

MAŁA ODMIANA TAIJIQUAN RODZINY CHEN Jian Ge

Artykuł ten został pierwotnie opublikowany w czasopiśmie "Shaolin Yu Taiji", 9/2002;

Tłumaczenie z języka chińskiego na angielski, opatrzenie uwagami i wyjaśnieniami, jak również publikacja na stronie: www.chinafrominside.com/ma/taiji/xiaojia.html : Jarek Szymański

Tłumaczenie za zgodą i autoryzacją Jarka Szymańskiego

Tłumaczenie z angielskiego: Konrad Dynarowicz

Taijiquan rodziny Chen wywodzi się z wioski Chenjiagou mieszczącej się w okręgu Wen, prowincji Henan. Zostało stworzone przez Chen Wangtinga, spadkobiercę w dziewiątym pokoleniu rodziny Chen, w okresie końca dynastii Ming i początku dynastii Qing. Chen Wangting za podstawę swojego systemu przyjął starą sztukę walki, która była przekazywana od dawna w obrębie rodziny. Chen Wangting udoskonalił tę sztukę walki i stworzył: pięć form *Taijiquan*
, pięć form walki bez broni
(*Wu Tao Chui*)
, Trzyście Postaw
(*Shi San Shi*)
, jak również Formę Wystrzałowej Pięści

(*Pao Chui*)

(1)

, formy z broniąmi (włócznia, szabla, miecz, kij, maczugi, bicz etc.) i wyjątkowo unikalne metody Pchających Dłoni

(*Tui Shou*)

oraz Lepkich Włóczni

(*Zhan Qiang*)

. W ten sposób został stworzony kompletny system walki. W procesie ewolucji trwającej ponad trzysta lat powstały z niego style Yang, Wu

(*Jianquan*)

, Wu

(*Yuxiang*)

, Sun, Zhaobao oraz inne.

W obrębie Taijiquan rodziny Chen, "Mała Odmiana" (*Xiao Jia*) stanowi najbardziej tradycyjną metodę ćwiczenia.

WPROWADZENIE DO "MAŁEJ ODMIANY" STYLU CHEN TAIJIQUAN.

W ćwiczeniu stylu Chen Taijiquan kładzie się nacisk na zmniejszanie okręgów z dużych do małych, a później z małych do (ruchu) "bez okręgów" - szczytu perfekcji w tej sztuce walki.

Historycznie rzecz biorąc Styl Chen Taijiquan nie był podzielony na

"Dużą Odmianę"

oraz

"Małą Odmianę"

; natomiast jeśli weźmiemy pod uwagę metodę ćwiczenia, nauczyciel po to by pomóc uczniowi szybciej opanować podstawy stylu, powiększał ruchy formy, tak, że uczeń zaczynał od dużych zewnętrznych okręgów. Po pewnym okresie czasu ćwiczenia, kiedy uczeń nauczył się wykonywać ruchy po kole stopniowo redukowałam duże okręgi do małych, zewnętrzne do wewnętrznych, tworząc spiralną siłę rozwijania jedwabnego kokonu

(*chan si jin*)

przenoszona poprzez ścieżki siły

(*jin lu*)

w tułowiu, ramionach i nogach; w ten sposób można było osiągnąć wysoki poziom umiejętności - koła nie były widoczne na zewnątrz. Wraz z rozwojem Taijiquan te różne metody ćwiczenia nazywane były "

Duża Odmiana

" i "

Mała Odmiana

" ("

Duże Okręgi

" i "

Małe Okręgi

". Praktycy Dużej Odmiany ("

Da Jia

" - przyp.tłum) również kładą nacisk na stopniowe zmniejszanie okręgów od dużych do małych, podczas gdy w Małym Stylu okręgi są najpierw powiększane; procesy ćwiczenia Dużej Odmiany i Małej Odmiany są zasadniczo bardzo podobne i dlatego mówi się, że:

"Duża Odmiana nie jest duża a Mała Odmiana nie jest mała"

