



5° volume: La forma dell'acqua

“La 3° sezione della forma tradizionale

85 sequenze stile Yang della forma dell'acqua”

L'IDEA

Con questo volume si conclude l'esposizione didattica sull'apprendimento della 1° forma tradizionale della scuola dell'acqua di Taijiquan. Molti sono gli spunti indicati nel volume sia, per l'appunto, a livello didattico, che per l'integrazione dei principi, ma soprattutto per infondere nello studente l'aspetto qualitativo della “scorrere”.

Scorrere che è sinonimo, oltre che per il gesto pratico, anche per tutto ciò che riguarda la vita e l'esistenza, in definitiva per citare un aforisma di Eraclito “panta rei”, appunto, “*tutto scorre*”.

La forma qui presentata è uno strumento chiave per la nostra pratica omnicomprensiva, quando essa ci permette di spaziare a tutto campo, negli ambiti applicativi di ogni contesto integrato, la salute, la cultura filosofica e gli aspetti difensivi dei quali dobbiamo dotarci per fronteggiare il vivere quotidiano.

Pertanto, disciplinarsi al Taijiquan ha un valore determinante se si tiene conto di quanto il concetto di principio Yin/Yang sia sinonimo di tutto ciò che è rappresentato nella vita e che scorre ed oscilla in funzione del tempo e dello spazio.

Siamo individui di materia, soggetti a tutti i mutamenti della non materia, intesa nello spazio/tempo che pervade l'esistenza. Siamo in quanto materia e ci esprimiamo attraverso pensieri, parole ed azioni immateriali. È ciò che nei classici è identificato come reciprocità di “vuoto e forma”. Ecco allora che allorché ci è dato modo di capire e comprendere per mezzo dei nostri strumenti psicologici, essi devono disciplinarsi ai principi assoluti e così permetterci di essere parte del tutto.

Il Taijiquan, pertanto, non può essere una attività alternativa, bensì uno strumento che apre il nostro punto di vista al macrocosmico ed al microcosmico, al contesto ed il suo soggetto integrato.

Per quanto la gestualità della forma ci riconduca al corpo, dietro di essa c'è la nostra mente. Quel contesto psicologico composto da memorie, attuali e pregresse. Ed è attraverso il gioco della forma che passo dopo passo possiamo acquisire la consapevolezza, ripulendo per mezzo dei principi e delle strategie insite al Taiji, le memorie vincolanti retrostanti alle nostre strutture fisiche e psicologiche.

Il parere del maestro

Il Taijiquan è un'azione che trae forza dalla morbidezza e dalla rotondità.

Nella pratica, come si può raggiungere questo aspetto essenziale?

Prima di tutto bisogna comprendere i principi che il maestro impartisce. In secondo luogo, il

lavoro sui fondamentali deve essere eseguito correttamente, la forma imparata a memoria, il *tuishou* esercitato regolarmente, così che si possa a poco a poco riuscire ad acquisire ciò che negli ambienti del Taijiquan si definisce “*dong jin*” la comprensione dell'accadere in senso lato ed in tutti gli ambiti; il sentire la forza e l'intensità energetica propria e dell'altro.

Tutto ciò sembra relegato esclusivamente all'ambito marziale, mentre l'esperienza insegna che l'applicabilità del Taiji, come cultura filosofica, è in grado di assisterci in ogni contesto, permettendoci di attingere esperienza pura trasferibile e confrontabile. La morbidezza che, si instaura a livello psichico, promuove il retto discernimento, dote che abilita la capacità di osservare e comprendere nella concentrazione ed è di conseguenza radice della ponderazione. Un equilibrio psico-fisico che è dote espressa dall'individuo quando matura nella saggezza.

“Isidoro Li Pira”

Benefici

Scopo del corso.

Non dobbiamo dimenticare che il Taijiquan è una disciplina che opera anche nel contesto della nostra salute, in primo luogo fisica e lo fa allorché il sentire che si eleva ad uno stadio di sensorialità percettiva ci permetterà negli ambiti salutistici di divenire strumento di rilevazione del nostro sistema immunitario. Le difese interne ed esterne che si instaurano nel corpo ci potranno assistere maggiormente nel mantenimento e l'instaurazione del benessere in generale.

