

de passie van **Gijs** Lijnsvelt



Techniek uit de 3e kata – Saifa Sandan (foto voor het kempoboek)

Bij een eerste ontmoeting met Gijs denk je wat een aardige, rustige man (..en dat is hij natuurlijk ook). Niets doet je vermoeden dat hij al jarenlang een fanatiek beoefenaar is van diverse oosterse vechtkunsten. Nog specifiek, Gijs is zelfs rijkserkend leraar Martial Arts. Zijn passie voor de vechtkunst is zelfs zo groot dat hij een eigen school voor vechtkunst in het Shaolin Kempo heeft. Klinkt heel exotisch! We vroegen Gijs hoe een en ander zo gekomen is.

Gijs begint het interview meteen met een van de grootste vooroordelen over vechtsporters: "Allereerst wil ik een groot misverstand de wereld uit helpen. Veel mensen hebben het idee dat beoefenaars van vechtkunsten agressief zijn. Dat beeld klopt niet.

De echte beoefenaar oogt juist rustig, vriendelijk en hulpvaardig. Door de jarenlange training die nodig is om de technieken aan te leren en te beheersen en de strenge discipline tijdens de training, worden eigenschappen zoals geduld, kalmte en doorzettingsvermogen ontwikkeld. Tijdens de training kan de beoefenaar alle overvloedige energie kwijt en heeft hij/zij buiten de training geen enkele behoefte meer om enige vorm van agressie ten toon te spreiden. *Je ontwikkelt niet je agressiviteit, maar je leert je juist beheersen!"*



De naam Kwoon Dat Mor bestaat uit 2 delen:

- Kwoon = Cantonees voor 'trainingshal' of vergelijkbaar met de Japanse term 'Dojo'
- Dat Mor = Cantonees voor de naam van de Indiase monnik Ta Mo, die aan de bron heeft gestaan van de Shaolin vechtschool.



WAT IS SHAOLIN KEMPO EIGENLIJK?

"Ik maak altijd de vergelijking met het Karate, een vechtkunst die veel mensen wel kennen. Ik noem het dan echter Chinees Karate. Shaolin Kempo is een vechtkunst van Chinese origine waarbij zowel de armen als benen in gelijke mate worden gebruikt. Het kenmerkt zich vooral door circulaire bewegingen, lage standen, veel openhand technieken en soepele, doch krachtige bewegingen. Het Kempo heeft een grote verscheidenheid aan technieken, waarvan een aantal zijn afgeleid van dieren (tijger, kraanvogel, slang etc...)

HOE BEN JE BEGONNEN MET SHAOLIN KEMPO?

"In 1978 kwam ik in aanraking met het Shaolin Kempo door een vriend van een van mijn zussen. Hij was 2e dan Shaolin Kempo en gaf zelf ook les in Rotterdam. In datzelfde jaar werd er in Amersfoort gestart met Kempo-lessen door Kempoclub Dat

Mor. Ik was 16 jaar en mocht van mijn ouders niet op deze sport. Na een jaar lang aandringen mocht ik uiteindelijk op Shaolin Kempo. Samen met een schoolvriend ging ik op vrijdagavond naar de eerste les en vanaf dat moment was ik verkocht. Ik trainde

ongeveer 20 uur per week en na 7 jaar behaalde ik samen met mijn trainingspartner in 1987 mijn zwarte band. Vanaf mijn bruine band assisteerde ik mijn leraar al tijdens de lessen en dat ging steeds verder, tot het zelfstandig draaien van de lessen.



Gijs met zoon Stijn tijdens het oefenen van een kata



Katatraining bij de junioren/senioren

Een klein stukje geschiedenis

Volgens de legende zou Shaolin Kempo zijn ontstaan uit de -vecht-/verdedigingstechniek die meer dan duizend jaar geleden door de Indiase monnik Ta Mo zou zijn geleerd aan monniken van het Shaolin Klooster in de Chinese provincie Honan. Ta Mo, ook wel bekend onder de Indiase naam Bodhidharma, zou deze 'kunst van het overleven' aan de monniken hebben geleerd om hun lichamelijke conditie te verbeteren, zodat ze niet steeds in slaap zouden vallen tijdens de (langdurige) meditaties. Ta Mo wordt tevens

gezien als de grondlegger van het "Zenboeddhisme", een belangrijke stroming binnen het Boeddhisme, waarbij de meditatie centraal staat. Het Shaolin Klooster werd befaamd om zijn vecht-/verdedigingskunst en verbreidde zich over grote delen van China en vele andere stijlen ontwikkelden zich hieruit. Via Indonesië kwam de Shaolin vecht-/verdedigingskunst rond de jaren vijftig naar Nederland. In eerste instantie werd het alleen beoefend door de Indische Nederlanders, echter vrij snel werd het ook aan de Hollanders geleerd.

Foto 1 en 2: Jeugdgroep 1

Foto 3: Zoon Jesse in spagaat



Ter ondersteuning van mijn lesgeven ben ik in 1986 de NSF Sportmassage opleiding gaan volgen en behaalde mijn diploma. Helaas besloot mijn leraar in 1989 te stoppen met het lesgeven en de school zou worden opgeheven. Ik vond dat natuurlijk erg jammer en kwam voor de keuze staan om de school voort te zetten of op zoek te gaan naar een nieuwe school waar ik lekker verder kon gaan met trainen. Ik koos voor het eerste."

