

Sistemas de golpeo o sistemas de agarre

“Golpeo” o “agarre”, esa es la cuestión para muchos columnistas actuales en los diferentes medios de difusión marciales. Docenas de artículos –e incluso libros enteros– han sido redactados con el fin de argumentar en un sentido u otro. Esto ni es casualidad ni es nada nuevo. Por el contrario, es un debate centenario en las artes de lucha orientales y occidentales, y lo será seguramente por siempre.

En estas líneas pretendo comprometerme con este debate, no para criticar ningún sistema, sino para aportar ideas desde un único punto de vista: la búsqueda de la efectividad en la defensa personal o combate callejero.

Hasta hace poco tiempo todo se resolvía acudiendo a la política de extremos, o lo uno o lo otro, obligando al estudiante a posicionarse de forma sectaria; sin embargo, esto empieza a cambiar, y ya desde hace unos años se abre camino, una tercera vía más integradora y yo diría que más inteligente: la de aquellos que enriquecen sus métodos de entrenamiento sin rechazar recursos, vengan de donde vengan. Este es en mi opinión uno de los elementos más revolucionarios de las artes marciales de finales del siglo XX. Voy a tratar de reflejar la opinión de nuestro sistema de Kenpo, el Kenjukabo, sobre esta cuestión.

El Kenjukabo, 1º golpear...

Quiero empezar citando al fundador del Kenpo, James M. Mitose: *“Golpear y patear son los mejores métodos de defensa personal. Una persona que sea atacada debe procurar preservar sus recursos físicos y utilizar su fuerza y energía económicamente; en un combate real no debe correr el riesgo de cansarse intentando agarrar y tirar a su oponente, una persona que utiliza llaves para tirar o lanzar, deja sus puntos vitales expuestos a su oponente, lo cual es muy peligroso, y este peligro se multiplica si se enfrenta con más de un oponente”*.

En Kenjukabo compartimos estas directrices del Gran Maestro Mitose, y lo hacemos no por sumisión, sino por convencimiento. En nuestra opinión, el método más inteligente de defensa personal ha de fundamentarse en dominar científicamente el arte del golpeo.

Por un lado nuestro sistema va dirigido a “todas” las personas necesitadas de seguridad y confianza en sí mismas para afrontar situaciones delicadas o violentas. En muchas ocasiones, el agresor es más fuerte y más grande que el agredido, y los recursos a utilizar han de partir de este hecho. Kenjukabo aspira a ofrecer respuestas a todos, independientemente de su condición física, lo que nos obliga a buscar la eficacia para estudiantes que son muy fuertes y para los que no lo son. Este es un primer argumento a favor del golpeo y lo es como “razón de peso”. ¿Qué hacer si la persona que me acosa me supera en 10, 15 o 20 kilos? Este es el dilema ante el que se encuentran muchos hombres y mujeres de escaso peso de envergadura. Si les respondemos que deben hacerse más fuertes, no resolveremos el problema. No podemos depender de la fuerza, aunque tampoco, y esto es obvio, debemos renunciar a ella. Mis sesiones son siempre duras en cuanto al trabajo físico y lo son para todos, pero no sería ético por mi parte admitir en mi escuela sólo a los más fuertes, por el contrario, me estimula trabajar con aquellas personas que no poseen unas cualidades brillantes, y ayudarles a desarrollar todo su potencial; los resultados pueden ser extraordinarios.

Si frente a un agresor que nos supera ampliamente en peso y envergadura recurrimos en un primer momento a la lucha cuerpo a cuerpo, al agarre, a la proyección o a la luxación, estaremos dando objetivamente un paso suicida. Y aunque en algunos casos pueda salirnos bien esa jugada, el hecho cierto es que el agresor tiene más cerca de su víctima y puede mejor hacer valer su superioridad física.

La ciencia del golpeo, al menos en Kenpo, no se basa exclusivamente en la fuerza, sino también en otros componentes como la velocidad, la precisión, el ángulo de entrada, la sorpresa, la economía y continuidad de movimientos, y la correcta elección de la zona a golpear. Por supuesto, que si a esto le sumamos una fuerza importante, mejor que mejor.

Golpear es más rápido y menos arriesgado. Cometer un fallo en las secuencias de golpeo puede no ser fatal, debido a la distancia a la que nos encontramos. Tendremos más oportunidades. Sin embargo, un error en el cuerpo a cuerpo significa, en la mayor parte de las ocasiones, el fin. Y en términos de defensa personal o lucha callejera, eso puede significar jugarnos la vida. A mayor distancia menor es el riesgo, eso también es objetivo. Además, también el golpeo ofrece soluciones a la corta distancia, y en el cuerpo a cuerpo, como el uso letal de rodillas, pisotones, codos, cabezazos y todo aquello que nos sirva para encontrar efectividad (tirar del pelo, morder, atacar los ojos, etc.)

Además, el chequeo (ver artículo en esta web) nos permite realizar una labor de control del agresor, entorpeciendo y anticipándonos a sus movimientos.

Ni que decir tiene lo importante que es dominar el arte del golpeo, si nos enfrentamos con más de un agresor. Aquí la velocidad y rapidez serán cruciales, y cualquier pérdida de tiempo puede resultar fatal. No podemos entretenernos, aferrándonos a uno de ellos, mientras el otro nos ataca por detrás. Cuanto más tiempo nos ocupe la ejecución de la defensa, más lenta será nuestra huida y mayores las posibilidades de éxito que tendrán quienes quieren dañar nuestra integridad.

