusivos de la técnica de la espada recta no se produjeron extensamente, en comparación con otras disciplinas marciales chinas. Pero con la evidencia de los primeros escritos sobre armas de filo, el clima político anterior al hundimiento del período dinástico chino sugiere que se realizaron intentos para desenfatar la promoción de las artes marciales. La minoría Manchú dominante que formó la última dinastía de China (Qing) es a menudo culpada por ocultar todos los escritos sobre materias militares por miedo a la insurgencia de la mayoría Han china.

La escasez de material de referencia no ha sido siempre el caso de China. Un estudio de los tratados técnicos y artísticos revela un número considerable de trabajos que tratan sobre espadas de acero, publicados tan tempranamente como en el s. IV [d.C.]. (Existe igualmente una impresionante cantidad de material que trata sobre las primeras armas de bronce). Sin embargo, la publicación de tales trabajos disminuyó bruscamente después de la caída de la dinastía Ming en 1644. No se sabe con seguridad por qué hay una relativa escasez de material escrito de referencia sobre espadas durante la dinastía Qing, la última

---

dinastía imperial, que se desmoronó en el 1911. Lo que es interesante, sin embargo, sobre los libros militares publicados durante la dinastía Qing, es que tratan de forma invariable sobre armas de fuego, artillería y armas explosivas. Estos textos datan principalmente de mediados del s. XIX, cuando el imperio estaba atormentado por la rebelión.

~Tom, 1998

Sin embargo, las formas individuales de espada, técnicamente más densas, de varias artes marciales chinas, parecen estar enraizadas en requerimientos y entrenamientos técnicos indicativos de un entrenamiento más sistemático, como se evidencia en la espada Qingping y quizá en otros registros conocidos de sistemas de espada autónomos. Durante la dinastía Ming, un libro titulado *Registro de Armas*, publicado en los últimos años de la dinastía, destaca el trabajo de la espada a dos manos sin incluirlo en un sistema marcial específico (global). Era simplemente una recopilación de técnicas que el autor/compilador militar encontró eran útiles en el campo de batalla (Kennedy, 2007). También es destacable el famoso manual del General Qi Jiguang, el muy influyente *32 Cánones de Boxeo*, publicado a mediados del s. XVI, que incluía las técnicas con y sin armas preferidas del General Qi extraídas de los sistemas marciales populares de su época.

Durante la más reciente era republicana (1911-1949), se publicaron un abundante número de libros de artes marciales, basados en gran medida en trabajos mucho anteriores (Kennedy & Guo, 2005: 115). A medida que se extendía la alfabetización, en medio de un movimiento para promover las artes marciales como medios de salud y autodefensa, muchos artistas marciales escribieron libros que aún hoy tienen mucha influencia. Pero el conocimiento preciso sobre las artes de espada era aún poco frecuente. Una excepción es el trabajo de Huang Yuanxiou y Li Jinglin, titulado *Los Puntos Principales de la Espada Wudang*. Aunque llamada espada Wudang, el término fue una creación de Li y no tenía conexión con un sistema marcial pre-existente y global (Kennedy, 2007). Así como muchas de las mejores formas de arte tradicional, se sabía que existía el conocimiento profundo de la espada recta, pero era transmitido desigualmente por fuentes dudosas.

La Revolución Cultural (1966-1969), que mutiló la sociedad china durante los años 60, también es culpada de la escasez de registros sobre los sistemas de espada. Este período obligó a la juventud a atacar todo aquello que era considerado viejo y burgués, para construir aparentemente una nueva China saneada de las antiguas tradiciones, supersticiones, y cualquier conocimiento, arte o disciplina que sonase a antiguo. Por esta razón, el gobierno comunista chino se embarcó en una limpieza social y cultural que causó la destrucción general de libros, registros y artefactos antiguos, a la vez que atacaba a la gente que apoyaba el conocimiento y la cultura tradicional. Los artistas marciales se encontraban entre esos objetivos. Como tal, la Revolución Cultural causó la destrucción de libros de artes marciales, registros y armas antiguas, forzando a la comunidad de artistas marciales tradicionales a refugiarse en la clandestinidad y a confiar en la transmisión oral de sus artes. Cuando China comenzó a recuperarse de la confusión, el gobierno rehabilitó las artes marciales como herramientas para la salud y el bienestar, tomando el testigo dejado por el primer gobierno republicano chino en la promoción y estandarización de las artes marciales tradicionales. Este segundo esfuerzo apoyó exitosamente a las artes marciales como una de las primeras tradiciones antiguas en ser recuperadas y promovidas en la China moderna.

### **Redescubrimiento del Sistema de Espada Qingping**

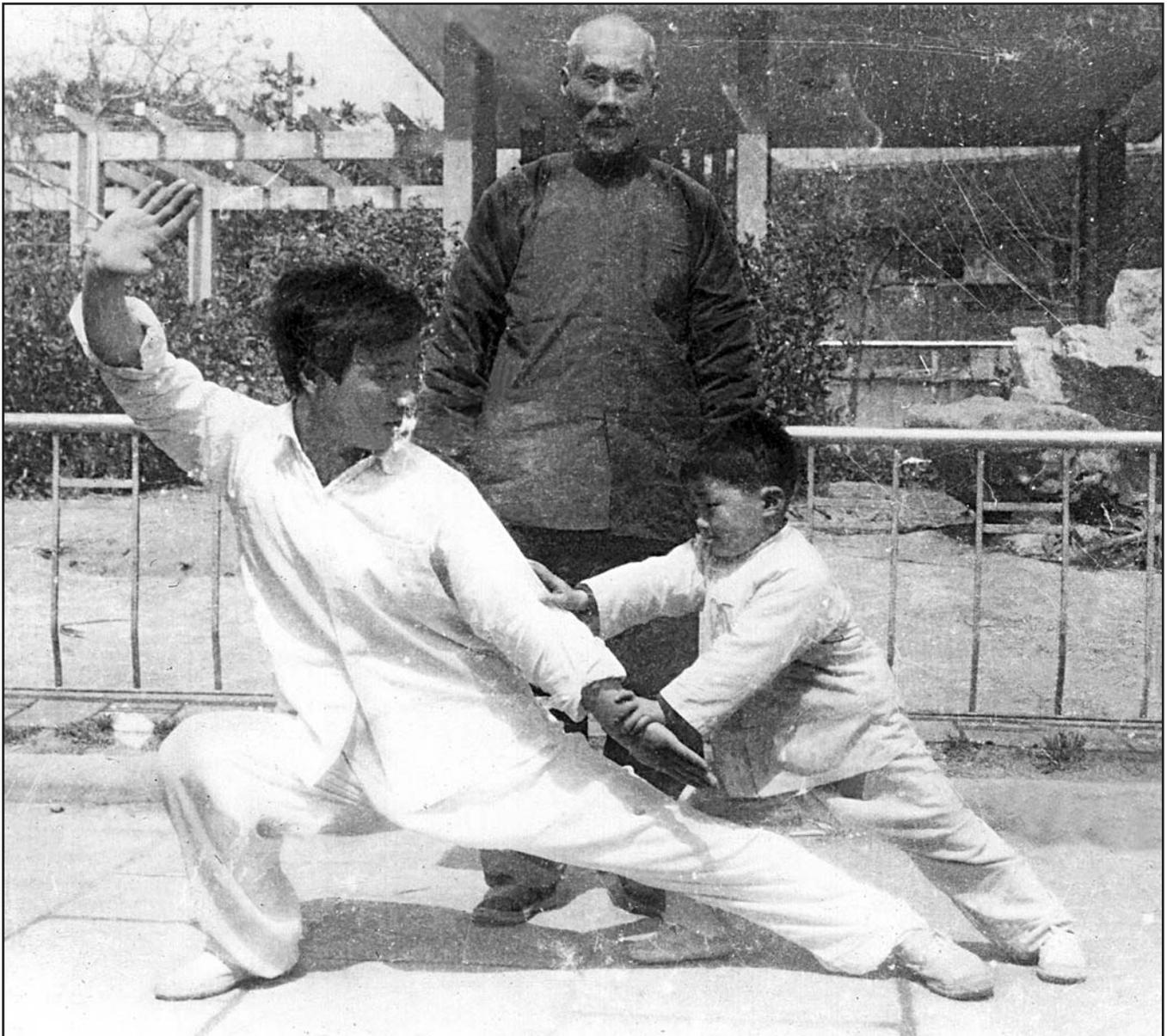
Desde el resurgimiento de la Revolución post-Cultural de las artes marciales en China, el gobierno emprendió un esfuerzo sin precedentes para dirigir una investigación de campo sobre las artes marciales tradicionales a nivel nacional. El esfuerzo incluía enviar equipos de investigadores encargados de descubrir y registrar sistemas, formas y armas marciales antiguas como preciadas reliquias culturales, y para abrir el acceso al conocimiento de las artes marciales. De este histórico esfuerzo, el sistema de espada Qingping fue descubierto en la Shanghai actual, lugar del importante desarrollo y preservación de las artes marciales de la era republicana.