Duży Styl Taijiquan rodziny Chen zaczął się rozpowszechniać w zewnętrznym świecie (czyli poza wioską rodziny Chen - przyp.tłum.) poprzez późniejsze generacje rodziny Chen którzy albo pracowali jako ochrona karawan (kupieckich - przyp.tłum.) albo też prowadzili interesy poza wioską; szczególnie należy tu wymienić Chen Fake (spadkobierca w 17-tym pokoleniu rodziny Chen) oraz Chen Zhaopei (spadkobierca w 18-tym pokoleniu rodziny Chen) którzy oficjalnie zostali zaproszeni do Pekinu i Nankinu by nauczać sztuk walki i dzięki temu stali się znani zwykłym ludziom. Ponieważ *Mała Odmiana* była przekazywana tylko wewnątrz rodziny i istniały bardzo surowe wymagania określające relacje pomiędzy nauczycielem a uczniem, nadal pozostaje ona niemal całkowicie nieznana. Choć przedstawiciele

"Małej Odmiany"

Chen Taijiquan rozpoczęli od niedawna nauczanie na zewnątrz wioski, to w związku z późnym startem odmiana ta wciąż nie jest szeroko rozpowszechniona.

Współczesnymi reprezentantami *"Małej Odmiany"* stylu Chen są: Chen Kezhong, Chen Boxiang (obydwaj są przedstawicielami 18-tego pokolenia rodziny Chen), Chen Liqing, Chen Lixian, Chen Boxian (przedstawiciele 19-tego pokolenia), etc.

"Ilustrowane Objasnienia Taijiquan Rodziny Chen" (Chen Shi Taijiquan Tu Shuo) napisane przez Chen Xina (spadkobiercę 16-tego pokolenia rodziny Chen) i poważana jako

"Biblia Sztuk Walki"

(Wulin Shengdian)

opisują ruchy które są ćwiczone w ramach

"Małej Odmiany"

. We

"Wprowadzeniu"

(Zixu)

do

"Ilustrowanych Objasnień"

Chen Xin pisze:

"Obawiam się upływu czasu i nie mam cierpliwości czekać dłużej; obawiam się także, że (sztuka walki rodziny Chen - przyp.tłum) może podzielić się na szkoły i gałęzie i prawdziwa wiedza zostanie stracona. Z tego powodu w moim wolnym czasie czynię wszystko co możliwe aby wytłumaczyć i wyjaśnić głębokie sekrety sztuki i opisać je szczegółowo".

W całej książce nie wspomina się o podziale stylu Chen Taijiquan na *Dużą* i *Małą Odmianę*. To udowadnia, że styl opisany w *"Ilustrowanych Objaśnieniach Dotyczących Taijiquan Rodziny Chen"* powinien być najbliższy oryginalnej sztuce walki stworzonej przez Chen Wangtinga.

CHARAKTERYSTYKA "MAŁEJ ODMIANY " TAIJIQUAN STYLU CHEN.

1. Metoda Ciała (Shen Fa): *"Ciało nie powinno się podnosić albo też kołysać, raczej niżej aniżeli wyżej, powinno poruszać się na jednym poziomie"* . W

trakcie ćwiczenia form ciało nie powinno poruszać się w górę lub w dół czy też niekontrolowanie kołysać się w lewo i w prawo: intencja

(Yi)

powinna obniżyć się w dół, centrum ciężkości powinno być trzymane nisko i zasadniczo powinno poruszać się na jednym poziomie (za wyjątkiem takich ruchów jak

"Potrząśnięcie Stopą i Zejście w Dół"

(Bai Jiao Xia Cha)

,
"Złoty Kogut Stoi na Jednej Nodze" (Jin Ji Du Li)

,
"Smok Pełzający po Ziemi" (Pu Di Long)

etc.).

2. Metody Dłoni (Shou Fa): *"obydwie dłonie nie powinny niekontrolowanie obracać się,*

pomiędzy nimi powinna być utrzymywana Zamykająca Siła, qi przenika delikatnie wnętrza palców; kiedy ręce poruszają się do góry nie powinny przekraczać wysokości linii brwi wtedy poruszamy je w dół poprzez rozluźnienie; (kiedy) obracamy (tj. poruszamy dłońmi) do wewnątrz (tj. przed ciałem) kciuk może iść do linii centralnej ciała, kiedy przemieszczamy (dłonie) na zewnątrz nie sięgamy nimi za daleko (Tan) ale też nie za blisko ciała (Jia), czubek łokcia powinien być skierowany w dół, ściskamy (ściągamy do siebie) żebra, skóra na żebrach i dłonie powinny się wzajemnie dotykać (Shu Lei Xiang Mao Fu Xiang Ai)"

(2)

. Obie dłonie zamykają się

(He)

, (tj. zwracają wnętrzami do siebie), nie powinny być dokładnie zwrócone do siebie ale pod pewnym kątem - jest to nazywane

