

ShenBUQI® International

TaiJi Éventail

太
极
扇

Shen Zhengyu

TàiJíShàn TàiJí Évantail

太极扇

Ce livre n'est destiné qu'aux étudiants de la lignée du Dr. Shen Hongxun - Shen Zhengyu. Il n'est pas offert à la vente pour les non-étudiants.

Auteur:	Shen Zhengyu
Texte néerlandais	Shen Zhengyu Jef Smits Theo Deceulaer Jef Mertens
Dessin de couverture	Jef Smits
Photographie:	Shen Zhengyu
Traduction	Danièle Joulin

Tous droits réservés. Ce livre ne peut pas être reproduit en partie ou en totalité, par photocopie, impression, ou tout autre moyen.

Copyright © 8 août 2024 Shen Zhengyu
ShenBUQI® International Edegem Belgique

Table des Matières

Préface	6
Corps-Énergie-Mental	8
1 Au sujet du TàìJí Éventail	11
1.1 Matériel	12
1.2 Comportement avec un éventail tàìjǐ	16
1.3 Achat d'un éventail de tàìjǐ	18
1.4 Idéogrammes chinois	18
2 Treize techniques	19
3 La forme TàìJíShàn	25
3.1 Noms	26
3.2 Forme Évantail	28
3.2.1 Première partie	29
3.2.2 Deuxième partie	45
3.2.3 Troisième partie	59
3.2.4 Quatrième partie	71
3.2.5 Cinquième partie	82
3.2.6 Sixième partie	95
4 Shen Zhengyu	111
5 Dr. Shen Hongxun	112
6 Sources	115

Préface

Yin

Quand vous regardez l'utilisation d'un éventail, vous êtes frappés par le sentiment de grâce, d'élégance, de raffinement, et de séduction qui s'en dégage. La fonctionnalité est artistique et l'effet rafraichissant est plaisant. L'éventail chinois est indéniablement un exemple de la haute qualité et de l'ingéniosité de cet artisanat et sa peinture présente souvent un niveau artistique et créatif exceptionnel.

Yang

Mais si vous ouvrez et fermez un éventail en utilisant la force énergétique pendant la forme, vous expérimentez les propriétés cachées de ce bel accessoire sophistiqué. Le caractère explosif où la véritable intention vous prend par surprise, la transition inattendue de cet accessoire d'apparence innocente, décorative et inoffensive vers une arme de poing, frappant à la vitesse de l'éclair, coupante comme une lame de rasoir, vous surprendra complètement. Vous pouvez utiliser autant la face que le dos d'un éventail fermé comme une dague. Un éventuel gland, comme sur les épées chinoises peut servir à créer distraction ou confusion. Même le son de l'ouverture d'un éventail peut vous effrayer.

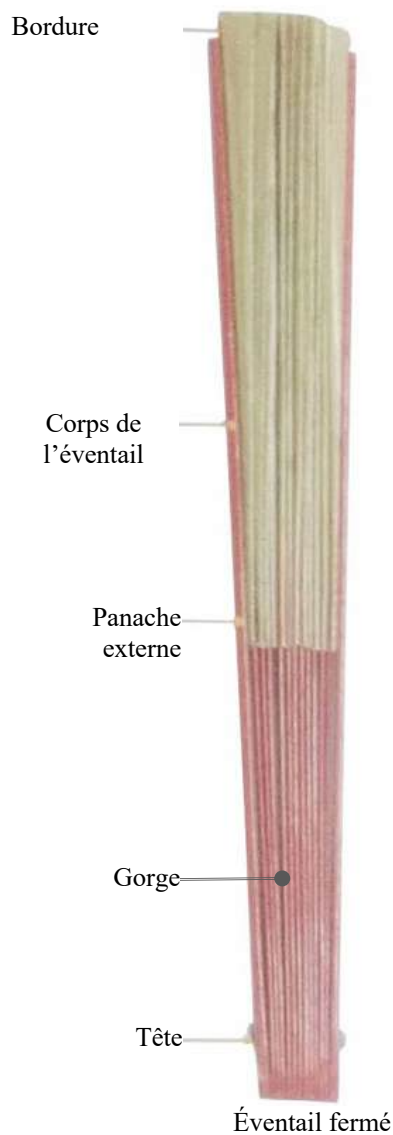
La qualité de la réalisation et ses ajustements sont basés sur une interprétation en accord avec les principes du TàìJí NánPài 南派太极. Chacune des postures conduit à l'ouverture des différents canaux énergétiques, ce qui favorise le flux, l'utilisation et la consommation du qi corporel. Les effets bénéfiques se ressentent sur la santé physique, émotionnelle et mentale.

