



4° volume: La forma dell'acqua

“La 2° sezione della forma tradizionale

85 sequenze stile Yang della forma dell'acqua”

L'IDEA

Introduzione al Taijiquan della forma dell'acqua

Seguendo la didattica di insegnamento, già introdotta nel primo volume dedicato alla prima sezione della forma del Taijiquan dell'acqua, il presente volume, dedicato alla seconda sezione, si addentra maggiormente nei dettagli applicativi di ogni gesto.

Rifacendosi al testo classico dell'Yijing, l'esperienza pratica del Taiji evolve su tre paradigmi: la terra: che esprime la forma, ciò che si manifesta, il fisico. L'acqua, ciò che muove e che cambia in continuazione, l'asse di forze interagenti, il centro. Quindi, il cielo, l'invisibile, l'impermanente, l'istinto psichico.

Secondo ciò, pertanto, allorché lo studente abbia compreso i fondamenti della pratica per maturare nell'esperienza del Taijiquan, egli può esplorare la seconda sezione della forma dal punto di vista applicativo, strumento per uno studio integrale basato sui tre pilastri cardini della scuola dell'acqua: la salute, la difesa, la cultura.

La maturazione richiesta in questa sezione della forma implica un processo di acquisizione di quella gestualità che conduce il corpo all'orientamento della sensorialità, specifica al Taijiquan in generale e che è identità principale e qualitativa della scuola della forma dell'acqua.

L'estensione della pratica alla seconda sezione della forma, presentata in questo volume, include pertanto i dettagli applicativi sia dal punto di vista della difesa istintiva, che dal punto di vista pratico del Tuishou. Detti riferimenti sono altresì utili per quanto concerne la pratica salutistica, se si tiene conto che la sensorialità sulla quale si pone l'accento nel lavoro interno del Taijiquan, fa riferimento alla fascia, un tessuto propriocettivo intriso di fibre nervose e pertanto capace di modificare le diverse strutture corporee in densità o allineamento. Un contesto che in termini salutisti trova riscontro per la cura di molte patologie organiche e posturali.

Il corpo è un recettore sensoriale ed in quanto tale coglie di continuo informazioni sia dai sensori primari (i cinque sensi), attraverso la pelle, che da tutti gli altri recettori disposti in ogni tessuto del corpo. Pertanto, conoscere questi processi ed adeguarli alla propria esperienza pratica è di grande aiuto sin dalle prime esperienze della pratica, anche se può risultare complesso se, dall'altra non si ha la possibilità di attingere l'insegnamento da una guida esperta.

Il video è condotto e presentato dal M° Isidoro Li Pira, studente diretto del M° Wang Zhixiang e responsabile per quest'ultimo della formazione degli insegnanti della scuola della forma dell'acqua.

La sua esperienza annovera oltre 40 anni di pratica, nel settore delle arti marziali e delle discipline così dette “interne”.

Il M° Li Pira ama porre l'accento sull'esperienza diretta nella pratica, così che lo studente possa disporre di strumenti didattici semplici e immediati e che si adattino a qualsiasi esperienza individuale.

Il parere del maestro

Un testo classico di filosofia Taoista afferma che, l'approccio con lo studio richiede metodo ed osservanza dello stesso, mentre la pratica richiede maturazione attraverso l'esperienza. Le due cose non vanno di pari passo ma si parificano con percentuali differenti. In definitiva la traduzione di questa citazione, vuole indicarci quanto sia importante apprendere un metodo (la forma) per poi tradurlo in un'esperienza utile in quanto applicazione delle proprie conoscenze ad una visione oggettiva della realtà. Lo studio della forma, per il Taijiquan è pertanto un passaggio obbligato al fine da apprendere i principi alla base dello studio, ciò che costituisce l'apprendimento logico, ma per fare del Taijiquan una disciplina di vita dobbiamo permeare l'aspetto dell'illogico, ciò che si esplora con l'esperienza applicata e verificata con riscontro in ogni ambito quotidiano.

Per il Taijiquan, quindi, la conoscenza non passerà attraverso la perfetta esecuzione stilistica della forma, ma dall'applicabilità qualitativa che maturerà di conseguenza e che troverà conferma attraverso il Tuishou. Quest'ultimo pertanto è e resta il banco di prova più specifico per comprendere tutte le peculiarità che la disciplina del Taijiquan ha insite in essa e dalle quali potremo attingere tutte le possibili applicazioni: difensive, salutistiche e culturali.