LU ZHENGDUO, 1962.

TRES GENERACIONES  
DE LA FAMILIA LU, 1976.

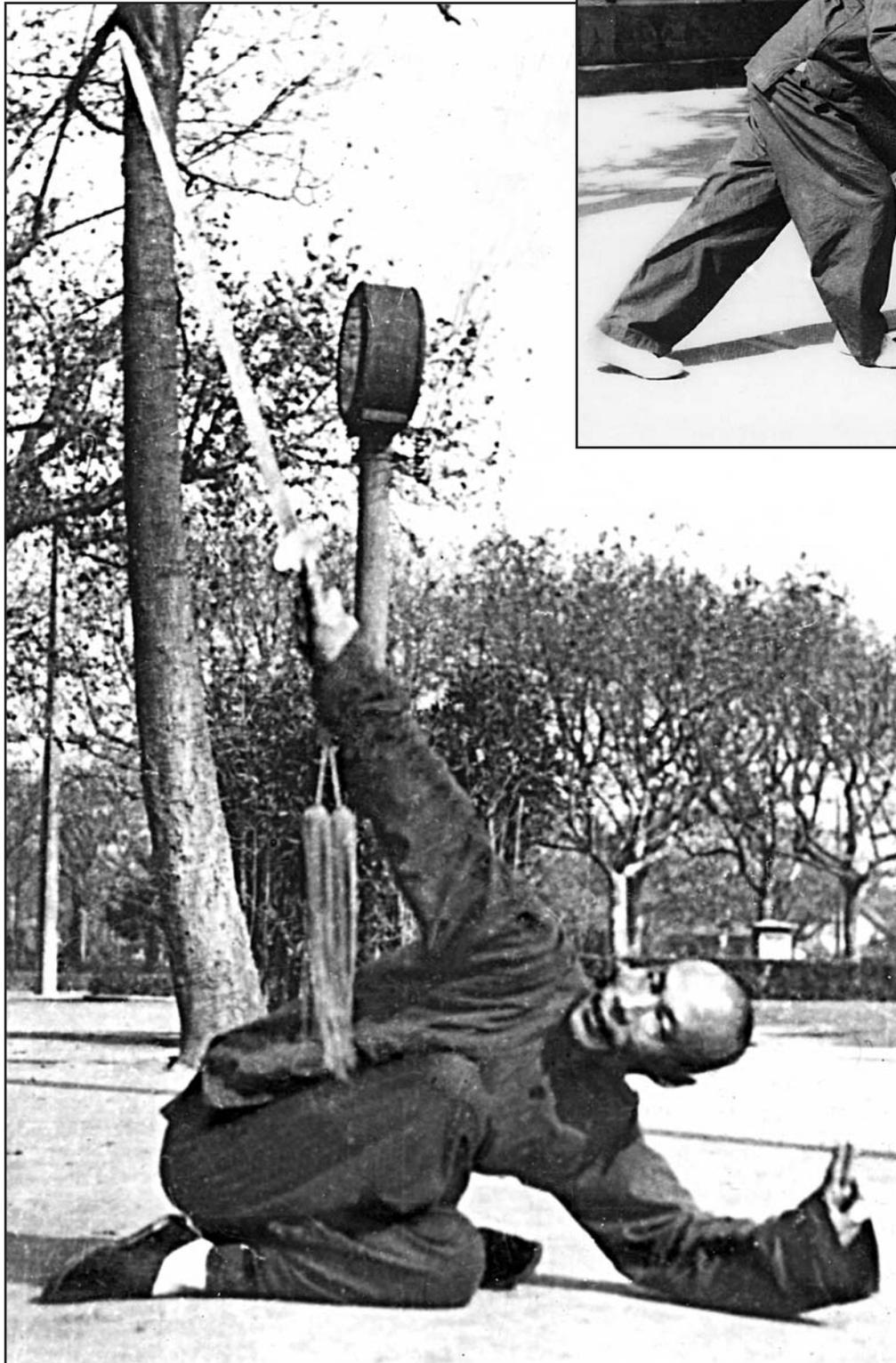
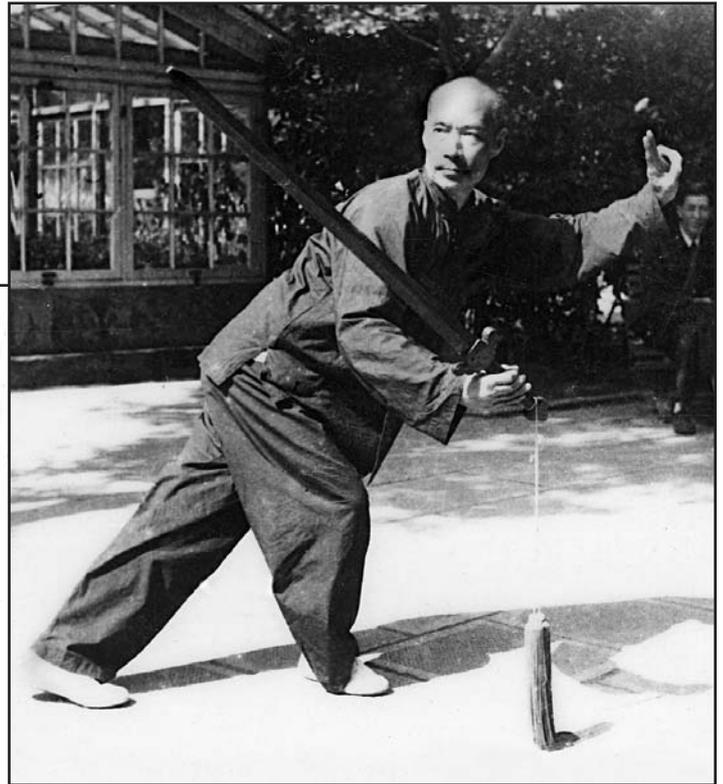
En 1983, la Comisión Nacional para la Cultura Física emprendió por todo el país la “excavación” de la herencia de las artes marciales chinas. Se le encargó al equipo de búsqueda y organización de las artes marciales de la Academia de Educación Física de Shanghai que trabajase en la recuperación y registro del sistema de espada Qingping, basado en el conocimiento de Lu Junhai y su padre Lu Zhengduo, ambos grandes maestros residentes en Shanghai y herederos del estilo de boxeo Mizong y el sistema de espada Qingping. La amplia reputación de Lu Zhengduo por su alto nivel técnico en la espada recta y su afamado éxito como luchador en combates de contacto pleno, en enfrentamientos que tenían lugar en plataformas de lucha elevadas (*leitai*), condujo a los investigadores a su 4º hijo y heredero de los sistemas de espada Qingping y Mizong (“Vía Perdida”), su hijo Junhai. Convenciendo al joven Lu, cuyo padre había muerto con anterioridad, que el sistema de espada que su padre le había transmitido sobreviviría mejor si éste se registrase, los investigadores estudiaron y registraron el sistema completo. El equipo recibió buenas críticas en la Conferencia Nacional de Intercambio de Excavación y Organización de Artes Marciales celebrada en la ciudad de Chengde, Hebei, en mayo de 1984, teniendo como resultado la producción de un extremadamente raro y ahora agotado libro, y una grabación no comercial de vídeo de los ejercicios, de los que se deriva este artículo.