Le vrai transfert de connaissance se fait par la bouche à oreille et la transmission directe de l'information de maître à élève. La pratique et l'expérimentation physique en sont les pierres angulaires. Il est donc fortement conseillé de suivre une pratique. TàìJí signifie développement illimité; à la fois pour le pratiquant et pour le système. Un livre n'est rien d'autre qu'un aide-mémoire, une capture d'écran, un point de départ possible ou un travail de référence pour un approfondissement et une évolution ultérieure, en aucun cas un point final.

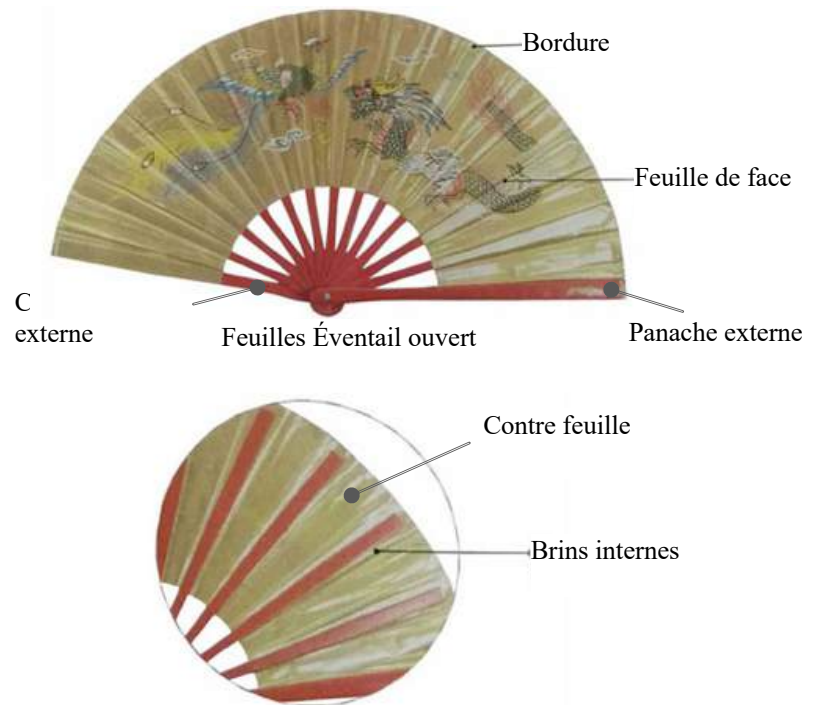
Je voudrais exprimer ma gratitude à toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce livre.

