

A Magyar Taiji Kulturális Központ

Taijiquan szintvizsgarendszere

Általános elvek

1. A Taijiquan szintvizsga célja

A Taijiquan szintvizsgarendszer célja elősegíteni a Magyar Taiji Kulturális Központ (továbbiakban a „Központ”) fejlődését és szabványosítani a Taijiquan-gyakorlók technikai és elméleti szintjének meghatározását. A Központ a Taijiquan fejlődését és elterjedését segítő hozta létre ezt a rendszert, hogy növelje a gyakorlók technikai és elméleti tudását és javítsa egészségüket. Ez a szakszerű, egységes rendszer útmutatóul szolgál a gyakorlók számára, hogy technikai és elméleti ismereteiket elmélyítsék a Taijiquan terén, valamint hogy nyomon követhessék fejlődésüket a gyakorlás különböző fázisaiban. A Központ ezzel a gyakorlók érdeklődését kívánja felkelteni és motivációját erősíteni a Taijiquan tanulása iránt, hogy megtapasztalják a Taijiquan gyakorlásának előnyeit, a test és a szellem egészségét.

2. Jogosultság és hatáskör

A Központ létrehozta a Szintvizsga Bizottságot (továbbiakban a „Vizsgabizottság”), amely egyedülként jogosult lesz Taijiquan szintvizsgákat szervezni és szinteket adományozni a vizsgázóknak ezen vizsgarendszer szabályai szerint. A Vizsgabizottság felelős a jelentkezők alkalmasságának vizsgálatáért, a vizsgát értékelő bírók kijelöléséért, a vizsgaeredmények hitelesítéséért és a szintek odaítéléséért.

Ez a rendszer a Központ minden tagjára nézve kötelező érvényű a vizsgákra jelentkezés, valamint a Központ által odaítélendő szintek elnyerésének terén.

3. A szintek típusai

Ez a rendszer kilenc szintet különböztet meg – kezdő szinteket (I-III), haladó szinteket (IV-VI) és magas szinteket (VII-IX). Minden szint megfelel a kungfu egy szintjének (vagyis a Taijiquan gyakorlása során elért összes eredménynek, beleértve a képességeket, állóképességet és más feltételeket.)

4. Oklevél, öltözet és jelvények

- (1) A Központ oklevelet (szintbizonyítványt) ad azok számára, akik sikerrel teljesítik az adott vizsgát. Az előző szintről szóló oklevelet vissza kell szolgáltatni a Központnak a következő sikeres szintvizsgát követően.
- (2) Az okleveleket a Központ (a Nemzetközi Chan Wu Szövetség tagja) tervezi meg és nyomtatja ki.
- (3) Az öltözetet és a jelvényeket a Központ (a Nemzetközi Chan Wu Szövetség tagja) tervezi meg és készíti el.

Jelentkezés a vizsgára, a szintek elnyerésének módja és kritériumai

A Vizsgabizottság megvizsgálja, hogy a gyakorló mióta tanul Taijiquan-t, milyen a technikai és elméleti felkészültsége, erkölcsileg mennyire szilárd, alkalmazza-e az etikettet, valamint együttműködik-e a Központtal. A Vizsgabizottság ezek alapján dönt, hogy egy szint odaítélhető-e a jelentkezőnek. A feltételek és módozatok a következők:

1. A jelentkezés módja és feltételei

- (1) Azok a gyakorlók, akik erkölcsösen viselkednek, szeretik a Taijiquan-t, betartják a Taijiquan magatartáskódexét és megfelelnek a jelentkezés és vizsgára bocsátás követelményeinek, jelentkezhetnek és részt vehetnek a szintvizsgán.
- (2) Ki kell tölteni a jelentkezési lapot és be kell fizetni a vizsgadíjat.

- (3) A jelentkezőnek meg kell felelnie az általa megpályázott szint vizsgakövetelményeinek. Nem lehet kihagyni olyan vizsgát, amit a jelentkező még nem teljesített.
- (4) A jelentkező minősítését a Vizsgabizottság végzi. Azok, akik nem felelnek meg a követelményeknek, nem vehetnek részt a szintvizsgán.

2. A szintek megszerzésének módja

- (1) Az I-IV. szint egy év alatt szerezhető meg, félévente egy vizsgával. A vizsgák júniusban és decemberben vannak. Azok, akik mindkét vizsgát sikerrel teljesítik az egy év leforgása alatt, és elfogadják az erkölcsi tanításokat és a Taijiquan tanulásának alapelveit, megkaphatják a kívánt szintet.
- (2) Az V. és a VI. szint két év alatt szerezhető meg, félévente egy vizsgával. A vizsgák júniusban és decemberben vannak. Azok, akik mind a négy vizsgát sikerrel teljesítik a két év leforgása alatt, és megfelelnek a Taijiquan viselkedéskódexének, erényesek és morálisan kifogástalanok, megkaphatják a kívánt szintet.
- (3) A VII-IX. szint megszerzésének módját a Központ a későbbiekben szabályozza.
- (4) A Központ fenntartja a jogot, hogy tiszteletbeli magas rangot adományozzon olyan közéleti szereplőknek, akik a Taijiquan fejlődésében kitüntetett szerepet vállalnak.