---

# Qingping Jian

LU ZHENGDUO PRESENTANDO  
EL ESTILO DE ESPADA QINGPING A PRINCIPIOS (DERECHA)  
Y FINALES DE LOS AÑOS 60 (ABAJO).



---

## Historia de la Espada Qingping

La espada Qingping se derivó de la antigua práctica con espada que fue, durante siglos, un sistema oculto. Hasta la publicación de un libro sobre los fundamentos del sistema en 1930, fue transmitido sólo contadas veces. Originalmente, la espada Qingping fue el nombre de un tipo antiguo de espada recta, conocida por la excelente calidad de su hoja.

Los ancianos daban a menudo nombres elegantes e inusuales a aquellas preciadas espadas con una calidad sobresaliente para que pudieran diferenciarse de las espadas ordinarias. En el artículo de Chen Lin, decía, “El Monarca Hou Tigao era de un talento más bien ordinario que confió en la Qingping, una antigua espada de doble filo llamada *Çan Jian*”. Chen Lin era un personaje de la dinastía Han del Este [25-220 d.C.], por ello, esto sugiere que la espada Qingping existió en la dinastía Han [206 a.C.-220 d.C.]. Su reputación no era inferior a la de otras espadas legendarias, tales como *Çan Jian* y *Mo Xie*. Li Bai, de la dinastía Tang [618-907 d.C.] afirmó en una carta a Han Jingzhou, que “Muchas Qingping estaban relacionadas, y su valor creció en las familias Xue y Bian”. La espada Qingping mencionada por Chen y Li se refiere a espadas famosas de gran calidad. De acuerdo a la leyenda, la espada Qingping podía cortar oro y jade y cortar pelo. Era incomparable en su filo. El sistema de espada Qingping utiliza este nombre, que significa agudeza y habilidad para barrer todos los obstáculos.

~Lu, Qiu, & Wang, 1989: 1-2

El sistema ha sido transmitido desde mediados del s. XVIII, primero en la provincia de Shandong, y luego transmitido a los boxeadores en la provincia de Hebei. De acuerdo con un libro copiado a mano de 1856, el creador del distintivo sistema de espada Qingping fue un monje taoísta, Pan Zhenren, que vivió en la montaña del Tigre y del Dragón, en la provincia de Jiangxi, cuyo nombre taoísta fue Yuan Kui (Lu, Qiu, & Wang, 1989: 1-2). Supuestamente Pan Zhenren meditó, practicó artes marciales y estudió literatura en la montaña, y a veces iba al mundo exterior para enseñar artes marciales. De esta leyenda, y como se evidencia en la poco común riqueza técnica del sistema, se cree que el sistema Qingping fue investigado en profundidad, fundiendo los puntos fuertes de muchas escuelas de artes marciales a la vez que era influenciado por teorías marciales y taoístas, formando así excepcionalmente un sistema de espada completo.

Pan Zhenren enseñó en primer lugar al monje taoísta Meng Jiaohua, de la región de Yishui en Shandong. Meng lo enseñó a otro monje taoísta, Feng Xiyang, de la región de Lingyi, prefectura de Jinan en Shandong. Después Feng lo enseñó a Yang Kunshan, de la región de Haifeng, prefectura de Wuding, también en Shandong. Yang continuó

presentando el sistema fuera de Shandong, en Cangzhou, provincia de Hebei. Allí enseñó a muchos estudiantes, y de un modo más notable a Jia Yunhe, Liu Wenshi, Mi Lianke, Yang Kunshan, Liu Censan, Jiang Rongjiao, y Lu Zhengduo, el último famoso gran maestro de Mizong (Lu, Qiu, & Wang, 1989: 1-2). Lu Zhengduo transmitió el sistema a su cuarto hijo, Lu Junhai (la actual 9ª generación del gran maestro y abanderado del Qingping), quien lo transmitió a su primer discípulo americano (así como a un pequeño número de discípulos chinos), Hon K. Lee, quien luego enseñó el sistema a Reza Momenan, ahora discípulo directo de Lu. Lee y Momenan lo están transmitiendo sólo a un pequeño grupo de personas (incluyendo al autor de este artículo, bajo la dirección de Lee), mientras Lu comenzó hace poco a enseñar el arte a unos pocos discípulos en Gran Bretaña.

LU ZHENGDUO  
DEMOSTRANDO  
UNA APLICACIÓN QINGPING.



---

## Principios de la práctica de la espada Qingping

Desde sus primeros registros históricos, el sistema Qingping estaba basado en un conocimiento práctico y comprobado del manejo chino de la espada. El primer estudio publicado registrado sobre la espada Qingping discutía la “futilidad de mistificar las teorías y exagerar la capacidad de utilización de la jian” (Jiang, 1930: 13). El sistema entrena la utilización de los 16 atributos de la espada recta clásica china: botar (*beng*), pinchar (*bo*), estoquear (*ci*), enredar (*chan*), imitar (*chao*), apuntar (*dian*), parar (*gua*), interceptar (*jie*), obstruir (*lan*), deslizar (*liao*), presionar (*mo*), hendir (*pi*), levantar (*ti*), cortar hacia arriba (*tiao*), barrer (*shao*), rodear (*yun*) (Fan, 2006). Pero es distinto a otros estilos de espada en el modo en que se ensamblan las rutinas que comprenden el sistema.

De origen taoísta, el manejo de la espada Qingping se basa en los conceptos de las artes de espada Wudang. El método Wudang enfatiza la sutileza y la contención de la técnica, respondiendo en función del nivel de amenaza encontrado.

Quando se utiliza la jian, incluso en un combate real, nunca tienes que ser duro o tosco en tus movimientos o conductas. Más bien, tienes que usar sólo técnicas de nivel superior, y tienes que utilizarlas con sutileza y pericia. Tu yi (mente) y shen (espíritu), así como tu qi (energía intrínseca), tienen que guiar tus movimientos, y nunca debes mostrar crueldad o fiereza.

~Robinson, 2006b

La excelencia en el manejo de la espada Qingping se basa en los requerimientos técnicos que enfatizan una metodología que utiliza rápidas elevaciones y caídas, giros veloces, y una combinación de dureza y suavidad, empapado con cambios de ritmo irregulares a la vez que vívidos. Confía en un sofisticado juego de pies como base para manejar el arma y utilizarla para el combate. A menudo, los ataques son precedidos por pasos cortos, evasivos, yendo en la dirección contraria. Los movimientos contienen un gran número de acciones ortogonales, en las que la espada va en una dirección mientras que el cuerpo va en la contraria, y las piernas en otra (Lee, 2002: 86).