"Cztery Sześć, Yin i Yang"

, dłoń uformowana jest w kształt dachówki, kciuk i mały palec

"zamykają się"

(

He

, tj. poruszają się ku sobie), intencja

(Yi)

jest na kciuku, palcu wskazującym i środkowym; centralna linia ciała decyduje o zakresie ruchu każdej dłoni, każda z dłoni kontroluje połowę ciała; w swoim ruchu do góry dłoń nie powinna iść wyżej aniżeli poziom brwi. Kiedy porusza się w dół należy skupić się na rozluźnieniu; kiedy dłonie poruszają się na zewnątrz, nie wyciągamy ich za daleko

(Tan)

; kiedy dłoń porusza się w odwrotnym kierunku nie trzymamy jej za blisko ciała

(Jia)

, należy zostawić pomiędzy ramieniem i ciałem trochę wolnego miejsca, należy postępować dokładnie według zasad.

3. Praca stóp (Bu Fa) - *"nigdy nie układamy stóp na kształt znaku Ba (oznaczającego osiem - który jest podobny do litery "V" pisanej do góry nogami - tj. kiedy palce skierowane są ukośnie na zewnątrz) oraz Ding (podobnego do litery "T" tj. kiedy kąt pomiędzy obiema stopami to kąt prosty) zawsze pamiętaj by "zamykać" (tj. przemieszczać ku sobie) końce obydwu stóp; więcej wagi ciała znajduje się na wewnętrznej stronie stopy, paluch i drugi palec prowadzą (stopę); obracamy (ciało) na pięcie, długi krok wykonujemy na długość nogi, krótki krok na długość stopy"*

. Ze względu na wymaganie otwarcia bioder i zaokrąglenie

krocza obydwie stopy powinny być równoległe do siebie i nigdy paluchy nie mogą być

skierowane na zewnątrz (na kształt liter

"V"czy też "T"). Jeśli

tak zrobimy staw biodrowy nie "zwinie się" i krocze utraci zaokrąglenie (i utworzy kształt litery

"V"

- tzw.

"ostre krocze"

- a więc wymagania dotyczące okrągłego krocza nie zostaną spełnione); kiedy poruszamy się od biodra w dół wykorzystując

"przeciwnie zwijanie"

(Ni Chan)

, wektor siły powinien paść na wewnętrzną stronę stopy, paluch i drugi palec stopy; kiedy wykonujemy krok, nie powinien być on za długi

(Tan)

- powinno się móc po wykonaniu kroku bez przeszkód wycofać z powrotem nogę, w przypadku dużego kroku odległość między stopami nie powinna być większa aniżeli długość nogi, w przypadku małego nie większa aniżeli długość stopy.

4. "Raczej poruszaj się do przodu niż wycofuj, (poruszaj najpierw) dolną częścią (połową) ciała przed górną" . Centrum ciężkości ciała powinno raczej poruszać się do przodu niż wycofywać; kiedy przenosimy ciężar najpierw porusza się dolna dopiero później górna część ciała [\(3\)](#) .

5. Metoda Oczu (Yan Fa) - "duch (Shen) towarzyszy dłoni, która jest z przodu, głowa nie powinna się kołysać" . Intencja (Shen Yi) powinna być skupiona na przedniej dłoni, jednakowoż oczy nie powinny wpatrywać się w nią nieruchomo, głowa nie powinna pochylać się za ruchem dłoni.

6. Metoda (budowania i wyzwiania) siły (Jin Fa) - "krocze powinno być otwarte i zaokrąglone, nie powinno skręcać się (niu) lub też kołysać w poziomie w stronę prawą lub lewą (Shuan)" . Siedzenie/pośladki powinny być rozluźnione i "rozprzestrzenione" na obie strony tak, żeby biodra "owijały" (jakbyśmy chcieli nogami objąć dużą piłkę), stawy biodrowe powinny być "wciągnięte" do tyłu (biodra są "zwinięte"), "otwierające" z tyłu (Kai) i "zamykające" z przodu (He) , tak, że krocze staje się okrągłe; krocze odgrywa rolę osi dla nóg i talii, i podczas obrotu przenosi "siłę rozwijania jedwabnego kokonu" (Chan Si Jin)

nazwaną także

"spiralną siłą" (*Luo Xuan Jin*)

która

"krąży po spirali"

zaczynając od palców u nogi, potem wzdłuż goleni, uda aż do punktu

hui jin

, poprzez ciało (punkt

ming men

), barki, ramię, kość promieniową i strzałkową aż do końców palców; kiedy następuje przemiana pomiędzy yin i yang (tj. centrum ciężkości jest przenoszone z jednej nogi na drugą), biodra zakreślają łuk z tyłu, dołem; biodra są jak taca, pamiętaj by nigdy nie skręcać ich lub nie kołysać nimi na lewo i prawo w poziomie (wzdłuż linii prostej); obydwie biodra powinny zakreślać znak nieskończoności

