

Het lied van 'duwende-handen'

打手歌

Dǎ Shǒu Gē

Het gedicht/lied behoort tot de Taiji Klassieken.

Deze informatie is een aanvulling op de Masterclass Taiji37 module TuiShou en enkel bedoeld voor studenten van Shen Zhengyu. Deze Nederlandstalige vertaling is géén officiële vertaling. Opmerkingen en aanvullingen zijn welkom.

Copyright © November 2013, Shen Zhengyu Edegem België
Alle rechten voorbehouden. Deze informatie mag niet gereproduceerd worden, noch in zijn geheel noch gedeelten ervan, door fotocopie of printen of eender welk ander middel.

Taiji Centrum vzw
Tweebunder 12
2259 Edegem België
Tel. +32 (0) 475 810 620
taijicentrum2000@gmail.com
zhengyu1965@gmail.com
www.taijicentrum.org
www.shenbuqi.com

Shen Zhengyu november2013

1) Brontekst

Dǎ	打	strike, hit, beat; fight; attack	duwen
Shǒu	手	hands	hand / handen
Gē	歌	song	lied

Deze tekst uit de Taiji Klassieken beschrijft op zeer compacte wijze de essentie van tuishou (pushing hands / duwende handen). De gebruikelijke versie van het originele gedicht/lied bestaat uit 6 lijnen met 7 karakters.

Klassiek Chinees :

棚捋擠按須認真。
上下相隨人難進。
任他巨力來打吾。
牽動四兩撥千斤。
引進落空合即出。
沾連粘隨不丟頂。

Modern Chinees :

棚捋挤按须认真，
上下相隨人难进，
任他巨力来打吾，
牵动四两拨千斤，
引进落空合即出，
沾连粘隨不丢顶。

2) De zes lijnen in detail

2.1 Peng Lu Ji An Xu Ren Zhen

棚 捋 挤 按 须 认真,

Péng	棚	ward off	weer af en dein uit
Lǚ	捋 / 捋	roll back; to pluck; to gather in the fingers; to rub; to scrape off; stroke (beard)	terugdraaien
Jī	挤 / 擠	press, to squeeze; crowd, squeeze, push against	wringen
Àn	按	push, to control, to restrain to press (with the hand); to push; to check; pressing down (brush movement in painting); put hand on, press down with hand	duwen
Xū	须 / 須	must, necessary, have to	noodzakelijk, moeten,
Rèn	认 / 認	recognize, know, understand, to admit	herkennen, begrijpen, verstaan
Zhēn	真	real, actual, true, genuine	waarachtig, zorgvuldig, consciëntieus, zuiver, correct,

Vertaling :

Peng, Lu, Ji, An moeten correct begrepen zijn. Het is noodzakelijk deze bewegingen nauwgezet en zorgvuldig uit te voeren.

Bespreking :

Peng, Lu, Ji, An zijn de meest elementaire basisbewegingen van taiji en staan als dusdanig symbool voor taijivaardigheid. Het is absoluut noodzakelijk deze basisbewegingen te begrijpen en ze uit te voeren met de nodige ernst, zorgvuldigheid, nauwgezetheid en nauwkeurigheid. Hierin kan en mag men niet slordig zijn.

Peng staat ook voor de steeds aanwezige naar buiten gerichte energiestructuur. Men dient steeds alert te zijn dat deze richting niet naar binnen omslaat waardoor de oefenpartner deze energiestroom maar dient te volgen om binnen te dringen en controle te verwerven.

2.2