Los descriptores técnicos de la espada Qingping indican la aplicación de antiguos conceptos marciales a la construcción de este sistema de espada técnicamente denso. A lo largo de las más de 300 técnicas que incluye el sistema, cada una tiene una descripción única. Los nombres de las técnicas se componen de las citas chinas clásicas de cuatro letras. Los nombres idiomáticos chinos incluyen “Blandir el Abanico Contra el Viento”, “Barrer Miles de Fuerzas Enemigas”, “La Hermosa Dama Lanza el Jarrón”, “Buscar Ciruelas en la Nube”, “Rompe Expansivamente el Ciruelo”, “La Golondrina Púrpura Roza el Agua”, y “El Inmortal Señala la Dirección Correcta”. Todos los términos tienen un patrón unificado, integrando imágenes y fundamentos que pueden entonarse poéticamente. El sistema es especialmente notable por su variedad de contenidos, que enfatizan los ataques impredecibles y las maniobras de defensa “mezclando la realidad y el engaño”.

El estilo de la Qingping (esgrima) es único. Es elegante y extraordinario. Cuando se practica, parece que se avanza pero se está retrocediendo. Es ligero y en transición. Cambia constantemente. A veces, es como una nube que pasa y una corriente de agua. Se expande de forma natural y con equilibrio. De repente ataca al este y al oeste. Súbitamente, se hunde y flota, como si fuese una lenteja de agua flotante. Algunas veces, es como el viento huracanado y la rauda nube. Se impone con la violencia de un trueno y la suavidad del viento. Es tan loca como el relámpago y vigorosa como un ave fénix. Sus rutinas y formas están llenas de contenido y tienen una rigurosa estructura. Incorpora fuerza con elegancia. Mezcla verdad y engaño. En el ataque, tiene defensa. En la defensa, tiene ataque. Tiene las subidas y bajadas de la masculinidad y la feminidad, y puede aparecer y desaparecer misteriosamente.

~Lu, Qiu, & Wang, 1989: 3-4



ARRIBA Y LA SIGUIENTE PÁGINA: LU JUNHAI CON HON LEE, 2004.  
Fotografías cortesía de Hon Lee.

Combinando movimientos falsos con ataques reales, la espada Qingping utiliza posturas y movimientos en los planos superior, medio e inferior, con un mayor énfasis en las emboscadas en el plano inferior, requiriendo de una sofisticada habilidad para integrar la fuerza interna y externa. El sistema fue diseñado para hacer frente a cambios repentinos, utilizando una estructura estricta, enfatizando la delicadeza, por lo siguiente:

- **Manejando la espada recta.** La técnica de la espada recta se concentra en la muñeca. El agarre de la empuñadura de la espada tiene que mantener la soltura. No debería sostenerse con rigidez, para que pueda coordinarse con la mano, ojos, cuerpo, método y movimientos. El manejo de la espada tiene que ser natural y espontáneo y alcanza el estado de inconsciente. Las posiciones de la muñeca en la empuñadura y la forma en que la muñeca sostiene el mango son diferentes en diversas técnicas. Así, hay un refrán que dice que no cerrar o bloquear el ataque del enemigo, y no tocar el arma del enemigo, es la mejor forma de derrotarlo. Cuando el enemigo ataca, deberíamos interceptar su muñeca y después atacar su cuerpo.
- **Hay que mantener el control de la cintura, que ha de estar ligera, flexible, vigorosa y ágil en todo momento.** El movimiento corporal practicando con la Qingping Jian depende por completo de la flexibilidad de la cintura. Debería conseguir la integración del cuerpo y la espada. Cuando el cuerpo gira, la espada también gira. Avanzando, retrocediendo, eludiendo, extendiéndose, elevándose, agachándose y girando, todo debería depender de la cintura para dirigir los cuatro miembros y toda la estructura esquelética, con el objeto de que la potencia pueda ser viva y suave, permitiendo que la fuerza alcance la punta de la espada. Una vez que se consigue la técnica corporal, se combinan la dureza y la suavidad, lo que muestra la contención y la agresividad. De esa manera, puede expresarse todo el espíritu y potencia.

~Lu, Qiu, & Wang, 1989: 3-4

### Rutinas de la Espada Qingping

El sistema está compuesto de seis formas individuales y una forma por parejas. Cada una de las formas individuales tiene más de sesenta movimientos, para un total de 365 movimientos, todos descritos poéticamente en versos de cuatro caracteres que giran alrededor de imágenes de la naturaleza, conceptos taoístas y antiguos proverbios, correspondiendo cada técnica a un día del año. La primera forma enfatiza un cuerpo erguido y la firmeza de los pasos, y las siguientes cinco formas exhiben movimientos de elevación, descenso y giro.

Cada forma tiene su significado especialmente definido en el combate real. Durante el combate, toma el camino más breve y rápido; presta atención a la zona de dos o tres pulgadas del área de la muñeca, y materializa las características especiales de derrotar al enemigo a corta distancia. En sus métodos, tienen los movimientos de perseguir al enemigo por un atajo, pero también el modo de derrotar al enemigo eludiendo ser golpeado (o capturado). Atacan a corta distancia estirando el ataque, pero también trabajan el método de provocar al enemigo a llegar en profundidad hasta nuestro propio alcance para derrotarlo. El primer movimiento puede preparar una emboscada para el siguiente movimiento. Así, el segundo movimiento puede colmar el esfuerzo del primer movimiento. La espada se extiende sin saber si es un movimiento real o falso. Apunta hacia la izquierda, pero ataca hacia la derecha. Ataca hacia la izquierda, pero estaba apuntando hacia la derecha. Utiliza la sorpresa para derrotar al enemigo.

~Qiu & Wang, 1984

### Cultura de la Espada China & Qingping

La cultura de la esgrima gira alrededor de la hoja, el sistema, y la filosofía y habilidad de los guerreros que las portaban. En la cultura militar, la espada representa uno de los amores del alma del guerrero, una pureza combativa basada en la supervivencia, la técnica y el espíritu que se requiere al utilizar un arma de filo en la batalla. Hoy en día, muchas culturas continúan la tradición del manejo de la espada como una expresión marcial clásica y también como una técnica de combate.

---

Y a pesar de que todavía mantienen antiguos y a veces secretos entrenamientos de espada, la prevalencia de sistemas de espada distinguibles, completos, sistemáticos es rara. Pero la cultura china de la espada es especialmente penetrante en la idealización de las artes de espada como una virtud y como indicación de la sofisticación social y cultural de uno mismo.

La jian es conocida como el “arma del caballero”, lo que significa que si practicas con la jian, tienes que hacerlo con un sentido de calma interna y corrección, y que tus movimientos han de ser bellos. La jian es probablemente el arma más popular en las artes marciales tradicionales chinas porque se utiliza en casi todos los estilos y la practican casi todos los grupos. Es especial debido a que no sólo es un arma de las artes marciales, sino también un importante símbolo de la cultura china. Encarna el espíritu del pueblo chino y ha sido famosa en el arte y en las leyendas durante miles de años. Ha llegado a expresar los valores y preceptos morales chinos más profundamente arraigados. La gente practica la jian no sólo para mejorar su salud y habilidades de lucha, sino también para desarrollar el carácter y la personalidad.

~Robinson, 2006b

A pesar de que tal perspectiva representa el aspecto romántico de la espada, no dice nada del significado que tiene el arma como instrumento de combate preferido por los profesionales militares de élite. Como arma refinada del guerrero, se considera el dominio de la espada esencial para alcanzar los más altos niveles del arte marcial, niveles que inculcan habilidades letales para las que se requiere un extremo carácter moral.

Todo lo que haces en tu practica de jian y en el combate jian debería proceder de tu corazón, no sólo de tu cuerpo. Esta es una actitud que ha caracterizado a las formas de la jian durante más de dos mil años y, en este sentido, la jian es diferente a cualquier otra arma de las artes marciales. Durante siglos, ha sido una visión profundamente mantenida en la cultura china que cuando mejor sean tus habilidades con la jian, más perfecto será tu carácter. Esta visión tradicional mantiene que sólo las personas con un carácter superior, tales como héroes u otros individuos caballerosos, pueden utilizar realmente bien la jian.