"∞"

, siła nie może się załamywać,

"zwijanie" (*Chan*)

powinno odbywać się wzdłuż linii figury

"~"

(*Bei Si Kou*)

; siła powinna być pełna, bez nadmiaru ani też bez braków

[\(4\)](#)

7. Wiele pionowych okregów, niewiele poziomych okregów - powód poruszania się wzdłuż pionowych okregów to przenoszenie siły (która podnosi się ze stóp) od dołu do góry, kiedy wszystko jest rozluźnione (*Son*)

g

obniżone (zatopione,

Chen

), a przenoszenie ciężaru ciała odbywa się w sposób okrężny (

Yuan Zhuan)

. Poza tym o wiele łatwiej jest utrzymać stabilność kiedy poruszamy się wzdłuż pionowych kół.

Z tego też powodu Mała Odmiana wykorzystuje głównie pionowe lub prawie pionowe koła.

8. Wiele pełnych okregów, mało łuków - powodem użycia pełnych kół jest uczynienie "ścieżki siły" (*Jin Lu*)

pełnymi, aby zmniejszyć niepotrzebne powtarzające się

"ładowanie siły" (*Xu Jin*)

, tak by osiągnąć ciągłość technik neutralizowania

(*Hua*)

oraz uderzania

(*Da*)

i umieć zaatakować z pełną szybkością

[\(5\)](#)

POSZUKUJĄC ŹRÓDEŁ "MAŁEGO STYLU" TAIJIQUAN RODZINY CHEN.

Przed Chen Youbenem z 14-go pokolenia rodziny Chen (był on spadkobiercą stylu Chen Taijiquan w 6-tym pokoleniu) istniał tylko jeden przekaz metody ćwiczenia Taijiquan i nie istniał podział na Dużą i Małą Odmianę: to Chen Youben był kluczową postacią, która odegrała epokową rolę dokonując podziału (stylu) Chen Taijiquan na Dużą i Małą Odmianę.

Według zapisów w *"Genealogii Rodziny Chen"* (Chen shi jia cheng), Chen Gongzhao, ojciec Chen Youbena *"zdobył czystą i precyzyjną umiejętność (w Taijiquan), i uczył wielu uczniów z głębokim zrozumieniem (Taijiquan)"* (w Chenjiagou opowiada się historię o Chen Gongzhao współzawodniczącym jeśli chodzi o siłę z szaloną krową); Chen Youben i Chen Youheng, jego przyrodni brat, *"byli xiang sheng (uczniami dawnej lokalnej szkoły) i uczyli się Taijiquan, szczególnie (Chen)Youben, który otrzymał "perłę smoka" (tj.prawdziwy przekaz Taijiquan), uczył on swoich synów i synów swojego brata sztuki (Taijiquan), nosił się skromnie, zawsze jak gdyby (jego umiejętność) były gorsze (od innych ludzi), w tym samym czasie wielu ludzi, którzy przodowali w Taijiquan było jego uczniami. (...) Uczniowie (Chen)Youbena - Chen Qingping, Chen Youlun, Chen Fengzhang, Chen Sande, Chen Tingdong, posiadali pewne osiągnięcia, Chen Gengyun również nazywał go swoim nauczycielem. (Chen) Qingping przekazał (Taijiquan) He Zhaoyuan, Zhang Kai, Zhang Gaoshan z miasteczka Zhaobao. (Chen) Youlun przekazał (Taijiquan) Li Jingyan, Zhang Dahong."*

Z powyższych zapisów wynika, iż zarówno Chen Gongzhao oraz jego syn, Chen Youben, posiadali wielkie osiągnięcia na polu sztuk walki i mieli wielu sławnych uczniów; Chen Youben naprawdę otrzymał prawdziwy przekaz Taijiquan od swojego ojca. Co więcej Mała Odmiana istniała już przed Chen Youbenem.

