

# Testando seu conhecimento



Este texto se destina aos cidadãos que se preocupam com sua capacidade de se defender – e não àqueles que procuram outras razões para praticar artes marciais, como filosofia, preparo físico, fazer amigos, arrumar brigas, passar o tempo etc.

**V**ocê já se imaginou adquirendo um carro usado sem testar o freio?

Você já se imaginou pulando de pára-quadras sem verificar se estava tudo OK?

Você compraria uma arma de fogo e não a testaria?

Aparentemente é algo absurdo de se pensar, certo? Mas é o que a grande maioria dos praticantes de artes marciais faz. Pouquíssimos são os que realmente testam suas técnicas. Na verdade, neste caso a maioria não sabe se ele próprio tem capacidade de se defender, e nem se a técnica aprendida realmente funciona. Mesmo assim, sente confiança no que aprendeu, apenas porque o professor ensinou ou porque viu no cinema um herói - das telas - utilizando aquela arte marcial.

## Por que isso acontece?

Creio, humildemente, que isto acontece porque confundem o seu professor de artes marciais com o “dono da verdade”, um guru de filmes ou histórias em quadrinhos que sabe todos os segredos. Mas ninguém é o dono da verdade. Nem o autor deste artigo, nem o leitor. É necessário se questionar, questionar o professor, questionar a arte. No nosso sistema, não é apenas permitido questionar, mas **NECESSÁRIO**, para que ele possa evoluir.

Para saber se é possível aplicar as técnicas aprendidas, deve-se testá-las e testar a si próprio.

É preciso se machucar para testar?

Não. Não é preciso acelerar um carro a velocidade máxima para se testar o freio. Basta fazê-lo se locomover e pressionar o pedal. Da mesma forma, desenvolvi para a minha organização toda a metodologia de testes que temos usado todos estes anos e que nos levaram a colocar nossa filosofia realista na Marinha, Aeronáutica, e diversos outros órgãos.

Sugiro ao leitor um teste simples:

Treine sua defesa de faca, por exemplo. A defesa que você aprendeu em uma arte marcial. Ou se preferir, treine várias. Coloque um óculos de proteção, um cachecol e um casaco. Peça para um amigo seu pegar uma caneta hidrográfica e atacá-lo. Mas não da forma pré-determinada que você aprendeu. Nas ruas, se pode atacar de qualquer forma, de qualquer jeito. Peça para seu amigo lhe atacar o mais rápido possível e veja depois onde foi acertado antes de conseguir fazer a defesa. Supondo, claro, que você conseguiu fazê-la. Explique ao seu amigo que ele não está sendo um parceiro de arte marcial, mas sim interpretando um bandido, um marginal. Agora olhe bem para os riscos. O que teria acontecido se fosse uma faca de verdade? Muito

sangue. Tendões rompidos, músculos dilacerados, e provavelmente artérias e veias rompidas. Você certamente teria morrido. Isso, naturalmente, se a sua defesa falhar ou se o seu amigo foi “bondoso” com você. Mas acredite – a maioria das vezes, as defesas tradicionais falham.

O casaco, cachecol e óculos devem ser usados porque a caneta tem uma pequena ponta que pode machucar. Peça para ele fazer vários ataques. dez seqüências de dez repetições. Peça para outro amigo fazer o mesmo etc. Depois teste cada uma das técnicas que aprendeu.

Agora você já sabe o que é mais simples e eficaz de fazer. Se todos os seus colegas de treinamento fizerem o mesmo, vão perceber que as técnicas bem-sucedidas para você são geralmente as bem-sucedidas para eles também. E as que não funcionam para um não funcionam para os outros. Tente chegar à porcentagem de sucesso.

Não fique chocado se perceber que a técnica que você confiava, milenar, criada por um mestre intocável, intangível, simplesmente não funciona – pode ser que você realmente tenha treinado pouco. Mas e se nenhum dos seus colegas consegue? Repense isso. Pode ser que você esteja se enganando. E o preço pode ser a sua vida.

## Testando contra-ataques indeterminados

“Me ataque com a faca deste jeito” - é uma frase comum em muitas aulas de defesa pessoal. É claro que, neste caso, a defesa vai funcionar maravilhosamente. Para se ensinar uma técnica pela primeira vez este recurso tem realmente que ser utilizado. Não existe outra forma. No entanto, deve-se ter treinamento aleatório, com ataques vindos de diversas direções e formas diferentes. Feitas por adversários diferentes - grandes, pequenos, gordos, magros, leves, pesados, fortes ou não.

Na rua o menos provável de se acontecer são os socos retos, precisos e certinhos das artes marciais. Mas quase todo o treinamento é feito desta forma. Os agressores podem nem saber socar, mas quando acertam, vão machucar muito, ou até mesmo quebrar alguns dos seus dentes e talvez ossos, caso você não tenha certeza de que seu treinamento é realístico.