~Robinson, 2006b

Como la mayoría de culturas maduras de la espada, la caballería y el hecho de ser guerrero se tejen alrededor de los ideales del manejo de la espada en la antigua China. En la cultura china, los caballeros y las espadas que portaban apuntaban tanto la leyenda como la realidad. Como tales, los ideales que unen la práctica actual de la espada con el antiguo espíritu y conocimiento del manejo de la espada persisten, a pesar de la rareza de las artes de espada china integrales. De modo que, a pesar de que permanezcan intactos los ideales y la filosofía del manejo de la espada, no sucede lo mismo con los métodos de entrenamiento y la técnica representativos de los más altos estándares de la habilidad con la espada.

La filosofía de la espada china inspira, pero no ofrece guías prácticas a aquellos que buscan un dominio completo de la espada china más allá de lo que ofrecen las formas individuales que incluyen los sistemas de artes marciales. La Qingping Jian, sin embargo, engrana los ideales filosóficos y técnicos sobre el manejo de la espada presentes en las referencias históricas y legendarias que se extienden desde la dinastía Han. Quizás como el último sistema chino autónomo de espada que sobrevive, la Qingping Jian ofrece una excepcional guía práctica sobre la esgrima china clásica. La incomparable abundancia de técnicas del sistema muestra los antiguos estándares de la esgrima china sistemáticamente y sin vacíos. Mientras que las formas que componen el sistema fueron elaboradas probablemente no antes del s. XVIII, la composición técnica de la Qingping Jian parece derivarse de una historia mucho más antigua relativa al conocimiento chino de la espada.



Entrevista

con

Lu Junhai

Realizada por  
Reza Momenan  
& Hon Lee



■ ¿ESTÁN RELACIONADOS LOS SISTEMAS QINGPING Y MIZONG? PARECE QUE ALGUNAS TÉCNICAS DE LA ESPADA QINGPING SON PARECIDAS A LAS TÉCNICAS MIZONG, E.G., MECÁNICA CORPORAL, JUEGO DE PIES, ETC.

● En principio, no están relacionados de ninguna manera y son sistemas completamente separados. Ambos son considerados estilos de alto nivel. El boxeo Mizong tiene un origen budista y la espada Qingping taoísta. La Montaña Dragón-Tigre (*Long Hu Shan*), en la provincia de Jiangxi, es el lugar de nacimiento del sistema Qingping. Su creador fue un sacerdote taoísta llamado Pan Zhenren. Su nombre taoísta era Yuan Kui. Muchos sacerdotes taoístas y monjes budistas en la antigua China eran expertos en artes marciales ya que tenían que saber cómo defenderse durante sus viajes cuando auxiliaban a los pobres. Durante sus viajes, a menudo podían encontrarse con otros maestros de artes marciales para intercambiar técnicas y obtener nuevos conocimientos. Además, cuando los artistas marciales ven algo bueno, quieren aprenderlo y hacerlo suyo. Así fue con Pan, quien reunió todas las mejores técnicas de espada que había aprendido para crear el sistema de espada Qingping.

La prefectura de Cangzhou, en la provincia de Hebei, es la casa del boxeo Mizong. En Cangzhou hay muchos estilistas Mizong que han estudiado el sistema Qingping. Este arte de espada fue llevado a Cangzhou por un sacerdote taoísta que viajaba por la zona. [Nb: los registros históricos indican que el arte fue transmitido a un sacerdote taoísta llamado Jia Yunhe que residía en Cangzhou]. La gente local, dándose cuenta de que el sacerdote llevaba una espada sobre su espalda, le invitaron a quedarse para poder estudiar con él. De modo que permaneció con la gente de Cangzhou que, después de reconocer que el sacerdote ambulante era un experto con la espada, querían aprender con él la espada Qingping. Lo que no está claro es si la espada Qingping que se practica ahora en Cangzhou fue transmitida a este sacerdote ambulante por el propio Pan o por uno de sus discípulos. Lo que sí es cierto es que tiene un origen taoísta.

■ ¿CÓMO APRENDISTE EL SISTEMA QINGPING? ¿APRENDIÓ TU PADRE AMBOS SISTEMAS MIZONG Y QINGPING DE UNA MISMA PERSONA? ¿EXISTEN DIFERENTES VERSIONES Y LINAJES? ¿QUÉ LINAJE ES EL ESTÁNDAR?

● Este arte de la espada ha sido transmitido de generación en generación en Cangzhou. Yo había aprendido tanto Mizong como Qingping de mi padre, un nativo de Cangzhou, y mi padre había aprendido ambas artes de su profesor Yang Kunshan en Cangzhou. Debido a que mi padre había estudiado ambas artes, uno podría decir que, dentro de nuestro propio linaje, cada una influyó en la otra en términos de cómo se realizan las técnicas. Aquellos pertenecientes a otros linajes realizarán indudablemente los mismos movimientos, pero con características que serán únicas según su propia fisiología, personalidad e interpretaciones estilísticas.

Además, existen distintos linajes Qingping. Se dice que el sacerdote ambulante que trajo por primera vez el arte a Cangzhou residió inicialmente en el lado oeste del río Yun, que dividía la zona. Enseñó a la gente del oeste de Cangzhou cuatro de las seis formas de espada Qingping. Sin embargo, sintió que la gente de allí era bastante fanfarrona, por lo que se trasladó al lado este del río donde enseñó las seis formas. La gente del lado oeste se acercaba sigilosamente para observar el lado este. Allí, robaron los secretos de las formas que les faltaban. De acuerdo con la historia, las personas del este aprendieron las seis formas directamente del sacerdote, mientras que las personas del oeste aprendieron las dos últimas sólo observando a distancia. Por eso se dice que el conocimiento de las gentes del este era el más completo.

También existen diferencias y variaciones de la espada Qingping incluso dentro del mismo linaje. Por ejemplo, si un discípulo tiene talento podría aprender los

---

movimientos del profesor y transmitirlos correctamente. Pero si el discípulo no era tan bueno, ese es un problema diferente. Existen aquellos que reclaman que su versión de la espada Qingping es la más correcta, pero yo nunca haría tal declaración o criticaría la versión de alguien. Todo lo que puedo decir es, “Aprendí de mi padre. Esta es mi versión de la espada Qingping”.

■ DE MODO QUE, SOBRE LAS RAZONES QUE HACEN QUE VEAMOS MOVIMIENTOS SIMILARES EN MIZONG Y QINGPING, ¿ESTÁ DICIENDO QUE ES EL RESULTADO DE CÓMO LOS HACEN USTED Y SU PADRE COMO ARTISTAS MARCIALES INDIVIDUALES?

● Sí, utilizo la mecánica corporal que he desarrollado a través del Mizong para expresar el arte de la Qingping y viceversa, así como hizo mi padre. Los estudiantes de otras artes marciales, por ejemplo del Bagua, realizarán Qingping con un sabor o estilo único que está influenciado por su arte. Este es un fenómeno natural y fácilmente entendible que sucede si estás hablando de la Qingping o de otra arma o forma de mano vacía. Por ejemplo, digamos que enseñamos a dos personas el palo. Coge a un practicante de Shaolín del norte y a un practicante de Shaolín del sur. Enséñales la misma forma de palo, los mismos movimientos, los mismos pasos, pero se manifestarán definitivamente pareciendo completamente distintos. Ellos a su vez enseñan a sus estudiantes. ¿Puedes decir cuál de ellos debería ser considerado el estándar? Es por eso que yo nunca reclamaría que lo que hago debería ser llamado la versión correcta.

■ ¿EXISTEN SÓLO SEIS FORMAS QINGPING? SI ES ASÍ, ¿CUÁLES SON SUS PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS?