Il mio consiglio allo studente è quello di verificare, che sin dagli esordi la sua pratica sia inclusiva di tutti i contesti della vita quotidiana, personale, professionale, sociale ecc. Il Taijiquan è uno strumento attraverso il quale possiamo osservare nello specifico ogni soggetto, quindi una disciplina che ci permette di acquisire una grande visione contestuale nella quale includere ogni dettaglio. Per tale ragione, essendo il Taijiquan una grande disciplina è necessario, per non perdersi, farsi guidare in maniera esperta fino al punto di non ritorno alla consuetudine della vita che conosciamo. Ciò avverrà soltanto se ci concediamo senza riserve alla pratica, se ci affidiamo con fiducia verso l'insegnamento, e se manteniamo un grande rispetto nei confronti della disciplina che ha in sé il seme della conoscenza.

Per generare il giusto stimolo ho cercato in questo progetto video, fin dall'esordio di non lesinare l'insegnamento così che ogni studente, da qualsiasi esperienza provenga, pratici per cimentarsi nell'esperienza originale del Taijiquan senza tradurla soggettivamente, ma abbracciandola fiducioso di riscoprire e riscoprirsi come essere parte di questa vita.

Con l'augurio che questo, come gli altri volumi vi possano appassionare alla disciplina del Taijiquan, auspico che la trasmissione della mia esperienza possa attraversare le barriere ed i confini dello stile o dell'insegnamento, superare il limite posto del tecnicismo e permetta a tutti di addentrarsi progressivamente nello studio introspettivo di ogni ambito integrativo. **“M° Isidoro Li Pira”**

Benefici

Scopo del corso. Rafforzare ed infondere la disciplina e la passione allo studio in ogni studente. Condurre quest'ultimo ad una visione integrata di tutti i contenuti insiti nella disciplina del Taijiquan. Sollecitare la curiosità e l'interesse verso la ricerca in ogni ambito di riscontro, che permetta allo studente di utilizzare tutte le potenzialità culturali, salutistiche e difensive e con essi finalità, scopi e qualità; salutistici, che conducano alla comprensione del corpo fisiologico, per la salvaguardia del benessere psicofisico dal punto di vista della MTC; per la difesa,

estendendo il concetto di salvaguardia concepito dalle arti marziali e che conduce alla comprensione delle applicazioni. Avvicinare, attraverso un insegnamento semplice e qualificato, tutte le differenti esperienze e così divenire strumento per lo sviluppo delle potenzialità individuali, di natura fisica, o psicologica con le quali affrontiamo il contesto quotidiano.

Descrizione

Acquistando questo video corso potrai:

- Apprendere la prima sezione della 1° forma di Taiji della forma dell'acqua e comprendere la qualità dello scorrere.
- Comprendere come la pratica della forma non sia un semplice concatenamento di esercizi, bensì un insieme di azioni volte a gestire il corpo nello spazio, con gli esempi del Sanshou.
- Utilizzare ogni movimento nelle varie didattiche applicative e così ampliare il proprio bagaglio di conoscenze della gestualità del Taijiquan qualsiasi sia l'esperienza, con gli esempi del Tuishou.
- Utilizzare la dispensa allegata per avere una visione immediata dei contenuti principali del sistema di Taiji della forma dell'acqua.
- Avere l'opportunità di acquisire un linguaggio chiaro e sistematico del sistema e così addentrarti nella pratica con più facilità nell'ottenimento dei risultati previsti.