EN HOE GING HET TOEN VERDER?

"De school had nog maar weinig leden toen ik hem overnam. Als start heb ik de naam veranderd in de huidige naam: Kwoon Dat Mor. Daarna ben ik met diverse groepen jongens gaan praten en heb een aantal kunnen overhalen om te komen trainen, het ledenaantal groeide daarna snel. Om mijzelf nog meer te bekwamen in het lesgeven ben ik in 1994 de LMA-opleiding (Leraar Martial Arts) gaan volgen en behaalde mijn diploma. Daarmee ben ik gecertificeerd rijkserkend vechtkunstleraar.

Door persoonlijke omstandigheden en later mijn verhuizing naar Tiel besloot ik in september 1997 te stoppen met het lesgeven, met de intentie om in de toekomst de school elders weer op te starten."

JE BENT DUS DAARNA HELEMAAL OPNIEUW BEGONNEN?

"Ja. Mijn 2 zonen Jesse en Stijn wilden graag Shaolin Kempo leren, maar alleen van mij. Ik heb dat nog een beetje afgehouden, maar wilde ze wel stimuleren om een vechtkunst

te beoefenen. Dus gingen ze allebei op Kyokushinkai Karate (Jesse een jaartje eerder dan Stijn). Ik ging elke les mee, maar zat niet alleen als vader op de bank, maar ook als leraar. Ik had steeds meer kritiek en de druppel was een wedstrijd in Duitsland. Bij thuiskomst werd de beslissing genomen. Ik ging zelf weer lesgeven.

Ik wilde wel dat ze met leeftijdgenoten konden trainen, dus ik wilde het groot aanpakken. Annet had binnen een week een zaal geregeld en op 18 en 25 april 2008 heb ik twee introductielessen gegeven in Borculo. De media in de regio hadden er al uitvoerig aandacht aan besteed. Beide lessen zaten helemaal vol en de groepen moesten direct gesplitst worden. En vanaf die datum is de school in een stijgende lijn gegroeid.

Op dit moment zijn er drie groepen. De leeftijd van de leden varieert van 6 t/m 68 jaar, waarbij het grootste gedeelte (ongeveer 75%) jeugd is. We doen gemiddeld drie keer per jaar mee aan wedstrijden, met name NK's en we halen steeds meer prijzen weg. Het Shaolin Kempo is een gezinsactiviteit geworden. Annet is op de achtergrond de stuwende kracht, ze doet het administratieve gedeelte, maar is ook de verbinding tussen de ouders van leerlingen en mij. Dat maakt de combinatie ook zo krachtig en maakt ons credo 'Aandacht voor het individu' ook mogelijk."



Gijs coacht tijdens het NK Kempo Fighting 2009 twee wedstrijd deelnemers: (zoon) Jesse en Tom.



Alweer veel successen voor het team van Gijs, op zondag 28 november 2010 tijdens het toernooi van Vechtkunsten.nl.

WAT IS DE REDEN DAT JE LERAAR BENT GEWORDEN?

“Ik weet en heb zelf ervaren wat het beoefenen van een vechtkunst doet met een leerling. Er zit zowel een fysiek als een mentaal aspect aan. Fysiek worden conditie, lenigheid, controle, lichaamsbeheersing en reactievermogen bevorderd. Mentaal leer je weerbaarder te worden; je ontwikkelt zelfvertrouwen, doorzettingsvermogen, discipline, concentratie en karakter. Het lesgeven geeft mij enorm veel energie, maar nog belangrijker is dat ik door positieve aandacht een leerling kan begeleiden in zijn/haar groei. De reacties van ouders zijn daarbij een belangrijke motivator.

Een voorbeeld: een kind komt met gebogen rug en hangende schouders naar de kempoles, hij wordt ook gepest op school. Na een periode kempotraining komt deze jongen thuis van school en roept naar zijn moeder: “Mam, hier zit een kanjer!” Op school heeft hij de grootste pestkop na verschillende waarschuwingen gevloerd in de klas en ontvangt een luid applaus van zijn klasgenoten. Hij is niet meer gepest. Hij komt nu met een rechte rug en schouders naar je toe, en kijkt je vol zelfvertrouwen aan.

Een andere leerling geeft aan: door het Kempo ben ik gelukkiger geworden. Dat ik een aandeel mag hebben in de ontwikkeling en groei van deze kinderen (en volwassenen) is mijn grootste beloning. Daar doe ik het voor!”



Techniek uit de 4e verdediging (foto voor het kempoboek)

Eigen Shaolin Kempo-boek

Op dit moment is Gijs druk in de weer om een boek samen te stellen met daarin de verschillende technieken van het Shaolin Kempo. Een arbeidsintensief project, waarbij alle verschillende houdingen en bewegingen van de verschillende poses gefotografeerd moet worden. Zodra het boek gereed is hebben we bij Acto natuurlijk de primeur!

Nog een leuk weetje voor de oudgedienden onder ons

Er was vroeger nog een collega die aan Shaolin Kempo deed: dat was namelijk Edu Walter, hoofd technische dienst. Hij was bruine band en was leerling van Rob Faulhaber, zoon van Carel Faulhaber, een van de Indische Nederlanders die het Shaolin Kempo naar Nederland bracht.