● La primera rutina es una forma de base. Si aprendes la primera bien, luego puedes aprender las otras más fácilmente. La primera rutina, *Di Yi Lu*, es como el entrenamiento fundamental de la Pierna Saltadora (*Tantui*) en el sistema Mizong. No debería realizarse rápidamente y proporciona los fundamentos necesarios para las otras formas. Incluso antes de intentarla, sin embargo, tienes que tener unos buenos fundamentos, y deberías haber desarrollado una base sólida en boxeo o en las formas de mano vacía (*quanshu*) antes de intentar aprender la espada Qingping.

La primera rutina enfatiza las posiciones más estables y el correcto juego de pies. Los movimientos corporales y los cambios de la técnica de espada son más lentos que en las otras formas. Tienes que comprender completamente las técnicas básicas incluidas en las “16 palabras” cuando se realizan las formas, así como en las aplicaciones de cada movimiento. Por ejemplo, tienes que entender cómo, cuándo y por qué ejecutas las 16 técnicas fundamentales de la espada recta. Una vez que puedes realizar estas 16 técnicas básicas de forma precisa y puedes comprender correctamente los principios que las sustentan, y que están contenidos en la primera rutina, entonces no tendrás problemas en realizar las otras cinco rutinas.

A medida que progresas en las seis rutinas, los movimientos se hacen más fluidos y vivos, con cambios de dirección y técnicas de espada más rápidas y complejas. En las rutinas número cinco y seis, las características especiales son esencialmente las mismas. Las técnicas de la espada Qingping ponen un gran énfasis en movimientos ágiles, fluidos y elegantes. Mientras que se supone que cada una de las seis formas contiene ciertas características especiales, sus explicaciones se han perdido con el tiempo. Muchos expertos en artes marciales, desafortunadamente, eran analfabetos y fueron incapaces de transmitir su conocimiento de forma escrita.

■ ¿QUÉ DIFERENCIA LA QINGPING DE OTRAS RUTINAS FAMOSAS DE ESPADA CHINA? ¿POR QUÉ SE CONSIDERA LA “JOYA DE LA CORONA” DEL MANEJO CHINO DE LA ESPADA, CUANDO OTRAS FAMOSAS RUTINAS SE CONCENTRAN IGUALMENTE EN TÉCNICAS QUE TAMBIÉN SON ÁGILES, FLUIDAS Y ELEGANTES?



EL AUTOR PRACTICANDO CON LA ESPADA DE DOBLE FILO.

Fotografía de Inbal More Photography.

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

- 
- Personalmente pienso que, con el paso del tiempo, las personas que son conocedoras de la esgrima tradicional china han sido capaces de hacer comparaciones paralelas del sistema de espada Qingping con otros sistemas de espada similares y han juzgado que es capaz de expresar mejor las 16 técnicas básicas de un modo que es más dinámico, fluido y elegante. Además, tiene un estilo único en todo y muy diferente al resto. Pero, por supuesto, la persona que practica con la Qingping tiene que ser capaz de expresar estas cualidades, de otro modo no vale para nada.

■ ¿ES FAMOSO EL SISTEMA QINGPING PORQUE ES BELLO DE OBSERVAR DEBIDO A ESTAS CUALIDADES, O PORQUE PUEDE UTILIZARSE PARA EL COMBATE? ¿QUÉ LO HACE MÁS FAMOSO?

- ¡Ambas! Indudablemente estas cualidades lo hacen hermoso de observar, pero sus técnicas fluidas y dinámicas son prácticas y pueden utilizarse para el combate. Algunas artes marciales son “manos floridas, piernas adornadas”, queriendo decir que son bonitas para mirarlas, pero no tienen una aplicación práctica. Las cualidades especiales expresadas en el movimiento de la espada Qingping son las mismas que pueden ser utilizadas para el combate.

■ ¿POR QUÉ EXISTEN SEIS FORMAS QINGPING? ¿SON COMPLETAS?

- De todos los métodos famosos de espada, la espada Qingping es la más larga y tiene el mayor número de movimientos y técnicas. Hay 365 técnicas distintas. Si aprendes una técnica por día, te llevará un año aprender todas.

El sacerdote taoísta Pan tuvo que haber sido una persona muy culta, porque fue capaz de utilizar una frase de cuatro caracteres para describir cada una de las 365 técnicas, y casi sin repetición en las frases. Estas frases de cuatro caracteres son dichos populares (*cheng yu*) que a menudo hacen referencia a algo de la literatura o historia chinas, o a alguna historia famosa. Además, las frases evocan imágenes que casan íntimamente con los movimientos de espada.

■ ¿PUEDE ENSEÑARSE EL SISTEMA QINGPING A CUALQUIERA, O DEBERÍAN TENERSE CIERTAS CAPACIDADES?

- Observemos esto desde dos puntos de vista. Primero, el estudiante potencial de la espada Qingping debería tener la habilidad de aprenderlo bien, lo que significa que lo primero de todo es que el estudiante debería ser bueno en los métodos a mano vacía. Si su práctica a mano vacía es pobre, nunca aprenderá correctamente la espada.

Digamos que alguien quiere aprender la espada Qingping, y tiene un excelente bagaje en artes marciales, pero no en Mizong. ¿Puede él o ella ser enseñado, con tal de que tenga un buen carácter moral?

Sí, no sólo puedes enseñarles si tienen la base necesaria y un buen carácter moral, es que deberías enseñarles. No sería razonable haber comenzado con el entrenamiento de la Pierna Saltadora (*Tantui*) cuando ya tienen una base sólida para aprender Qingping. Sin embargo, a veces es más duro discernir si tienen la ética marcial correcta que evaluar sus habilidades marciales. Por ejemplo, un estudiante al que enseñaba era una buena persona y empezó a enseñar a otros sin mi permiso después de haber estudiado conmigo sólo un año. Debido a que carecía de moralidad marcial, le pedí que no regresase, incluso aunque se disculpase y quisiera cederme sus estudiantes.

■ ¿SON LAS SEIS FORMAS DE QINGPING COMPLETAS O SE PERDIERON ALGUNAS?

- Es un sistema completo en lo que yo he heredado de mi padre, y es lo que estoy transmitiendo a mis discípulos.

## DESCRIPCIONES : 6 rutinas individuales & una rutina en pareja

**Rutina 1:** La primera rutina de espada Qingping entrena los fundamentos de Apuntar, Botar y Estoquear. Estos tres atributos técnicos forman la base de la práctica de la espada Qingping. Descritas poéticamente, las importantes técnicas de “Dragón Volador se Sumerge en el Agua”, y “Gallo Dorado Inclina su Cabeza”, enfatizan el uso de Apuntar. El “Escorpión Venenoso Gira su Cola” y “El Hada Señala el Camino” enfatizan el Botar, mientras que “Flor Dorada Cae al Suelo” y “Doncella Soltera Lanza el Jarrón” entrenan el Estoquear (Qiu & Wang, 1984). Con el acento sobre la simetría y el manejo de la espada, los movimientos (juego de pies y movimientos corporales) son simétricos y lineares en su ejecución. La rutina ejecuta técnicas en secuencia de la mano siguiendo a los pies, y los pies siguiendo al cuerpo.

**Rutina 2:** Los movimientos son ligeros y flotantes para engarzar un objetivo fugaz y difícil de coger, con estocadas profundas y penetrantes (Qiu & Wang, 1984). Las técnicas cambian de coordinación simétrica a técnicas no-lineares, moviendo las partes del cuerpo alrededor de distintos ejes. Entre ellos hay frecuentes cambios de dirección, ejecutados a un ritmo más rápido, con técnicas aéreas (saltando y brincando).