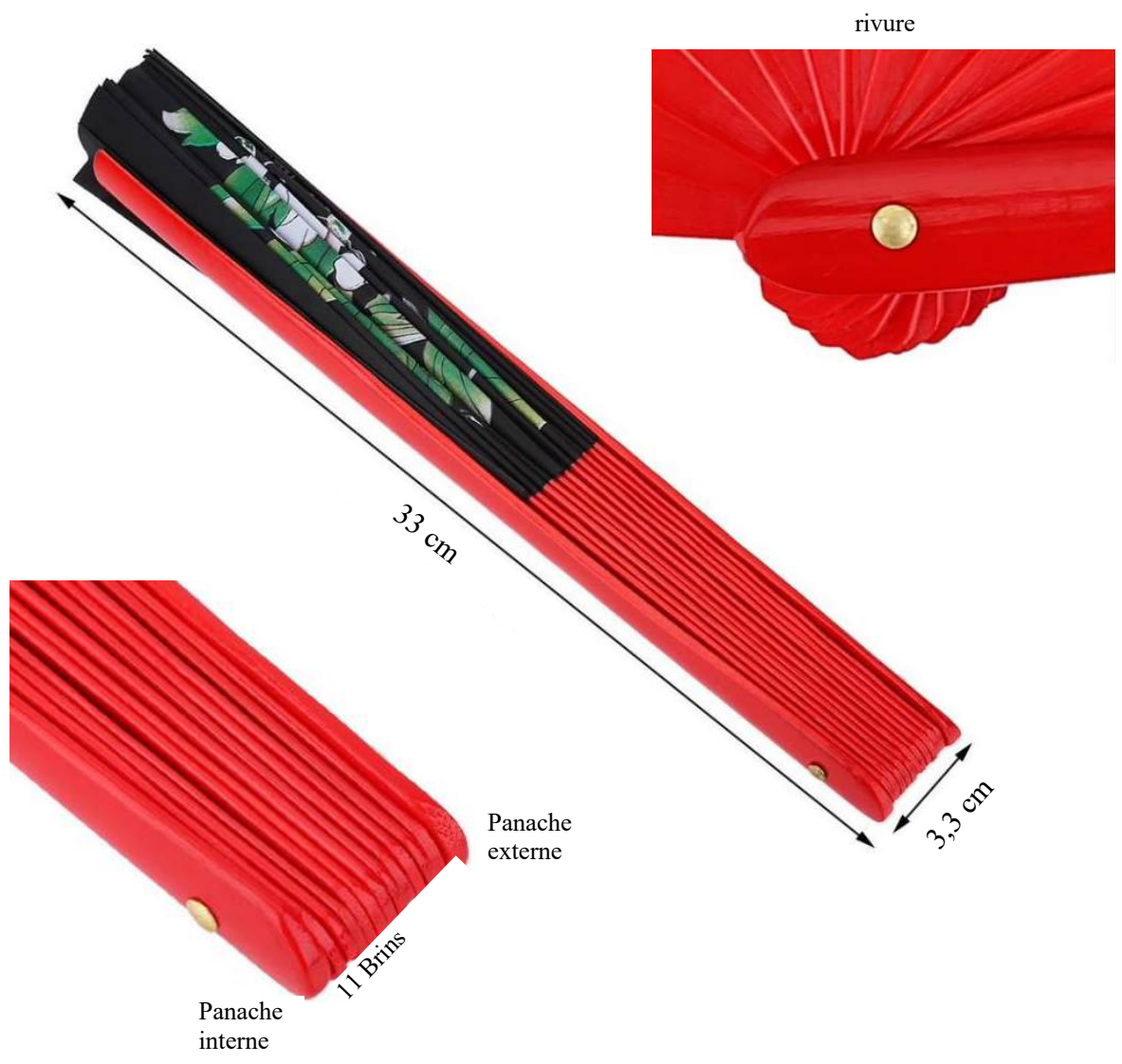
Shen Zhengyu, Edegem 8 août 2024

1.1 Matériel



- Plié : éventail fermé
- Déplié : éventail ouvert
- Bordure : Sommet de l'éventail
- Tête : base de l'éventail
- Corps : entre le sommet et la gorge
- Feuille : ce qui le recouvre
- Bordure : bord externe de la feuille éventail ouvert
- Gorge : les brins non recouverts à la base de l'éventail
- Face, Plis: côté où les brins ne sont pas visibles
- Dos, Contre-plis : côté où les brins sont visibles
- Contre-panache interne : visible à l'arrière
- Panache externe : visible à l'avant et à l'arrière
- Rivure : parfois équipé d'un anneau pour le gland





