

Voorlichtingscampagne 'Chinese Interne Martial Arts', november 2013

LS,

De Chinese Interne Martial Arts (CIMA) kennen een lange geschiedenis en worden op grote schaal uitgeoefend in de hele wereld. Vanaf de zomer van 2012 heeft de Nederlandse Federatie voor Krijgskunsten (NFK) een stijlgroep die de CIMA vertegenwoordigt en hun belangen behartigt. De volgende stijlen zijn daarin opgenomen: Taijiquan, Baguazhang, Xingyiquan en Yiquan. De missie van de CIMA Stijlgroep is om het cultureel erfgoed van de Chinese Interne Martial Arts te promoten en haar unieke waarden te behouden. Er is bewust voor gekozen om de krijgskunsten in één domein onder te brengen om de beoefenaars te helpen het verwante (krijgs)spectrum in het hart van de CIMA te ontdekken. Daarbij vragen de uniek Chinese benadering van gezondheidsonderhoud en zelfverdediging tezamen bij al deze krijgskunsten om een fysiologisch- en psychologisch ontwikkelingstraject, om een kennisveld ter behandeling en preventie van aandoeningen en om de professionele- en morele ontwikkeling van de beoefenaar. Er zijn binnen de CIMA disciplines dus op diverse terreinen overlapping in kennis en kunde.

Tegenwoordig focussen veel 'niet traditionele scholen' binnen de Taijiquan op het gezondheidsonderhoud en welzijn ten koste van de martiale aspecten van de stijl. Traditioneel daarentegen werden en worden de CIMA beoefenaars opgeleid om een effectief antwoord voor zelfverdediging en andere krijgssituaties te verzorgen met behoud van de focus op de gezondheidsaspecten. Juiste aandacht, interpretatie en uitvoering van de vormen en houdingen zullen leiden tot een betere gezondheid en een beter welzijn naast realistische kennis voor zelfverdedigingsituaties.

Helaas ontbreekt het bij de gangbare opleidingen vaak aan een systematische aanpak die het mogelijk maakt om beoefenaars te beoordelen en in te delen naar niveau op een redelijke- en onderling vergelijkbare manier. Traditioneel zocht de student een 'master' in een van de CIMA krijgskunsten en stond vervolgens onder toezicht van hem. Na jaren van training kon de meester de leerling bevorderen tot de status van 'master' als jongste representant van de erfopvolging binnen het systeem. Om een aantal redenen werkt dit systeem in het huidige tijdsbeeld minder goed. Het is een 'alles of niets' systeem en kent geen 'stap voor stap' methodiek van vaste kennisdosering, van vooraf vastgelegde logische kennisopbouw en daarop afgestemde deelexaminering. Daarnaast is het meester gebonden. Mocht een student voor zijn werk moeten verhuizen naar een andere streek dan is het opzoeken van een andere 'master' in dezelfde krijgdiscipline geen oplossing, de opbouw van de technieken (de leer volgorde) ter plekke kan breed verschillen met alle praktische problemen voor de student van dien.

Een van de eerste activiteiten van de stijlgroep CIMA binnen de NFK was dan ook een systeem opzetten voor de Chinese krijgskunsten met behulp van het reeds in andere systemen beproefde Ji (Kyu) - Duan (Dan) concept. Dit is een van de eerste pogingen buiten China om de 'Chinese Internal Martial Arts' beoefenaar te helpen bij het beheersen van de stijlen. De NFK vormt hierbij het kader voor nationale- en internationale accreditatie en acceptatie. Met deze werkmethode voor handen kan succesvol aan een verdere popularisering van de beoefening van de Chinese Interne Martial Arts op correcte wijze worden gewerkt.

De eerste drie Duan graden richten zich op het tactisch inzicht en het vermogen om de technieken van de respectievelijke stijlen goed uit te voeren. Vanaf de vierde Duan komt daarbij de opbouw van de 'interne kracht' (de 'Jin') en de vaardigheid om het te gebruiken in verdere oefeningen zoals in 'Fa Jin' en in 'Pushing hands' toepassingen.

De NFK werkt ook aan Instructeur certificering. Deze certificering is niet gerelateerd aan de kennis van de martial arts van het individu, maar over hoe hij of zij presteert als instructeur waarbij theoretische achtergrondkennis en vaardigheden bij de toepassing van deze kennis centraal staan. Ook een elementaire EHBSO (eerste hulp bij sportongevallen) module zal deel uitmaken van deze opleiding.

Wilt u meer informatie over de CIMA, het Ji-Duan systeem of de NFK bekijk dan de website www.neigong.nl of www.federatiekrijgskunsten.nl. Eventuele verdere vragen over de CIMA kunt u mailen naar underheavenmartialarts@gmail.com.

Met vriendelijke groet,

Shi Dan-Qiu
Technisch Directeur CIMA
Nederlandse Federatie voor Krijgskunsten

p.s.

Deze vertaling is met zorg opgesteld om de inhoud van het Engelse artikel zo goed als mogelijk weer te geven. Voor de formele uitgangspunten blijft de verwijzing naar het Engelstalige artikel echter van toepassing.