**Rutina 3:** La mecánica corporal a veces tira y a veces empuja con movimientos/energías de contracción y expansión. Los movimientos son controlados, aunque extremadamente vivos, con torsiones y giros del cuerpo muy naturales. La defensa contra varios atacantes se presenta con un acento en constantes cambios de dirección y objetivos, construyendo una habilidad de nivel intermedio. La flexibilidad y destello de los movimientos son recordatorios de los ideales de la dinastía Tang (618-907 d.C.), periodo de renacimiento de China cuando la poesía y las artes estaban en pleno florecimiento (Qiu & Wang, 1984).

**Rutina 4:** Los movimientos están firmemente conectados entre sí como un escudo contra otros ataques. Los movimientos son variados e impredecibles, y surgen de una estructura compacta con el espadachín siguiendo estrictamente las reglas del sistema. La parte superior del cuerpo dirige el juego de pies, exigiendo una conexión más sofisticada entre la parte superior e inferior del cuerpo. Ahora las técnicas se expresan con el cuerpo siguiendo a los pies, y los pies siguiendo a las manos. Las técnicas son más circulares, exigiendo mayor habilidad para alcanzar el objetivo, a la vez que exhibe de un modo más ostensible la emisión de potencia concentrada (*jing*).

**Rutina 5:** Esta rutina acentúa técnicas evasivas y de engaño altamente complejas, incluyendo movimientos repentinos arriba-abajo o abajo-arriba, y técnicas donde el arma se cambia de manos. Cambiar las manos que sostienen la espada es como lanzar una flecha primero a la derecha y luego a la izquierda: transformándose en una nueva dirección por completo para coger al enemigo por sorpresa (Qiu & Wang, 1984).

**Rutina 6:** Más ofensiva, la atención de uno mismo penetra a la izquierda y a la derecha con técnicas que combinan movimientos de avance y retroceso (Qiu & Wang, 1984). Esta última forma requiere un dominio de las rutinas anteriores, con movimientos ejecutados en ocho direcciones en un orden continuamente cambiante de la secuencia del cuerpo y las extremidades, donde la guía del cuerpo, pies, y manos cambia constantemente, necesitando de altos niveles de coordinación y control.

### Forma con compañero:

La rutina con dos personas enseña aplicaciones a corta y larga distancia, enfatizando los requisitos anteriores con insistencia en el juego de pies, la búsqueda de la muñeca, la evasiva, y el contacto suave de la espada con cambios de dirección y ritmo.

## Guía de aplicaciones de la Espada Qingping

### Aplicación #1

La siguiente selección de la Tercera Rutina ilustra ataques con los miembros superiores e inferiores.

- Oropéndola Captura el Pinzón de la Zarza (*Ying Pu Yen Que*).
- Canario Ennegrece sus Cejas (*Jin Shi Hua Mei*).
- Paso Adelante y Elevación de la Rodilla (*Jin Bu Ti Xi*).
- Cambiar de Lugar, Mítico Dragón se Eleva (*Yi Di Qi Jiao*).

(1) Lu Junhai desvía la estocada inferior derecha de Reza Momenan, (2) y la redirige hacia arriba como estocada superior derecha al cuello de Momenan. Momenan se defiende (3), levantando su pierna izquierda, atacando arriba a la derecha. Lu escapa (4), levantando su pierna izquierda, mientras ataca la muñeca derecha de Momenan. Momenan da un paso con su pierna izquierda, para realizar un ataque inferior, que Lu evita (5), dando un paso hacia atrás con la pierna izquierda. Levanta su pierna derecha atacando hacia abajo para cortar el exterior de la muñeca derecha de Momenan.

*Fotografías cortesía de Hon Lee.*





---

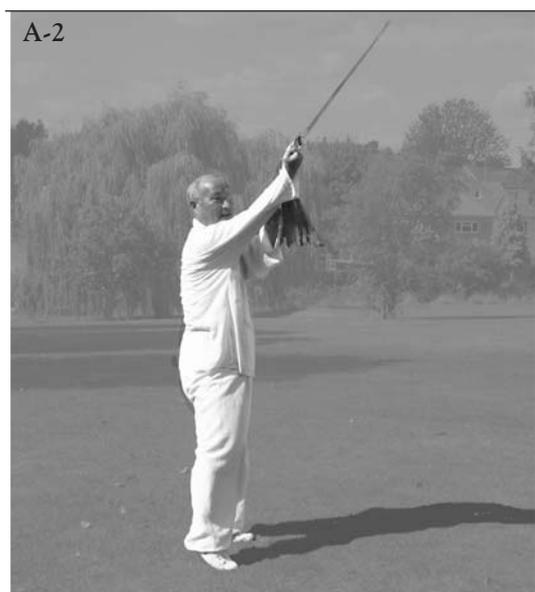
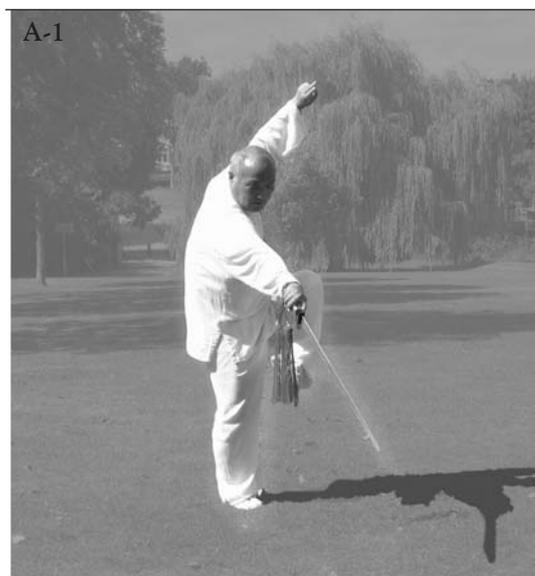
## Aplicación #2

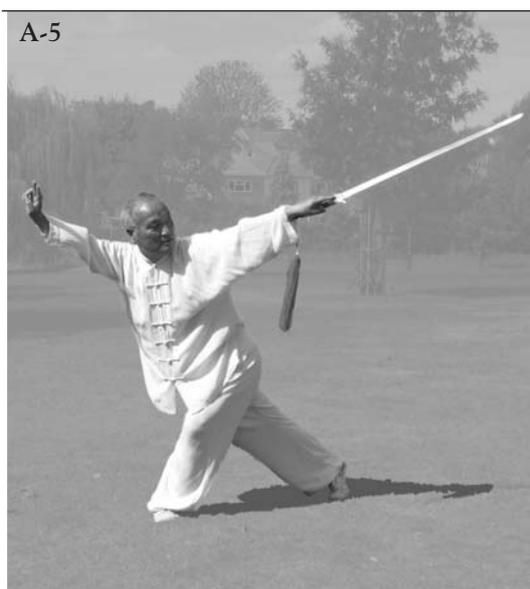
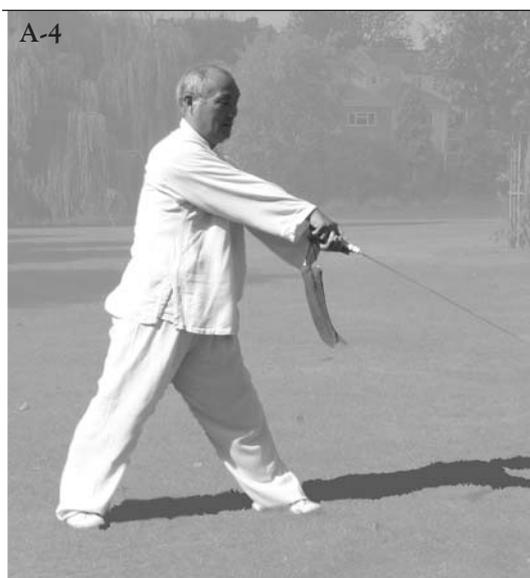
Se presenta la utilización del cambio de manos de la Qingping en la Quinta Rutina. La serie A muestra la forma; la serie B muestra la aplicación.