Para testar, por exemplo, defesas de socos, vista um protetor de cabeça e dê um par de luvas a um amigo seu. E peça para ele lhe acertar aleatoriamente - mas com socos abertos, fechados e de todos os ângulos possíveis.

Nas ruas os ataques não são pré-determinados, e desta forma os seus treinamentos e seus testes devem ser assim também. No cinema, os dublês são pagos para apanhar - por isso o astro consegue vencê-los utilizando as técnicas mais absurdas. Acho inacreditável ver pessoas na rua dizendo “ele é muito bom, não é?”, como se as lutas dos filmes fossem reais.

Muitas das técnicas podem ser testadas em casa. Cada ataque tem uma forma correta de se testar sem lesionar quem está testando. Existem algumas técnicas, no entanto, nas quais são necessários alguns equipamentos especiais. Facas que dão choque elétrico, pistolas de paintball, manoplas de vários formatos, objetos de plástico como cadeiras e garrafas.

O Kombat é um sistema marcial, uma técnica marcial, um método. De forma alguma é uma arte, pois não andamos pelo caminho da estética. É

um método científico, já que testamos tudo de forma técnica e precisa. No Batalhão Humaitá e Batalhão Riachuelo (batalhões de Fuzileiros da Marinha do Brasil), o contingente é de 1300 pessoas, 10 repetições de cada técnica, 26.000 testes de cada técnica. Mesmo assim, não tínhamos atingido o necessário, já que mulheres, crianças e idosos não fazem - naturalmente - parte do grupo de fuzileiros. Para isso precisamos testar e retestar em academias. Por isso podemos afirmar, com certeza, que existem técnicas de artes marciais que funcionam perfeitamente e algumas cuja chance de sucesso não chega a um por cento. E é nisso que nos baseamos para desenvolver o sistema. Temos tudo tabelado, todas as probabilidades de cada técnica, de cada luta.

Você arriscaria sua vida em uma técnica que você mesmo testou e só teve um por cento de sucesso?

Cada experiência pode e DEVE ser repetida. Por isso eu sempre sugiro aos alunos testarem o que sabem. Façam os testes em casa e tirem suas próprias conclusões. Comparem com os testes dos seus amigos.

Um dia, recebi um telefonema: “Alô? É o Mestre Paulo? Do Kombat?”. “Sim. Boa tarde”, respondi. E meu interlocutor foi direto ao assunto: “Se um amigo seu estivesse sendo atacado por uma faca, o que você faria?”. No momento, imaginei que se tratava de uma brincadeira. Mas ele completou: “É sério.”. Eu disse: “Em primeiro lugar, tentaria tirar o meu amigo do local, em segundo usaria uma arma longa, depois uma improvisada, uma lâmina. Em último lugar, eu usaria as mãos” (Este princípio se chama ABACO2 no Kombat).

Na primeira aula deste cidadão, perguntei o “porquê” da pergunta, e ele simplesmente tirou a camisa, mostrou quase uma dezena de cicatrizes - umas longas, umas curtas e outras fundas. E começou a chorar copiosamente, na frente de uma turma de treinamento em um sábado pela manhã. Não estou falando de uma criança, mas de um homem de mais de 30 anos, profissional liberal. Ficou um ambiente extremamente desagradável.

O fato que o traumatizou foi que ele vivenciou a situação do “Amigo atacado pelo agressor com faca”, e procurou fazer o que lhe foi ensinado durante 14 anos. E falhou drasticamente. Ficou um bom tempo sendo “remendado” no hospital - não digo apenas pontos, mas ficou muito tempo porque algumas partes simplesmente “não fechavam”. Ele não falhou por falta de habilidade - tinha 14 anos de treinamento, mas porque a técnica usada simplesmente não funciona.

Eu recomendo a todos os leitores, que não ignoram a violência que aí está, a testar suas técnicas. Nas ruas não se tem segunda chance. E o pior não seria a sua morte, mas a morte das pessoas que você não teve capacidade de defender, porque você, como guerreiro, preferiu confiar cegamente no que aprendeu. ■



**Mestre Paulo Albuquerque:**  
Fundador do Kombat - [www.kombat.org](http://www.kombat.org)

Analista de Sistemas, e graduado em diversas artes marciais, sendo o único graduado em Kali no Brasil, Mestre Paulo Albuquerque é responsável pelo treinamento dos guardacostas das maiores celebridades da TV Globo (RJ), e por diversas facções da Marinha do Brasil, tendo ensinado inclusive no Curso de Especialização de Guerra Anfíbia, Batalhão Riachuelo, batalhão Humaitá, no primeiro Curso de Segurança para embaixadas e Companhia de Polícia do Batalhão Naval, na polícia lecionou também na ESPM (Escola Superior da Polícia Militar), lecionou também para diversos Marines do Exército Americano, onde trabalhou em 1995. A Kombat já está em diversas outras organizações de todo o Brasil.