



ÁPRILIS
24



陈氏太极 研讨会

CHEN TAIJI SZEMINÁRIUM

HAN KUI-YUAN MESTERREL

hozzatok füzetet, tollat, bögrét _ lesz tea és egy kis harapnivaló _ érkeztek időben, lehetőség szerint kezdés előtt legalább 15 perccel, vagy korábban _ a tolmácsolásban Franciskovics Andrea segít nekünk _ a tervezett forgatókönyv szerint Han Mester első körben választ ad minden beérkezett kérdésre és utána a spontán felvetésekre is lesz lehetőség _ az itt szereplő, eddig beérkezett kérdéseken túl, küldhettek újabbakat is _ várunk mindenkit !!!

2016 ÁPRILIS 24, VASÁRNAP // 10.00 - 13:00 // MOSONYI

KÉRDÉSEK

CHEN CSALÁD

Szívesen hallanánk a Chen család történetéről. Han Mester mit tart a legfontosabbnak a Chen családdal kapcsolatosan tudni, megjegyezni?

Tian Mester hogyan tanított? Ahogyan Han Mester felépíti az oktatás rendszerét most, ugyanígy volt-e Tian Mester idejében is? Han Mester a kínai tanítványait ugyanúgy tanítja, mint a nem kínaiakat? Ha nem, akkor mi az oka?

Mit jelent, honnan ered a stílus hosszú neve? (Chen Stílusú Xin Yi Hun Yuan Tai Ji Quan)

FORMA

Selyemgombolyító erőről mi Mester véleménye, illetve, mi a különbség a belső erő, a selyemgombolyító erő (chan si jin) és a peng között?

A beszélgetésen nem tudom, hogy téma-e a csavarodó erő, esetleg a Chansigong. Engem különösen érdekelne, hogy hol, hogy lehet képezni a testben, mi az energetikai háttere a csavarodó erő sűrítésnek és a kieresztésnek. Hogy függ ez össze a süllyesztéssel, vagy semmi köze hozzá?

A 83-as formában egy csomó lépést megismétlünk. Miért van ez így? Nem túl nagy "luxus" ez? Az "egykezes ostor" (dán bián) lépés is sokszor ismétlődik. Miért annyira fontos lépés ez?

A "hat pecsét és négy zárás" értelmezése: mit pecsételünk, zárunk, és miért?

Három belső harmóniáról beszélünk xin, yi, qi de máskor meg Mester a yi, qi, li-ről beszél, ez a két folyamat tulajdonképpen ugyanaz? Mind a kettőnek ugyanaz a vége, hogy létrejön az erő? A xin (szív) a szándékot jelenti ebben az esetben magyarul?

A Taiji gyakorlása közben a WuWeit (cselekvés nélküli cselekvés) is gyakorolni kell-e, vagy ez jön magától? Meg kell-e jelennie valahogy a gyakorlás során, ha igen, akkor hogyan?

Mi a különbség a li (erő) és a jin (erő) között?

Honnan kapták nevüket a lépések, mi egy-egy képnek pl. "hat pecsét" a jelentése?

1-9-ig mi a számok jelentése?

Mi a különbség a jing (esszencia), qi (életerő) és a shen (szellemi erő) között? Ezek hogyan jelennek meg a formában?

Mi az oka annak, hogy a 83-as és a 71-es formában vannak azonos lépések? Hogyan alakultak ki az egyes formagyakorlatok?

QI GONG

Miért kell 9-szer ismételnünk bizonyos gyakorlatokat (qi gong)?

KULTÚRA

Úgy beszélünk a sárkányról, a sárkány mozgásáról, mintha az egy valóságos élőlény lenne, pl. mint a daru, vagy a majom. Hogy lehetséges ez? Miért ilyen fontos lény a sárkány a kínaiaknak? Miben más, mint az európai?

Han Mester családjában és saját életében hogyan van jelen a kínai opera? Szereti a kínai operát, miért? Van bármilyen kapcsolat a kínai opera és a Taiji között?

TUINA

Egyszer a TuiNa tanfolyamon azt mondta Mester hogy a depresszió nem más, mint hogy a lent és a fent nincs harmóniában. Ha a kedvről beszélünk (nem külső mozgásról) akkor mi a lent és fent, ami össze tud "keveredni"?

Hogyan működik a Tuina, a Guasha, a masszázs, mint gyógy mód? Melyik mire jó, mikor alkalmazható?

TANÍTVÁNY

Mit jelent belső tanítványnak lenni? Ez egy életre szóló elköteleződés?

Mikortól taníthat egy tanítvány?

Lehet-e tanítvány az, aki nem gyakorol rendszeresen, vagy abbahagyja a gyakorlást?

Milyen a jó Mester-Tanítvány kapcsolat?

Meddig tanítvány a tanítvány? Mikortól mester a mester?

MEDITÁCIÓ

Hogyan kell az ülő és fekvő meditációt gyakorolni?

TÁPLÁLKOZÁS

Szívesen hallanánk az egészséges táplálkozásról.

Hogyan hat a Taiji az egészségre?