

El chequeo en Kenjukabo

Aunque todos los conceptos que desarrollamos en las Escuelas de Kenjukabo son importantes, hay algunos que podríamos tratar como esenciales o principales, y el “chequeo” es uno de ellos. Chequear es para el kenpoísta tan importante como golpear o bloquear, y hacerlo correctamente puede salvarnos la vida en la calle.

Podríamos definir el chequeo como el hábito de prevenir las reacciones retardadas o desconocidas del agresor. Es por lo tanto uno de los elementos de protección.

Pegar sin ser pegado

En nuestro sistema de Kenpo enfatizamos en innumerables ocasiones lo importante que es la parte defensiva, tanto al inicio como a lo largo de cualquier agresión. Dedicamos bastante tiempo a trabajar los bloqueos y esquivas de cara a hacer más efectivas y operativas nuestras acciones posteriores. Este trabajo lo hacemos “pensando en la calle”, y no en situaciones ideales que por serlo, son irreales. Esto nos ha llevado a desarrollar bastante este aspecto del bloqueo huyendo de algunos bloqueos tradicionales que son lentos y difíciles de ejecutar, y por lo tanto ineficaces.

Hemos de partir de la base de que nuestro agresor va a ser más fuerte que nosotros. Esto nos obligará a buscar defensas más rápidas y ofensivas que preparan rápidamente el camino de nuestras respuestas. Pero una vez que hayamos mejorado nuestras defensas iniciales no habremos anulado definitivamente el riesgo. Mientras dure la agresión o confrontación el riesgo es enorme y en cualquier momento podríamos pagar el exceso de confianza o una apreciación incorrecta de la situación. Hay que respetar muchísimo la calle. Siempre hay una alternativa y esto es tan válido para nosotros como para nuestro agresor o agresores.

Si hemos sufrido o presenciado alguna situación violenta en la calle habremos comprobado la cantidad enorme de movimientos que tienen lugar en pocos segundos. Por parte del agresor, esos movimientos se producen en avalancha; en ese momento el instinto y la adrenalina le empujan a revolucionar su aparato motor y a golpear repetidamente, haciendo verdad aquella expresión de “*pegaba como un loco*”. Cuando esto se produce, es necesario interferir súbitamente su acción y pensamiento; hay que arrebatárle la iniciativa. Dependiendo del estilo que practiquemos, esto se hará de forma más o menos violenta, dura o suave. En Kenpo esto lo hacemos de forma violenta, tajante y directa (hablamos de una agresión decidida). En Kenjukabo a esto lo denominamos “Principio de Interferencia”, y consiste en imponer en el escenario del conflicto nuestra táctica y nuestra actitud sobre el agresor. Trabajar la faceta mental es muy importante para conseguirlo, tanto como la técnica o el aspecto físico.

En el desarrollo de la lucha, el bloqueo y el chequeo desarrollan una misma función, sin embargo, son de naturalezas distintas. Cuando chequeamos, la iniciativa es nuestra. El bloqueo va por detrás de su ataque; el chequeo se anticipa a un posible ataque inutilizando previamente su aparato motor (pierna, brazo, cadera, etc.).

El chequeo, garantía de efectividad

En Kenjukabo las manos se mueven casi siempre por delante de nuestro cuerpo, con una guardia alta y prestando mucha atención a la línea central o mediana (idea clave de los estilos Kenpo de Okinawa y en algún estilo chino como el Wing Chun). Esta es una de las diferencias del Kenjukabo con otros sistemas como el Karate, que recalcan la importancia de regresar a la cadera el puño que no participa en la acción principal (“Hikite”).

En nuestro sistema, cuando una mano o pie golpean, la otra mano desarrolla una función defensiva chequeando, lo cual nos permite desarrollar acciones continuas con ciertas garantías (continuidad de movimientos). Es como si antes de echar a correr alguien nos agarrara con fuerza del cinturón para impedirnoslo, no avanzaremos ni medio metro. Lo que anula nuestra capacidad de movimiento es una fuerza contraria “que se anticipa” a nuestra acción abortando nuestra salida.