Volver el Yin & Yang al Revés  
(*Dian Dao Yin Yang*).

---

Momenan ataca a Lu con una estocada baja. Lu se defiende, levantando su pierna izquierda, sacudiendo su espada hacia abajo hacia la muñeca de Momenan (1). Entonces Momenan ataca arriba (2). Lu responde cruzando las piernas con la pierna derecha, cortando la muñeca derecha exterior de Momenan (3). Momenan da un paso alrededor de Lu con su pierna izquierda, atacando abajo (4). Lu bloquea y Momenan ataca arriba. Entonces Lu emplea un cruce de piernas lateral (5), pasando su espada de la mano derecha a la izquierda y entrando en la distancia corta, cortando el lado interno del antebrazo derecho de Momenan.





## TABLA “Dieciséis Palabras”

Las rutinas de espada Qingping entrenan al practicante en las dieciséis técnicas de la espada recta clásica china. La metodología técnica de estas técnicas de espada es descrita de forma concisa por Lu Junhai como las “Dieciséis Palabras” del sistema. Uno o más movimientos componen cada técnica. Por ejemplo, la técnica “Inmortal Dibuja el Mapa” en la Rutina #1 consta de tres movimientos: barrido alto, defensa inversa y estocada inversa. A menos que se diga lo contrario, las siguientes técnicas son ofensivas.



Chino	Inglés	Acción
點 <i>Dian</i>	apuntar, tocar	golpear con la punta hacia abajo
绷 <i>Beng</i>	tensar, rebotar	golpear con la punta hacia arriba o en el brazo
刺 <i>Ci</i>	estoquear, apuñalar	perforación recta
撩 <i>Liao</i>	deslizar hacia arriba	rajar o cortar hacia arriba
劈 <i>Pi</i>	hendir, cortar	cortar con la fuerza del hombro
掛 <i>Gua</i>	parada circular	dar vueltas abajo y atrás
纏 <i>Chan</i>	enrollar, enredar	la punta rodea la muñeca
截 <i>Jie</i>	interceptar, parar	bloquear y escabullirse, serrar
提 <i>Ti</i>	levantar, elevar	eludir y cortar hacia arriba
抄 <i>Chao</i>	aferrar circularmente	sacar y adherir
掃 <i>Sao</i>	barrido horizontal	rebanar
雲 <i>Yun</i>	rodear la nube	círculo de la hoja por encima de la cabeza
欄 <i>Lan</i>	obstruir, bloquear	empujar contra el arma
撥 <i>Bo</i>	punzada lateral	golpear hacia fuera, palma hacia arriba
挑 <i>Tiao</i>	levantar	balancear hacia arriba
抹 <i>Mo</i>	golpear, embadurnar	dar un golpe horizontal

## BIBLIOGRAFÍA

- FAN, XIAO (2006). *Qingping Jian* (Internet), National Yunlin University of Science & Technology, [http://www.ee.yuntech.edu.tw/~htchang/teach\\_12.htm](http://www.ee.yuntech.edu.tw/~htchang/teach_12.htm), Taiwan.
- LEE, HON K. (August 2002). The rare art of Qingping Jian (Espada Recta del Nenúfar Verde), *Kung Fu Tai Chi*.
- LI, MEIBIN (Noviembre de 1984). Wushu: Nationwide Systemization, *China Sports*.
- LU, JUNHAI; QIU, PIXIANG; & WANG, PEIKUN (1989). *Qingping Jian Shu, Lu 1-6*. Beijing: Renmin Tiyu Chubanshe (Peoples Sports Publishing House).
- JIANG, RONGQIAO (ED.) (Enero de 1930). *Xie Zheng Qingping Jian (Retratando la Espada Qingping)*. Parte de la serie Wu Bei Cong Shu (Libros sobre armamento) editado por la Shanghai Militaristic & Virtue Improvement Association, Shanghai World Book Publishing.
- JONES, R. (Octubre de 2005). *Tai Chi notes blog* (Internet). <http://realtaiichi.blogspot.com/2005/10/traditional-chinese-sword-culture.html>
- KENNEDY, B. (Mayo de 2007). *Martial talk–Sword talk forum* (Internet). <http://www.martial-talk.com/forum/showthread.php?p=797455>.

	Mecánica	Objetivo	Ejemplo Técnico
	Brazo recto, agarre del dedo índice, fuerza repentina a la punta	Muñeca, antebrazo	Fénix Inclina la Cabeza
	Recto, agarre de martillo, movimiento repentino hacia arriba o hacia adentro	Muñeca, garganta	Escorpión Venenoso Gira la Cola
	Brazo recto, agarre del dedo índice, palma hacia el interior/ fuera/ o abajo	Cabeza, cuerpo, piernas	Aguja de Brújula Dorada
	Palma hacia la izquierda o derecha, agarre del dedo índice, fuerza en la parte delantera de la hoja	Muñeca, antebrazo	Sacerdote Taoísta Cepilla el Polvo
	Agarre del dedo índice o martillo, palma hacia la izquierda o derecha	Cabeza, cuello, cuerpo	Dividir Enérgicamente el Monte Hua
	Agarre de martillo, palma hacia la izquierda o derecha, utilizar lo llano de la hoja	Defensa	Pescador Pide Una Barca
	Agarre del dedo índice, palma hacia abajo o a la izquierda, muñeca/codo/hombro	Buscando la apertura	(en la rutina 2)
	Agarre de martillo, bloquear y contraatacar con un movimiento de sierra	Antebrazo	(en la rutina 6)
	Agarre de martillo, cortar cuando se levanta la espada sobre la cabeza	Antebrazo	Abanico Ondulado Contra el Viento
	Agarre de martillo, levantar, dirigir y pegarse al arma	Defensa	(en la rutina 3)
	Agarre del dedo índice, brazo y hombro, alto, medio o bajo	Varios	Parte del Césped Encuentra la Serpiente
	Agarre flojo, giro horizontal sobre la cabeza, echada atrás la cabeza	Defensa	Ganso Despierta las Plumas
	Agarre de martillo, el centro de la hoja empuja o ataca	Arma, antebrazo	Mujer de Jade Regala el Libro
	Agarre flojo y luego martillo, fuerza repentina a la punta	Cabeza, cuerpo, brazos	Parte de Nubes Observan el Sol
	Agarre de martillo, balanceo atrás o adelante, utiliza el hombro	Pecho, garganta	Inmortal Señala el Camino
	Agarre de martillo, palma hacia abajo, girando a la izquierda o derecha	Cabeza, pecho	(en la rutina 2)

KENNEDY, B. & GUO, E. (2005). *Martial arts training manuals: A historical survey*. Berkeley: North Atlantic Books.

MOMENAN, REZA & LEE, HON K. (4 de septiembre de 2006). Lu Junhai interview. London.

QIU, PIXIANG (Noviembre de 1984). An ancient routine rejuvenated. *China Sports*.

QIU, PIXIANG & WANG, PEIKUN (1984). *Qingping Jian* (VHS). Shanghai Tiyu Xue Yuan (Instituto de Cultura Física de Shanghai). Qiu & Wang realizaron la película con apoyo del Shanghai Physical Culture Institute, Teaching & Research Office and Electronic Education.

ROBINSON, L. (2006). "History of straight sword (jian) in China" (Internet), Master forge Limited. <http://www.masterforge.co.uk/acatalog/Traditional-hand-forged-Chinese-Jian-swords.html>.

ROBINSON, L. (2006). "The jian (straight sword) in Chinese culture" (Internet), Master Forge Limited. <http://www.masterforge.co.uk/acatalog/Traditional-hand-forged-Chinese-Jian-swords.html>.

TOM, P. (1998). "The art of the Chinese sword" (Internet). Seven Stars Trading Co. <http://www.sevenstarstrading.com/articles/articles.php?subpage=art>