Indice

- Introduzione
 - Presentazione della forma e suo significato
 - Vantaggi e benefici che la pratica integrata propongono
 - Descrizione del linguaggio dell'insegnamento dedicato ai principi
 - Come il Taijiquan si integra e si contraddistingue dalle discipline interne in generale
- Teoria
 - Approfondimenti sulla pratica del Taijiquan della forma dell'acqua.
 - Significato dell'incrocio e relazione con l'asse del centro.
 - Il concetto di equilibrio e la sua didattica applicata all'esecuzione dei calci
 - La didattica specifica all'esecuzione della forma vista in più proiezioni
 - I vari soggetti qualitativi intrinseci alla prima sezione della forma
 - Esposizione degli elementi didattici che si articolano nel percorso pratico e di studio della sequenza
- Fondamenti
 - La seconda sezione della forma 85 sequenza stile Yang tradizionale della forma dell'acqua
 - La struttura per l'esecuzione della sequenza
 - Abbracciare la tigre e portarla alla montagna; pugno sotto il gomito; passo indietro e respingere la scimmia; viste in più proiezioni.
 - La didattica per l'esecuzione, il significato e l'applicazione del gesto
 - Il volo diagonale; l'ago in fondo al mare; mani come il ventaglio;

- La didattica per l'esecuzione, il significato e l'applicazione del gesto
- Girarsi e colpire col pugno; muovere le mani come le nuvole; girarsi e colpire col pugno
 - La didattica per l'esecuzione, il significato e l'applicazione del gesto
- Afferrare il cavallo in alto; calcio in separazione, calcio di spinta col tallone
 - La didattica per l'esecuzione, il significato e l'applicazione del gesto
- Passo e pungo basso; colpire la tigre; pugni agli orecchi;
 - La didattica per l'esecuzione, il significato e l'applicazione del gesto
- Principi fondamentali
 - L'asse gravitazionale per l'incrocio delle forze
 - L'incrocio applicativo per mezzo delle forze di controllo "zhan nien lien sui"
 - Il concetto qualitativo della sospensione e la didattica applicata ai calci

Cosa acquisto?

Cosa comprende l'acquisto del corso multimediale di Taiji della forma dell'acqua?

Acquistando questo corso ti vengono forniti subito via mail i **link per scaricare il corso completo senza limiti di tempo**, potrai quindi consultare le lezioni su qualunque dispositivo (pc, tablet, smartphone) ovunque tu voglia e senza dover essere collegato a internet.

Contenuti

Tutto quanto compreso nel corso è indicato nel dettaglio nella scheda INDICE presente in questa pagina. Qui riepiloghiamo gli elementi salienti.

- 1 video dedicato a presentare la seconda sezione della forma nel suo significato funzionale, attraverso il quale è possibile comprendere gli elementi applicativi dell'asse e dell'incrocio di forze.
- 5 File video per un totale di circa 56 minuti. In questi file troverai le differenti azioni della seconda sezione della forma. Quest'ultima vista da differenti proiezioni, frontale, laterale e posteriore. Quindi le varie azioni applicate sia attraverso il Tuishou, per comprendere la nostra sensorialità, sia attraverso il Sanshou, per comprendere la maturazione del nostro istinto nella pratica delle forze interne.
- Una dispensa riassuntiva dei contenuti didattici fondamentali citati nella video lezione.

File scaricabili subito. Puoi consultare senza limiti di tempo i file scaricati all'acquisto: 1 video-lezione mp4 di 7 minuti intitolata "Water Taiji promo-gratuito - Presentazione, una dispensa introduttiva, in formato "pdf", dei contenuti fondamentali del volume.

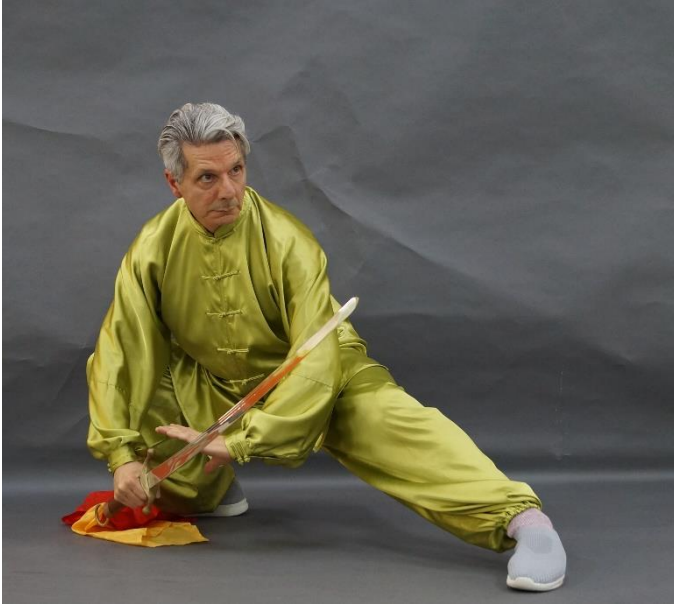
Potrai consultare il corso utilizzando il tuo computer, tablet e smartphone, dove e quando vuoi, senza bisogno di essere connesso ad internet!