3. A szintvizsga értékelésének kritériumai

- (1) A bemutatott Taijiquan formák értékelésének szempontjai:
 - (i) a formában való jártasság foka;
 - (ii) a mozdulatok és állások helyessége, szabályossága;
 - (iii) a technikák és alkalmazások logikája, indokoltsága;
 - (iv) az esszencia (jing), energia (qi) és szellem (shen) megnyilvánulása a formagyakorlat bemutatása közben;
 - (v) a formagyakorlat ritmusának, összhangjának és folyamatosságának átfogó technikai szintje; és
 - (vi) a belső (tudat és szellem) és a külső (mozdulatok és test) közötti összhang és harmónia.

(2) A faállás (zhan zhuang) értékelése:

A faállás közben értékelni kell a fej, nyak, váll, kéz, könyök, mellkas, hát, derék, csípő, fenék, térd és láb helyzetét a megadott időtartam alatt, a faállás alapelveinek és követelményeinek megfelelően. A vizsgázó arckifejezése, légzése és stabilitása szintén ellenőrizendő.

(3) A Taijiquan alkalmazások értékelésének szempontjai:

- (i) az alkalmazás végrehajtásának helyessége valós küzdelem imitálásával;
- (ii) az bemutatott alkalmazás hatékonysága valódi harcban;
- (iii) a Taijiquan alapelveinek és technikáinak megnyilvánulása a bemutatott alkalmazásokban (pl. kerüljük ki a szemből jövő támadást, hogy oldalról támadhassunk, lágy technikával győzzük le a keményet, stb.)

(4) A vizsgázó erkölcsének, szemléletmódjának, etikettjének és elméleti tudásának értékelése a következő szempontok alapján:

- (i) a gyakorló megfelelő szemlélete és a Taijiquan etikettjének betartása;
- (ii) a gyakorló tudása a Taijiquan alapjairól és elméletéről megfelelően a megpályázott szintnek; és
- (iii) a vizsgázó által írt esszék tudományosak és logikusak legyenek.

A jelentkezés feltételei és a vizsga tartalma

A vizsga a következő részekből áll: Taijiquan formák bemutatása, Taijiquan mozdulatok értelmezése és alkalmazása, valamint esszék írása a Taijiquan elméletéről. A teljesítmény a vizsgázó etikettje, a forma végrehajtásának technikai szintje és a Taijiquan alapjainak és elméletének ismerete alapján értékelendő. A vizsga azokra a formákat épül, amelyeket ez a rendszer foglal össze. A részletes jelentkezési feltételek és a vizsga tartalma az egyes szinteken a következő:

I. szint :

1. **A jelentkezés feltételei:**
 - (i) egy éves gyakorlat a Taijiquan-ban, és
 - (ii) legalább egy Taijiquan formát tanult.
2. **Bemutató:** 24-es forma
3. **Elméleti követelmények:**
 - (1) Egy esszé a kéztartásokról, állásokról és a Taijiquan testtartás követelményeiről; és
 - (2) Egy esszé a Taijiquan-nal kapcsolatos ismeretekről és ezek értelmezéséről (nincs terjedelmi korlát).

II. szint:

1. **A jelentkezés feltételei:**
 - (i) az I. szintű vizsgát teljesítette; és
 - (ii) legalább két Taijiquan formát tanult, pl. 24-es forma és Chen 13-as forma.
2. **Bemutató:** Chen 13-as forma
3. **Elméleti követelmények:**
 - (i) Egy esszé a Taijiquan eredetéről és különböző stílusairól; és
 - (ii) Egy esszé arról, hogy mit tanult a vizsgázó a Taijiquan gyakorlásából (pl. hogyan hat a Taijiquan a gyakorlóra); avagy milyen belátásokra jutott a gyakorlás közben (nincs terjedelmi korlát).

III. szint:

1. **A jelentkezés feltételei:**
 - (i) az I-II. szintű vizsgát teljesítette; és
 - (ii) legalább két pusztakezes Taijiquan formát tanult, pl. 24-es forma, Chen 13-as forma; és egy fegyveres formát, pl. 32-es kard forma, stb.
2. **Bemutató:** 32-es kard forma
3. **Elméleti követelmények:**
 - (i) Egy esszé a Taijiquan jellegzetességeiről; és
 - (ii) Egy esszé a Taijiquan tudományáról (pl. alapvető követelmények és a gyakorlás szempontjai); valamint egyéni tapasztalatok a Taijiquan tanulásában (nincs terjedelmi korlát).