Mała Odmiana łączy twardość z miękkością, w Pierwszej Formie (*yi lu*) jest więcej miękkości a mniej twardości; natomiast w Drugiej Formie

(*er lu*)

jest więcej twardości a mniej miękkości. Ponadto, ponieważ Mała Odmiana posiada wyjątkowo kompletny system teoretyczny i dokładną, stopniową metodę ćwiczeń, ludzie z Chenjiagou

chwałą go jako

"styl gongfu" (*gongfu jia*)

albo jako

"specjalny styl" (*kan jia quan; kan jia* oznacza dosłownie "pilnować domu")

. Nie jest to tak jak pisze się w niektórych książkach, że -

"Chen Youben, z 14-go pokolenia rodziny Chen, dokonał zmian w oryginalnych formach, stopniowo usuwając niektóre trudniejsze i dynamiczniejsze ruchy, i stworzył Nową Odmianę (Xin Jia), nazywaną również Mała Odmiana, której ruchy są tak samo obszerne, jak Stara Odmiana"

[\(6\)](#)

Ponieważ Chen Changxing przez okrągły rok zajmował się eskortowaniem karawan, Chen Gengyun (syn Chen Changxinga, 15-te pokolenie rodziny Chen) chcąc pracować razem ze swoim ojcem poprosił Chen Youbena, swojego wujka, by go uczył. Chcąc by Chen Gengyun osiągnął umiejętności w możliwie jak najkrótszym czasie, Chen Youben zachował kwintesencję Pierwszego Układu Trzynastu Postaw (*Tou Tao Shi San Shi*) ale położył nacisk na "eksplodującą siłę" (*bao fa li*)

("wybuchy siły")

, poszerzył ruchy i uczył w ten sposób Chen Gengyuna przez ponad rok. Chen Youben i Chen Gengyun poprzez dyskusje i dogłębne studia stworzyli pewien rodzaj innego stylu; odtąd aby odróżnić go od Pierwszego Układu w Trzynastu Postawach (*Tou Tao Shi San Shi*), ludzie zaczęli nazywać je

"Małe Okręgi"

oraz

"Duże Okręgi"

. Chen Gengyun przekazał ten styl członkom swojej rodziny; tego stylu uczył się Chen Fake - jego wnuk - który w roku 1928 został zaproszony do Pekinu by nauczać sztuk walki, i dzięki czemu Duża Odmiana stała się znana szerszemu gronu osób. Następne pokolenia zaczęły nazywać ten styl

"Duża Odmiana" (*Da Jia*), podczas gdy tradycyjny system to "Mała Odmiana" (*Xiao Jia*)

ROZWAŻANIA NA TEMAT "ILUSTROWANYCH OBJAŚNIEŃ NA TEMAT TAIJICUAN RODZINY CHEN".

Dlaczego "Ilustrowane Objasnienia" [\(7\)](#) zawierają 64 a nie 74 postawy? Stało się tak ponieważ Chen Xin pisząc "Ilustrowane objaśnienia" chciał "uniknąć banału i skupić się na istotnych sprawach"

, wybrał więc najważniejsze postawy i opisał je, a więc w książce nie została zapisana cała

forma. Na przykład Forma Przygotowawcza

(*yu bei shi*)

, Forma Zamykająca

(*shou shi*)

i niektóre ruchy łączące czy też przejściowe nie zostały opisane. Choć niektóre z nich zostały wyjaśnione, nie zostały jednak wymienione w spisie ruchów jako osobne postawy (

"*Księga Przemian*"

-

Yi Jing

- zawiera 64 heksagramy, a więc jest możliwe, że na liczbę postaw w książce Chen Xina miała wpływ liczba heksagramów

Yi Jing

).

Dlaczego treść tej książki jest niejasna i jest trudna do zrozumienia? Dlatego, że nie jest to podręcznik dla początkujących. Ma ona za zadanie pomóc tym praktykom, którzy osiągnęli już pewien poziom umiejętności oraz zrozumienia teorii i dążą ku jeszcze wyższym osiągnięciom. Co więcej zarówno specyficzny sposób pisania klasycznych tekstów, brak kropek i przecinków, użycie lokalnego dialektu i slangu w niektórych ustępach książki, wszystko to czyni ten tekst trudnym do pełnego zrozumienia zarówno dla początkującego jak również osoby nie posiadającej choćby podstawowej znajomości klasycznego języka chińskiego. Również i dlatego, że znaczenia niektórych znaków w "*Ilustrowanych Objaśnieniach*" różnią się od istniejących we współczesnym języku chińskim; w procesie uczenia się należy łączyć doświadczenia płynące z ćwiczenia ze zrozumieniem istoty książki.