Face de l'éventail



Dos de l'éventail



Éventail pour droitier



Éventail pour gaucher



13 Techniques

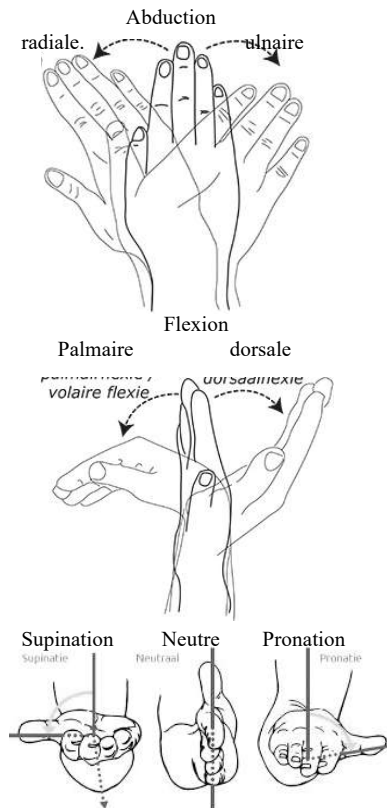
Entrelacées avec la philosophie TàìJí, les cinq directions (WǔBù 五步) et les huit techniques (BāFǎ 八法) forment la base des techniques de combat du TàìJí.

Péng 棚, Lǚ 捋, Jī 挤, Àn 按, Cǎi 採, Liè 掇/搨, Zhǒu 肘, et Kào 靠 sont combiné avec Jìn 进, Tùi 退, Zuǒ 左, Yòu 右, et Zhōng 中.

Les techniques d'éventail ne se limitent pas aux 'treize techniques'. La direction et l'objectif associés à sa partie fonctionnelle permettent d'approfondir et de détailler les techniques de l'éventail.

2.1 Préhension

La prise de l'éventail tàijí fermé se fait autour de la gorge (les brins non couverts). Tenir l'éventail tàijí fermé dans la main droite avec la tête (base) de l'éventail reposant sur l'hypothénar. Fermer le panache externe contre le pouce entre pouce et index. Ce sera le seul maintien de l'éventail tàijí ouvert! Les doigts sont enroulés doucement autour des brins.



2.2 Ouverture et fermeture

Le panache externe contre les doigts enroulés peut être lâché depuis la paume, permettant l'ouverture de l'éventail. Une abduction ulnaire du poignet en augmente l'ouverture. Une abduction radiale du poignet permet de refermer l'éventail tàijí. Dès qu'il est fermé, les doigts se réenroulent doucement autour de la gorge. L'ouverture et la fermeture de l'éventail tàijí peut être rapide ou lente. Son contrôle dépend de la force énergétique utilisée.

Ouvrir et fermer l'éventail tàijí peut aussi être combiné avec la flexion (palmaire et dorsale), pronation ou supination du bras avec ou sans coude fléchi afin que l'éventail soit ouvert ou fermé dans tous les plans d'orientation.

Quand on ouvre l'éventail tàijí, le panache externe s'aligne. Cette ligne est habituellement horizontale ou verticale et se réalise en coordonnant la flexion du bras, coude et poignet.

3

La forme TàìJíShàn

La pratique TàìJí avec un éventail tàìjǐ est une excellente méthode de développement des forces TàìJí pour les amener hors du corps. Concentration et relaxation sont les mots-clés.

Mais la forme n'est pas qu'une forme. Le mouvement provient d'un dāntián actif et il est une réponse spontanée et complète du corps et du mental à ce qui est. L'évènement interne émerge dans le mouvement externe. Par l'utilisation de la force terrestre montante, de la force du dāntián, de la force respiratoire et mentale, les TàìJíJìn (forces TàìJí) sont développées. Ces TàìJíJìn servent dans les arts du corps, les arts de guérir et les arts martiaux.

La forme clairement définie est un outil pour maîtriser les principes du TàìJí NánPài. Des variations lors d'un mouvement peuvent se produire et reflètent l'évolution intérieure, le développement du corps énergétique et le contrôle des forces TàìJí.

La forme éventail décrite ci-dessous est basée sur celle du Professeur Li. Cette forme combine la réalisation et les mouvements de différents styles et arts martiaux internes. Cette forme est constituée de six parties courtes, la quatrième étant une répétition de la deuxième avec des modifications mineures.