Ahí radica la importancia del chequeo, en la anticipación. Anulamos sus movimientos antes de que se produzcan, inutilizamos sus miembros, controlamos su cuerpo y todo esto nos permite dominar la situación, impedir que el agresor actúe y piense. Entonces él nos pertenece, hemos interferido su acción y su pensamiento. Esta es una de las claves en la búsqueda de la eficacia. El chequeo aporta intuición al kenpoísta.

Tipos de chequeo

El chequeo no es sólo el patrimonio de los sistemas Kenpo. Otros estilos de lucha como el Wing Chun o las artes filipinas enfatizan este aspecto.

En las Escuelas Kenjukabo el chequeo se desarrolla en la “media” y sobre todo en el “corta” distancia, ya sea de pie o en el combate de suelo, donde es particularmente importante por lo peligroso de la distancia.

Sobre todo trabajamos el chequeo de presión, aunque también existen chequeos que atrapan o agarran. Se chequea sobre todo con las palmas de las manos, pero cualquier parte del cuerpo puede servir: pies, rodillas, codos, antebrazos, hombros, cadera e incluso la cabeza en algunas acciones en el suelo.

El chequeo puede también ejecutarse sin contacto físico con el agresor, sobre todo si nos encontramos en la media distancia. Servirá para tapar huecos, proteger los puntos débiles o zonas expuestas. Por ejemplo, si estamos atacando con nuestra mano derecha a la cara o parte superior del agresor, el chequeo lo efectuaremos con la mano izquierda, cubriendo la zona descubierta por nuestra acción, en este caso, la zona de las costillas de la parte derecha. Así protegeremos la parte expuesta, y desde ahí puede salir rápidamente la mano que chequea para encadenar nuevos golpes de forma súbita y continua. Nuestras manos y puños han de parecerse más a una metralleta que a una escopeta de sólo dos cartuchos.

De la misma forma, si estamos desarrollando nuestra acción con los brazos, podemos chequear su pierna adelantada con la nuestra (ya sea por dentro o por fuera de su guardia). Eso nos permite advertir con antelación algún movimiento de la misma, inutilizarla, efectuar barridos, etc.

Los chequeos de atrape son especialmente efectivos cuando sufrimos todo tipo de agarres (de solapa, tirones de pelo, abrazos por sorpresa, etc.). Nuestro chequeo agarra su mano impidiendo que se oponga momentáneamente a nuestro contraataque (“*quien pega primero pega dos veces*”).

Particularmente importante es el chequeo cuando la agresión se produce con algún objeto contundente y sobre todo con arma blanca. Una navaja puede pasarse por delante de nuestras narices a una velocidad vertiginosa y producir serios disgustos. El chequeo nos permitirá inutilizar sus miembros y entorpecer su movimiento, ganando así un tiempo maravilloso para desarrollar nuestro contraataque con garantías. El chequeo de presión puede salvarnos así la vida.

En definitiva, hay que impedir que el agresor se mueva con facilidad y holgura. Nuestro chequeo lo va a encorsetar y le va a bloquear todas las puertas de salida. Se encontrará como alguien que intenta correr contra la corriente de un río bravo y con el agua hasta los hombros. Al final, ésta, le arrastrará río abajo.

No poner barreras al enriquecimiento

El Kenpo se adentra en la defensa personal como alguien que se aproxima al estudio de una ciencia. En este caso es la ciencia la que lucha por defender nuestra integridad en las calles o el trabajo en una sociedad cada vez más violenta.

No se trata de aportar más violencia. En mis clases recalco en numerosas ocasiones la importancia de tener una actitud constructiva, pacífica, honesta y prudente. Cualquier sistema que se precie de eficaz ha de recomendar en primer lugar: prudencia. Es la primera ley de esta ciencia que es la defensa personal.

Toda ciencia evoluciona sin cesar incorporando hechos, hallazgos y experimentando constantemente. Así forjaron los viejos Maestros la mayor parte de los sistemas de lucha conocidos.

El Kenpo no es un sistema acotado, y no lo podrá ser nunca a no ser que pierda su esencia. Tratamos científicamente la defensa personal y eso nos obliga a mejorarlo y enriquecerlo. Se trata pues de tener la mente abierta y a salvo de falsos dogmatismos. Ese afán por mejorar es el que dio a luz los conceptos tan esenciales como el que aquí hemos tratado, el chequeo.

Gorka Asiain
(Cinturón Negro 4º Dan)