Niektóre istotne tematy są po prostu w niej ominięte. Na przykład w niektórych miejscach książka opisuje jedynie cel ćwiczenia, ale nie wyjaśnia ani metody ani też sposobów osiągnięcia tego celu. Być może z powodu konserwatyizmu myślenia istniejącego w czasach Chen Xina, wpływu tradycyjnej idei "*podawania lekarstwa, ale nie wyjaśniania jak się je robi*"; być może z powodu ograniczeń języka w przekazywaniu idei, niektóre rzeczy które mogą być przekazywane jedynie w bezpośrednim nauczaniu nie mogły być opisane w książce.

"*Ilustrowane Objaśnienia Dotyczące Taijiquan Rodziny Chen*" (opublikowane w 1931 roku)

posiadają dołączoną

"*Relację*

Du Yuwana na Temat Rymowanego Przypisu Otrzymanego przez Jiang Fa od Jego

Nauczyciela z Shanxi"

; ten

"*Rymowany Przypis*" (*Ge Jue*)

stał się ważnym argumentem do wniosków, że

"*Wang Zongyue uczył Jiang Fa, Jiang Fa uczył Chen Changxinga lub Chen Qingpinga*"

a to prowadziło do wniosku, że Chen Xin w rzeczywistości przyznał, iż styl Chen Taijiquan został przekazany przez Jiang Fa. Jednakże niezależnie od tego czy

"Rymowany Przypis"

jest prawdą czy plotką i niezależnie od tego jak jego zdania są niejednorodne, wystarczy przeczytać w dodatku na końcu książki następujące zdanie

"przejrzane i skorygowane przez Du Yuanhua (Yuwan) z Qingyang"

(tj.

"w liście wydawców którzy przejrzeni i skorygowali "Ilustrowane Objasnienia Dotyczące Taijiquan Rodziny Chen"

). Jasno z tego wynika, że

"Rymowany Przypis"

został dodany przez Du Yuanhua w wiele lat po śmierci Chen Xina. Ten postępek Du - który użył obcej pracy aby poprzeć swoje idee - nie powinien zostać zaakceptowany i tak naprawdę był mylący. Jiang Fa i Chen Changxing którzy żyli w tej samej epoce, 17-tym stuleciu; Wang Zongyue (jego biografię można znaleźć we wstępie do

"Podręcznika Włóczni Yin Fu"

napisanego przez nieznanego autora

[\(8\)](#)

i Chen Gongzhao również żyli w tej samej epoce - w 18-tym stuleciu; Jiang Fa żył blisko sto lat przed Wang Zongyue, a więc zdanie

"Wang Zongyue nauczał Jiang Fa"

jest oczywista pomyłką, natomiast zdanie

"Jiang Fa nauczał Chen Changxinga lub Chen Qingpinga"

jest tym bardziej pozbawione podstaw w faktach.

Uwaga od autora (Jian Ge)

Artykuł ten został napisany dzięki serdecznej pomocy pani Chen Peiju.

Chen Peiju należy do 20-go pokolenia rodziny Chen i 12-go pokolenia spadkobierców Taijiquan rodziny Chen. Od dzieciństwa uczyła się rodzinnej sztuki walki Chen Taijiquan od Chen Lixian (swojego ojca) i Chen Liqing (swojej ciotki). Ukończyła Wydział Wushu Pekinńskiego Instytutu Wychowania Fizycznego a obecnie pracuje w Centrum Administracyjnym Wushu Prowincji Henan. Jest pierwszym praktykiem Taijiquan w rodzinie Chen, który otrzymał wyższe wykształcenie w dziedzinie sztuk walki. Chen Peiju zdobyła trzy razy pod rząd tytuł mistrza Chen Taijiquan w Ogólnochińskich Zawodach Taijiquan i Miecza Taiji.

koniec artykułu

CHEN PEISHAN DEMONSTRUJE RUCHY MAŁEGO STYLU CHEN TAIJIQUAN



Napisany przez Konrad Dynarowicz



www.chinafrominside.com

www.chinafrominside.com/taichuan.html

www.chinafrominside.com