Цинь-на и туйшоу

Когда Запад узнал о китайском кунг-фу, или ушу, — даже сами эти слова вызывали священный трепет. В представлении обывателя не было более грозного соперника, чем мастер кунг-фу. Но прошло время, и ушу уже не выглядит столь непобедимым, а порою даже кажется, что в боевых искусствах Востока не осталось никаких тайн. Но это не совсем так. Цинь-на, мало известное у нас и потому загадочное боевое искусство Поднебесной, позволяет мастеру превращать противника в беспомощную куклу.

Цинь-на в одном из переводов на русский язык означает «болевые, контролирующие захваты». Казалось бы, что в этом загадочного? Ведь многие виды борьбы и кулачного боя имеют в своем арсенале болевые приемы, броски, воздействия на суставы, связки и т. д. Однако цинь-на - это своеобразная, даже уникальная система ведения боя. Она основана на доскональном знании особенностей анатомии человека, необычной специальной подготовке тела бойца, изощренной стратегии и тактике.

Практикующий цинь-на должен хорошо знать анатомические и физиологические особенности строения тела человека, владеть правильной техникой приемов, подразумевающих строгую геометрию движений для правильного приложения силы. Но и этого

недостаточно. Помимо всего прочего, у мастера должна быть абсолютно невероятная сила захвата, большая цепкость пальцев и особым образом укрепленные запястья и предплечья. Без этого приемы цинь-на не работают, а достичь правильного состояния очень непросто, особенно при отсутствии корректных методик подготовки.

В итоге цинь-на невозможно изучить за короткое время, а тратить годы жизни на постепенное овладение всеми секретами этого боевого искусства согласен не каждый. Особенно это не по вкусу тем, кто стремится к быстрому проявлению власти над людьми, или людям с преступными намерениями.

Для тех же, кто избрал для себя изучение боевых искусств как образ жизни, цинь-на подходит идеально, потому что предполагает постепенное, неуклонное самосовершенствование, которое в конце концов дает вам в руки грозное оружие, способное защитить человека в опасной ситуации.

источник статьи

мастерское владения искусством цинь-на и туйшоу можно увидеть на данном видео:

http://sibkungfu.ru/wp-content/uploads/2017/10/цинна-туйшоу-.mp4

а так же по вт и чт с 20-00 на практике попробовать приемы цинь-на и туйшоу