Uno de los argumentos más mantenidos últimamente es que *“todas o casi todas las peleas acaban en el suelo”*. Esto no creo que sea cierto, y la verdad es que no se han establecido estudios y estadísticas al respecto. Más bien creo que cada cual intenta llevarse el gato al agua.

De cualquier forma, como ya he dicho antes, en el cuerpo a cuerpo y en el suelo existen infinidad de recursos de golpeo, rápidos y muy eficaces. Por otro lado para cortar leña primero hay que derribar el árbol. Puede que muchas confrontaciones terminen en el suelo, pero lo que es claro, es que la práctica totalidad de ellas empiezan de pie, y en esta situación ante un intento de derribo, el golpeo ofrece innumerables respuestas para abortarlo.

También se nos dice que muchos “pegadores” empiezan a introducir en sus entrenamientos técnicas de lucha, luxación y trabajo en el suelo. Esto que hacemos en Kenjukabo ya desde hace años, y que trataré después, no demuestra que un sistema sea mejor que otro; lo que pone de manifiesto es el interés del que lo hace en ser lo más completo posible. Conozco muchos practicantes que provienen del “agarre” y empiezan a trabajar técnicas de golpeo. Esto me parece algo muy positivo, y que en parte va a marcar el desarrollo de las artes marciales del siglo XXI.

La calle y el ring: cosas diferentes

Incluso hay quien ha llegado a decir que los sistemas de lucha están ganando claramente a los de golpeo, y para respaldar este argumento recurren a los famosos campeonatos como el U.F.C., el “vale tudo”, etc. Esto, sin más, es una barbaridad lo diga quien lo diga, y sólo hay razones comerciales detrás de la divulgación de semejantes ideas.

En primer lugar, yo me avergüenzo de que el gran público identifique estos “espectáculos” con la práctica de las artes marciales. Estos montajes explotan el morbo y la atracción por la violencia gratuita, y son un magnífico ejemplo de lo que no debe entenderse como arte marcial. La lucha en la calle es una ciencia en la que ha de combinarse correctamente inteligencia e instinto, y que debe ir encaminada a combatir la violencia, no a fomentarla. Estos campeonatos la fomentan y convierten en brillante algo que deberíamos denigrar. ¿Hay en ellos algún mensaje positivo que incite a alguien a acudir a un gimnasio o a inscribir a su hijo? Supongo que alguien estará ganado mucho dinero con esto, ya que solamente por derechos de emisión televisiva se mueven muchos millones de dólares.

Pero volviendo a lo de antes, si alguien pretende equiparar esos campeonatos con las situaciones reales que se producen en la calle, está engañando a los demás engañándose a sí mismo. No existe parecido alguno. En la calle no hay reglas, ni cosas prohibidas, la gente no va descalza, muchos empuñan navajas, estiletes o botellas de cristal; otros agreden en grupo, no hay árbitros, muchos van atiborrados de éxtasis o cocaína, el asfalto, el adoquinado no tiene nada que ver con el “octógono” o con el “ring”, y no disponemos de veinte minutos para derribar al agresor, sino sólo de unos pocos segundos. La calle es diferente, y el que ha tenido alguna experiencia debería saberlo.

No hay un sistema mejor que otro, sino en todo caso habría un luchador mejor que otro. Yo soy de los que piensan que el practicante está siempre por encima del sistema. Él lo ha creado, él lo ha desarrollado y él lo aplica. Sin él no hay sistema. Hace quince años, algunos decían que el Kick-Boxing era el sistema más efectivo, en definitiva, son modas perecederas que mueren para dar lugar a nuevas modas.

Enriquecerse sin sectarismos

Dicho esto tengo que manifestar que desde hace años estoy abierto a todo lo que signifique enriquecer nuestra defensa personal. Si eso significa agarrar, pues agarremos, si hay que combatir en el suelo pues al suelo, etc.

Kenjukabo no desprecia recursos que pueden ser vitales en la búsqueda de efectividad, vengan de donde vengan. Esa mentalidad nos permite acompañar nuestra preferencia por el golpeo con el trabajo de agarre, de proyecciones, luxaciones, combate en el suelo, etc. Eso sí, los recursos de agarre o suelo no los tratamos aisladamente creando compartimentos estancos, sino que los integramos en nuestra forma de ver las cosas. Es decir, en el suelo o en el trabajo de agarres no nos olvidamos del golpeo, sino que interrelacionamos ambos elementos. En el suelo, las técnicas de golpeo pueden ser tan letales o más que en posición vertical.

Nosotros creemos que los sistemas de agarre pueden aportar mucho a la defensa personal, y por ello asimilamos sus ideas más útiles. El Kenpo no puede ser sectario, porque la lucha en la calle no tiene limitaciones y no está programada. La violencia en la calle se desarrolla de forma impredecible. Cuantos más recursos conozcamos y

dominemos, más seguros nos podremos sentir, y más rápidamente saldremos de situaciones comprometidas. El único secreto radica en tener un instructor competente, e invertir tiempo, sudar el kimono, y disponer del espíritu de superación necesario. Si conviertes la máxima de que “*el saber no ocupa lugar*” en una guía a seguir y lo aplicas a tu sistema, sea cual sea, llegarás a alcanzar tu máxima efectividad, no lo dudes. Pero ante todo, respeto por los demás y no desprecies a nadie.

Gorka Asiain
(Cinturón Negro 4º Dan)