Dall'altra a livello psichico, costituente rilevante del nostro vivere quotidiano, lo stato mentale che attraverso il corpo acquisisce la morbidezza, inizia a sciogliersi da quei vincoli fisici e psicologici che strutturano la vita nella consuetudine, quella che ognuno di noi identifica come quotidianità. Ciò avviene con la comprensione degli insegnamenti dei principi cardine, che costituiscono la realtà culturale e filosofica del Taiji e per mezzo dei quali, con un appropriato e dovizioso lavoro pratico, allora, l'ordinarietà della realtà quotidiana si trasforma per divenire straordinaria e così rendere avvincente ogni momento della nostra esistenza.

Descrizione

Acquistando questo video corso potrai:

- Avere una esposizione articolata della didattica della prima forma del sistema di Taiji della dell'acqua;
- Studiare e comprendere come la forma sia uno strumento valido per l'acquisizione di strategie difensive per il benessere psico-fisico;
- Comprendere in maniera semplice come attraverso lo studio della forma, il Taijiquan permetta di divenire un valido sostegno per la vitalità quotidiana in molti contesti applicativi;
- Apprendere come allentare il sovraccarico dei pensieri ricorrenti che offuscano la nostra mente, attraverso stimoli positivi indotti da una corretta pratica della concentrazione.
- Strutturare il gesto dal profilo qualitativo e rendere la sua applicabilità spontanea e istintiva.

Indice

- Introduzione
 - Presentazione del videocorso e sue specificità
 - Il significato della qualità dello scorrere implicito ad un grande cambiamento
 - Comprendere l'univocità del principio supremo di Yin/Yang
 - La forma come miglioramento delle abilità fisiche del Gongfu e mentali dello Yi
 - Taijiquan come disciplina essenziale per comprendere la vita di ogni giorno

- Teoria
 - La didattica della 3° parte della forma e sue caratteristiche
 - La visione specifica con relazione ai principi classici
 - Gli elementi fondamentali caratteristici di questa sezione della forma

- Fondamenti pratici
 - Lo studio della 3° sezione della forma nelle due proiezioni frontale e laterale
 - La pratica della 3° sezione della forma vista di seguito all'esecuzione posteriore
 - La didattica suddivisa per ogni azione della 3° sezione della forma, unitamente all'illustrazione del principio integrato all'azione
 - Le applicazioni specifiche della 3° sezione viste attraverso la didattica del Tui shou

Cosa acquisto?

Cosa comprende l'acquisto del corso multimediale di Taiji?

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.

- 8 File video didattici per un totale di 1 ora e 18 minuti. I file sono dedicati a presentare la terza parte della sezione della prima forma del Taijiquan dell'acqua. Una esposizione accurata di ogni passaggio della sequenza, integrata sia da spunti didattici, che dall'associazione ai principi qualitativi. In questi file troverai inoltre le applicazioni inerenti la terza parte e riferiti all'applicazione del Tuishou. In sintesi, un lavoro che completa, insieme ai due

precedenti volumi, dedicati alla prima forma, tutta l'esperienza pratica vista dal punto di vista qualitativo riferito alla scuola del Taiji della forma dell'acqua.

- Una presentazione dell'opera realizzata dal M° Isidoro Li Pira interata di brevi contenuti extra.

File scaricabili subito! Puoi consultare senza limiti di tempo i file scaricati all'acquisto. 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 completa dei video: 1 ora e 15 minuti.
- Risoluzione file video: 1920x1080
- Dimensione file: circa da 514 MB a 1.88 GB (suddivisi in 8 file da scaricare)
- Avvertenze, note legali e copyright riferite all'**art. 1 della Legge n. 633/1941**,

Autore

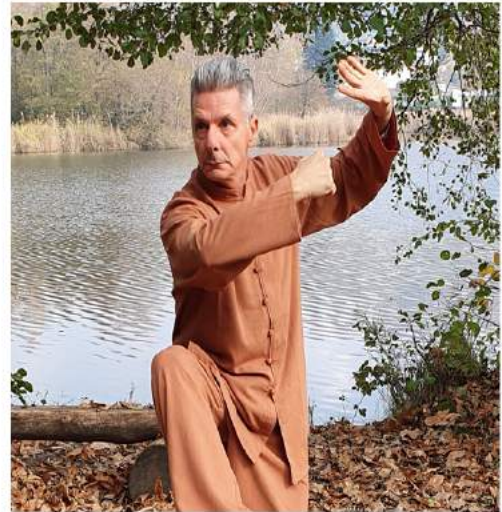


Profilo: M° [Isidoro Li Pira](#)

- 1976/1981 Allievo del M° Fung Yip Ko: Kung Fu stile Choy Lee Fut (Stile Buddista Di Choy e Lee) e Pak Siu Lam (Shadlin 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