

Купить книгу "Шокирующий Тайцзицюань, или то, о чем молчат китайцы. Техника даосской Школы "Ветер-Гром" можно, связавшись с секретарем Школы по e-mail: OlyVish@yandex.ru

Рецензия:

И те, кто только приступил к изучению Тайцзицюань, и те, кто практикует уже много лет, могут пережить настоящий шок, столкнувшись с принципами и методами этого искусства, доселе умалчиваемыми многими китайскими учителями. Название этой книги соответствует ее содержанию, и вы убедитесь, что это не рекламный трюк – вы действительно встретитесь с такой шокирующей и революционной информацией, которая заставит вас пересмотреть свои ранние представления об этом удивительном и непостижимом искусстве Великого Предела.

Также вы найдете здесь довольно подробные практические рекомендации, необходимые для правильного изучения Тайцзицюань. И хотя в основе представленных упражнений лежит система даосского Тай Цзи – тем не менее, они могут практиковаться и представителями любых других направлений Тайцзицюань.

Здесь представлены все разделы этого традиционного искусства: базовая работа, одиночные формы, парная практика, прикладная техника, работа с энергией и медитативная практика. Большинство упражнений, описанных в этой книге, никогда не публиковались ранее, так как они являются частью так называемых закрытых техник. Но мы живем в удивительное время, для которого Учитель Ван Учжан, Мастер даосской Школы Тайцзицюань «Ветер-Гром» (фэн лэй пай), оставил такой завет: «Есть только один способ выразить свою благодарность создателям и учителям Тай Цзи – передавать учение без утайки».

Книга содержит такие разделы:

1. Об учителях
2. Объять Великий Предел (Бао Тай Цзи)
3. Девять нитей
4. Круговые и наматывающие движения, в согласии со «схемой Великого Предела»
5. Скручивание «шелковой нити» для рук
6. Основы практики «стояния столбом» (чжаньчжуан)
7. Выход из чжаньчжуан, или собирание работы (шоугун)
8. Юаньтитао – тао «изначальной субстанции»
9. Парная работ (шуангун) и кулачное искусство (цюаньшу)
10. Методы работы с энергией (цигун)
11. Даосская медитация – прояснение духа (шэньмин)

12.Классическая теория Тайцзицюань

А это рецензия на книгу известного китаевода *Бронислава Виногородского*. Журнал «Цигун» № 2 (7) / 2012 :