Dati tecnici

- Durata di ogni file video 10 minuti ca. Durata totale 1 ora ca.
- Risoluzione file video: 1920x1080
- Dimensione dei files: da 600 MB a 1,41 GB (suddivisi in più file da scaricare)

- Avvertenze, note legali e copyright riferite all'art. 1 della Legge n. 633/1941,

Autore



Profilo: [M° Isidoro Li Pira](#)

- 1976/1981 Allievo del M° Fung Yip Ko: Kung Fu stile Choy Lee Fut (Stile Buddista Di Choy e Lee) e Pak Siu Lam (Shaolin del Nord)
- 1979/1990 Allievo ad Hong Kong del M° Tsang Chiu Yu: Kung Fu Pak Shing Choy Lee Fut, Taiji Quan (Yang) e studio della Medicina Tradizionale Cinese (Agopuntura e Tui Na)
- 1983/1993 Allievo ad Hong Kong del M° Wong Gong: Kung Fu stile Hung Shing Choy Lee Fut e Luo Han Buddhist Chi Kung (Qigong)
- 1985/1989 Seguo il M° Yuan Hi Tzai (Kungfu Hong Chuan)
- 1989/1997 Allievo del M° Wu Chan Lin: Taiji Quan (scuole: Yang, Chen e Wu), Bagua e Xing Hi Chuan, Qi Gong Taoista
- 2000/2008 Seguo gli insegnamenti del M° Xu Guo Min: Taijiquan (scuola Chen) e Lan Shou, Neigong Marziale
- Dal 2002 Seguo gli insegnamenti del M° Wang Zhi Xiang: Taijiquan Scuola Yang (Dong Yin Jie), Medicina Tradizionale Cinese e Neigong Tuina
- 2012/2016 Formazione col Dott. Zhou Xin Wen; Neigong Tuina - Shanghai
- Nel 2014 Formazione Tuina col Dott. Zhang Jing Zong e MTC col Dott. Jing Ling- Pechino

RISULTATI DI RILIEVO

- 1980/1981 Campione italiano assoluto Kung Fu Choy Lee Fut (forme e combattimento libero e interstile)
- 1983 Riconosciuto dalla Hong Kong Chinese Martial Arts Association Ltd
- 1984 Nominato membro a vita dalla Choy Lee Fut World Union Ltd
- 1989 Riconosciuto dalla China Wu Shu Association; nominato Rappresentante Europeo per la "Hung Shing Choy Lee Fut Association"
- 1990 Fondatore della IACMA (International Academy of Chinese Martial Arts)
- 1992 Membro onorario per l'Europa per la Chan Heon Foundation
- 1993 Co-Fondatore delle Fédération Suisse de Taijiquan.
- 1996 Insignito dalla Shandong Wu Shu Research & Development come membro onorario per lo sviluppo dello sport e la cultura della regione dello Shandong in Europa
- 2008 Diplomato come Terapista in Neigong Tuina presso la Shanghai Clinic of Traditional Chinese Medicine Dott. Zhou Xinwen
- 2010 Responsabile Tecnico del progetto formazione terapisti Neigong Tuina Presso il



Policlinico di Milano: Clinica De Marchi

- 2012 Diplomato come terapeuta in Neigong Tuina presso la Shanghai University of Traditional Chinese Medicine
- 2014 Insignito della carica di consigliere Onorario dalla International Wushu Federation, per la grande opera di divulgazione fatta negli anni in Europa
- Dal 2006 Formazione terapisti Neigong Tuina presso la IACMA
- Dal 2009 Formazione Qigong per terapisti MTC presso la scuola di Medicina Empirica a Lamone
- Dal 2015 Direttore della formazione internazionale per la UPWA degli Insegnanti di Taijiquan (stile Yang della forma dell'acqua) e Neigong: Italia, Svizzera, Francia e Germania.
- Dal 2016 Presidente della Università popolare Wang Academy, che si occupa della formazione certificata del Taijiquan/Qigong e Neigong Tuina