

## Significado De Tradição

*Para as pessoas praticarem o Pak Hok Pai sob a custódia de um excelente professor tradicional, a inteira noção do que é tradicional e os padrões esperados são muito claros, mas para aqueles que não são sortudos por não estarem nestas academias verdadeiras isso parece um pouco difícil de se alcançar, preferindo-se estar longe de explicações problemáticas que definem, na tentativa de identificar os méritos exatos do sistema tradicional, baseando-se em documentos históricos, histórias orais, a linha do tempo e sistemas técnicos. Em resumo, o Pak Hok Pai é combate, dedicação, auto-compreensão, e é destinado à excelência.*

### O tradicional é voltado para a luta

*O Pak Hok Pai tradicional é 100% orientado para o combate, orientado e projetado por uma única e exclusiva razão: luta ( algumas pessoas preferem o termo defesa pessoal, para não exporem qualquer imagem negativa ). com certeza existem outras pessoas que procuram outras coisas no estudo da arte, mas como os benefícios para saúde, mas o Pak Hok Pai não foi designado para o propósito de simples exercício ou auto-satisfação. frequentemente as pessoas perdem esta visão no treinamento, onde elas só enxergam a falta de concentração nos movimentos, força, velocidade, precisão, e o mais importante, a intenção. Estes resultados de uma forma e para efeito geral, parecem estar no num naufrago, que inibe suas habilidades de alcançar a competência em luta, tomando qualquer exercício que enfraqueça a concentração de combate e intenção que é uma forma de banalizar o Pak Hok Pai tradicional.*

*Outra noção com este preceito, é a idéia de ser sistematicamente específico, isto é, se você está se rotulando como lutador de Pak Hok Pai, é melhor começar a saber como lutar usando estratégias do sistema Pak Hok Pai. É realmente bastante desanimador, ver um praticante de Pak Hok Pai ou outros estilo de Kung Fu recorrer aos básicos de San Shou sob o fingimento de ser a forma tradicional de combate de seu estilo, essas habilidades não são tradicionais, ou seja não pertencem ao sistema tradicional ou ao Kung Fu Pak Hok Pai.*

### Tradicional é dedicação

*O Pak Hok Pai tradicional não é a dedicação do praticante que treina apenas duas ou três vezes na semana. deve ser treinado sete vezes por semana, a concentração é intensa e a qualidade do treino faz com que o praticante se expanda além de seus limites corporais e mentais. Se você é daqueles que faz cara feia só de pensar em queimar calorias, é daqueles que não resiste até o fim do exercício, acha a idéia de luta tão controverso, ou daqueles que ficam desmotivados em saber que vão treinar todos os dias, então você infelizmente não está se dedicando aos padrões do Kung Fu Pak Hok Pai, no mínimo significa para você simplesmente um atividade*

*recreativa para tempos livres.*

*Frequentemente os praticantes irão inventar desculpas mal feitas, que a vida moderna não permite dedicar o tempo necessário para treinar adequadamente. O conceito de dedicação hoje não é diferente do que havia no passado há trezentos anos atrás, todo mundo trabalha e quando não trabalha treina, muito similar à concepção de um atleta de performance profissional – se você quer alcançar uma performance superior na sua área de atuação, você deve fazer sacrifícios, deve treinar dia após dia, num nível físico e mental superior a qualquer um outro, olhe-se no espelho e pergunte verdadeiramente a você mesmo: eu sou um praticante dedicado na visão dos padrões tradicionais?*

### *Tradicional é compreensivo*

*O Pak Hok Pai tradicional é pragmático e progressivo. Pragmático no sentido de ser prático, realista, no senso comum de treinamento de combate cobrindo muitos cenários.*

*Não há segredo místico no Pak Hok Pai, apenas trabalho duro treinamento inteligente com um professor experiente. Se os professores falarem que há um ensinamento secreto, então eles estão sendo bastante convencidos, possivelmente inseguros, e/ou mais do que nunca, estão escondendo suas fraquezas em relação ao conhecimento e suas habilidades de combate.*

*Tradicional é progressivo no sentido em que o treino avança em uma série de fundamentos bastante lógico porém rigoroso com movimentos bem coordenados, fornecendo aos estudantes os tijolos para a base da construção ( força, coordenação, flexibilidade, velocidade, mecânica corporal, determinação movimentos únicos, combinações, treinamento de formas, treinamentos em duplas e aplicações em geral ), avançando através de uma série de fases progressivas designados para construir reforçadamente, realçar e aplicar a base fundamental aos estudantes ( construindo intensidade e reação de treinamento, crescendo o uso de mecânica corporal e variações nas aplicações e combinações o uso crescente velocidade aplicada, força e concentração, etc ), com a eventual meta de construir uma alta performance de um praticante de luta livre do Pak Hok Pai. Estes exemplos acima citados não significa exaustão no treino.*

*Se você sente que seu treinamento não está preparando-o apropriadamente ou adequadamente para luta real, então a sua necessidade de realçar seu compromisso com o programa, ou a natureza do programa em si. Infelizmente, há muitos professores que não receberam o total conhecimento do programa, não ligam ou comercializam seu Kung Fu para o público em geral. Se os professores aceleram o processo para rapidamente, e/ou fazem vista grossa para os atributos chaves para o desenvolvimento, isto irá drasticamente inibir as habilidades dos praticantes para conseguirem capacidade de combate, regidos pelos padrões tradicionais enquanto enfraquece a integridade geral do sistema.*

## *Tradicional é compromisso com padrões avançados*

*O Pak Hok Pai tradicional é como um caminho de manter os altos padrões de excelência em tudo que você faz. Requer que você vá além da mediocridade e avance para o conhecimento e em suas habilidades físicas para o próximo nível e muito mais além. Não apenas diz respeito a alcançar o seu potencial na luta do Pak Hok Pai, como também em moldá-lo para uma pessoa melhor e proprietária de valores chaves, como respeito, integridade, responsabilidade, honra, orgulho, paixão, autodisciplina e aprendizado. No mundo real, isto é o que diferencia os seres humanos bem sucedidos, dos medíocres, e no passado, isto era o que separava os mestres dos farsantes. Mais do que nunca, isto tende a iluminar muitos professores, que continuamente não se esforçam para encontrarem novos padrões de aplicada performance, nem estão verdadeiramente capacitados a fornecer aos seus praticantes, uma melhor qualidade de educação nas artes de combate do Pak Hok Pai.*

## *Faixas e certificados*

*Faixas e certificados como denotadores a acumulação de conhecimento teórico, ou conquistas de níveis de capacidade marcial, não tem absolutamente nenhum espaço no salão de treinamento tradicional, e nunca terá. Praticantes verdadeiramente dedicados, continuam concentrados num único objetivo: performance pessoal aplicada. Um gerador de recompensas superficiais, motivação de novatos, pedaços de papel que fortalecem o ego para pendurar nas paredes dos estudantes, bem como amarrar faixas ao redor das cinturas dos mestres inseguros, são virtualmente insignificantes na performance do mundo real. E sempre motivo de descrença os indivíduos se imporem como faixas pretas de vários graus, ou qualquer outro esquema de cores que tiverem, como se isso fosse um padrão internacional de capacidade de competência em combate tradicional.*