IV. szint:

1. **A jelentkezés feltételei:**
 - (i) az I-III. szintű vizsgát teljesítette; és
 - (ii) legalább három pusztakezes Taijiquan formát tanult, pl. 24-es forma, Chen 13-as forma, 42-es forma; és két fegyveres formát, pl. 32-es kard forma és Bagua szablya forma, stb.
2. **Bemutató:**
 - (i) Faállás: 20 perc
Egyszer kell bemutatni, az első vizsgán. Ez az V-VI. szintre is ez érvényes.
 - (ii) Formák: 42-es forma és Bagua szablya forma az első vizsgán
 - (iii) Alkalmazás: A második vizsgán a vizsgabíró kiválaszt 10 mozdulatot mindegyik formából és a vizsgázónak értelmeznie és alkalmaznia kell őket.
Amennyiben a vizsgázó még nem tanulta az adott formagyakorlat alkalmazásait, mutathat alkalmazásokat olyan (más) formákból, amiket ismer. Ez érvényes az V-VI. szint alkalmazásaira is.
3. **Elméleti követelmények:**
 - (i) Egy esszé a Taijiquan kialakulásának alapjairól, vagyis azokról a fontos forrásokról, melyek a Taijiquan formák és elméletek alapját képezik (1500 szó); és
 - (ii) Egy esszé arról, hogy a vizsgázó szerint a Taijiquan megközelítése és elmélete alkalmazható-e az életben; valamint a Taijiquan gyakorlás egyéni tapasztalatai (nincs terjedelmi korlát).

V. szint:

1. **A jelentkezés feltételei:**
 - (i) az I-IV. szintű vizsgát teljesítette; és
 - (ii) legalább öt pusztakezes Taijiquan formát tanult, pl. 24-es forma, Chen 13-as forma, 42-es forma, Chen Yilu, és Yang 85-ös forma; és három fegyveres formát, pl. 32-es

kard forma, 42-es kard forma és Bagua szablya forma, stb.

2. **Bemutató:**

(i) Faállás: 30 perc

(ii) Formák: Chen Yilu, 42-es kard forma és Yang 85-ös forma az első fordulón.

A vizsgázó szabadon dönthet arról, hogy az első vagy a második évben egy vagy két formát mutat-e be. Ha úgy dönt, hogy egy formát mutat be az első évben, akkor a másik kettőt a második évben kell bemutatni, és fordítva.

(iii) Alkalmazás: Az első és második év második vizsgafordulóján a vizsgabíró kiválaszt 10 támadási módot. A vizsgázónak reagálnia kell saját megítélése szerint, az első fordulón bemutatott forma egyik megfelelő technikáját alkalmazva.

3. **Elméleti követelmények:**

(i) Egy átfogó esszé a Taijiquan eredetéről, kialakulásáról és az egyes stílusok jellegzetességeiről és fejlődéséről (1500 szó); és

(ii) Egy esszé arról, hogyan lehet a mindennapokban alkalmazni a Taijiquan-t; valamint a Taijiquan gyakorlás egyéni tapasztalatai (nincs terjedelmi korlát).

VI. szint:

1. **A jelentkezés feltételei:**

(i) az I-V. szintű vizsgát teljesítette; és

(ii) legalább hat pusztakezes Taijiquan formát tanult, pl. 24-es forma, Chen 13-as forma, 42-es forma, Chen Yilu, Yang 85-ös forma, Duilian; és négy fegyveres formát, pl. 32-es kard forma, 42-es kard forma, Bagua szablya forma és legyező forma, stb.

2. **Bemutató:**

(i) Faállás: 30 perc

(ii) Formák: Duilian az első év első fordulóján

Legyező forma a második év első fordulóján

- (iii) Alkalmazás: Az első és második év második fordulóján a vizsgabíró kiválaszt 10 támadási módot. A vizsgázónak reagálnia kell egy megfelelő mozdulat alkalmazásával. A vizsgázó szabadon választhat bármilyen mozdulatot, amit a leginkább alkalmasnak és logikusnak vél, a Taijiquan technikáival összhangban.

3. **Elméleti követelmények:**

- (i) Egy esszé a Taijiquan öt lépéséről és nyolc módszeréről – „wu bu ba fa” (1500 szó); és
- (ii) Egy esszé a Taijiquan tudományáról szakértő szemmel, pl. egy Taijiquan technika kidolgozása; valamint a Taijiquan gyakorlás egyéni tapasztalatai (nincs terjedelmi korlát).

VII., VIII. és IX. szint:

A részletes követelményeket a Központ később határozza meg.