

## RASTREAR LAS TÉCNICAS

Si uno quiere estudiar Kung Fu lo primero que tiene que hacer es moverse, mover el cuerpo intentando imitar al máximo el ejemplo de movimiento que se le está mostrando. A medida que uno es capaz de realizar correctamente los movimientos que le han enseñado se le irán mostrando nuevos movimientos al tiempo que se irán corrigiendo las posturas y otros elementos básicos de gran importancia.

En el Kung Fu tradicional los movimientos o series de movimientos no se suceden los unos a los otros de forma aleatoria sino que están ordenados siguiendo una secuencia determinada. Los esquemas son secuencias con un principio y un final. Los esquemas son unidades de aprendizaje muy pensadas y elaboradas. Cada una de las piezas (series de movimientos) que los componen es importante y tiene su sentido. Los diferentes esquemas están perfectamente ordenados según niveles: básico, medio y superior.

En la enseñanza del Kung Fu hay una regla metódica muy clara; no tiene sentido enseñar una nueva serie de movimientos o un esquema nuevo si el estudiante todavía no ha aprendido la serie o el esquema anterior. Sin contradecir la regla metódica mencionada también se podría argumentar que se aprende a caminar caminando, a hablar hablando y a nadar nadando. Un mismo esquema tiene varios niveles de aprendizaje. El primero de ellos es saber realizar la secuencia. El estudiante tiene que saber fijar esta secuencia en su mente y en su cuerpo. Tiene que practicar la secuencia hasta lograr un cierto "automatismo" que después le permitirá ir puliendo todos los detalles necesarios para alcanzar progresivamente los diferentes niveles del esquema.

Entre el primer nivel de aprendizaje y los niveles superiores, en los que se trabaja específicamente la energía, habría un nivel intermedio en el cual el estudiante va identificando y conociendo con claridad la técnica que subyace en cada uno de los movimientos que ya es capaz de realizar.

En el Kung Fu todo está relacionado con todo. En un sentido amplio todo conocimiento susceptible de ser aprendido es una técnica. En este sentido amplio cada postura básica es una técnica así como cada procedimiento de nivel superior para trabajar la energía también es una técnica. En este texto estamos utilizando la palabra "técnica" en un sentido restringido. Este sentido restringido se refiere al ámbito funcional-estratégico que estaría en un lugar intermedio entre los movimientos concretos perfectamente visibles y el manejo de energía que éstos pueden conllevar, mucho más sutil y nada evidente.

El capítulo XII del libro "Pachi Tanglang Chuan" está dedicado a las técnicas características y los esquemas del Tanglang Chuen. Allí están definidas las 12 técnicas externas (Kou, Lou, Tsai, Kua, Tiao, Tchan, Png, Tsa, Tshan, Nien, Pang, Teh) y las 12 técnicas internas. Las 12 técnicas citadas son comunes a todos los subestilos de Tanglang Chuen. Este núcleo técnico común tiene sus variaciones según se trate de un subestilo o de otro. Por ejemplo, en el Liohoe Tanglang se realiza la técnica Kou (enganchar) a veces con la muñeca haciendo Kou Shou y en otras ocasiones con el antebrazo. Además cada subestilo tiene ciertas técnicas propias. A su vez las técnicas propias tienen variaciones. Una misma técnica puede tener dos o más versiones diferentes en un mismo esquema o en esquemas distintos.

El conjunto de todas las técnicas presentes en cada uno de los subestilos de Tanglang Chuen constituye un entramado funcional muy bien diseñado que puede ser rastreado en las series de movimientos que hay en sus esquemas. Este trabajo de rastreo detallado permitirá mejorar la realización de los movimientos concretos y será un segundo peldaño en el que apoyarse para subir a otros peldaños más altos.