3.1 Noms

		Pinyin	Chinois	Français
1	1.01	WúJí ZhànZhuāng	无极站桩	WúJí position debout
2	1.02	TàiJí ZhànZhuāng	太极站桩	TàiJí position debout
3	1.03	TàoYuè	套月	Cercle autour de la lune
4	1.04	ShǒuPěngYùHù	手捧玉笏	Prendre la tablette de jade
5	1.05	XiéFēi	斜飞	Vol diagonal
6	1.06	BáiHè LiángChì	白鹤凉翅	La grue blanche déploie ses ailes
7	1.07	XiānRén ZhǐLù	仙人指路	L'immortel montre la voie
8	1.08	YànZǐRùCháo	燕子入巢	L'hirondelle rentre au nid
9	1.09	JīnJī DúLì	金鸡独立	Le coq d'or se tient sur une patte
10	1.10	ChénYú	沉鱼	Le poisson plonge
11	1.11	LuòYàn	落雁	Atterrissage de l'oie sauvage
12	1.12	LìPīHuàShān	力劈华山	Fendre le mont Hua
13	1.13	HúDiéFānFēi	蝴蝶翻飞	Le papillon voltige en tout sens
14	1.14	ShèYàn	射雁	Tirer l'oie sauvage
15	1.15	ShénLóngHuíShǒu	神龙回首	Le dragon tourne la tête
16	1.16	ZuòMǎGuānHuā	坐马观花	Observer les fleurs à cheval
17	2.01	YíngFēng DànChén	迎风掸尘	Enlever la poussière contre le vent gauche-droit
18	2.02	YànZǐLíngKōng	燕子凌空	L'hirondelle vole haut dans le ciel
19	2.03	WūLóngBǎiWěi	乌龙摆尾	Le Dragon noir secoue sa queue
20	2.04	HuángFēngRùDòng	黄蜂入洞	L'abeille rentre à la ruche
21	2.05	MěngHǔPūShì	猛虎扑食	Le tigre féroce bondit sur sa proie
22	2.06	HǎiDǐLāoYuè	海底捞月	L'aiguille au fond de la mer
23	2.07	ChénYú	沉鱼	Le poisson plonge
24	2.08	LuòYàn	落雁	Atterrissage de l'oie sauvage
25	2.09	LìPīHuàShān	力劈华山	Fendre le mont Hua
26	2.10	YàoZǐFānShēn	鹞子翻身	Le faucon tournoie dans le ciel
27	2.11	ShèYàn	射雁	Tirer sur l'oie sauvage
28	2.12	ShénLóngHuíShǒu	神龙回首	Le dragon tourne la tête
29	2.13	ZuòMǎGuānHuā	坐马观花	Observer les fleurs à cheval
30	3.01	TuīShān	举鼎推山	Pousser la montagne
31	3.02	LèMǎHuíShēn	勒马回身	Mener le cheval à tourner le corps
32	3.03	FēiNiǎoTóuLín	飞鸟投林	Les oiseaux fuient dans la forêt en sécurité
33	3.04	KǒngQuèBǎiWěi	孔雀摆尾	Le paon montre sa queue
34	3.05	LìMǎ	立马	Brandir le drapeau sur un cheval cabré
35	3.06	YángBiān	扬鞭	Fouet simple
36	3.07	HuáiZhōngBàoYuè	怀中抱月	Chérir la lune contre sa poitrine
37	3.08	YíngFēngZhǎnChì	迎风展翅	Étendre ses ailes et voler dans le vent
38	3.09	FānHuāWǔXiù	翻花舞袖	Manches volantes comme un tourbillon

39	3.10	FēnShǒuYángBiān	分手扬鞭	Étendre les mains, fouetter
40	3.11	HuáiZhōngBàoYuè	怀中抱月	Chérir la lune contre sa poitrine
41	3.12	ShǒuPěngYùHù	手捧玉笏	Soulever la tablette de jade
42	4.01	XiéFēi	斜飞	Vol diagonal
43	4.02	YànZiLíngKōng	燕子凌空	L'hirondelle vole haut dans le ciel
44	4.03	HuángFēngRùDòng	黄蜂入洞	L'abeille rentre à la ruche
45	4.04	MěngHǔPūShì	猛虎扑食	Le tigre féroce bondit sur sa proie
46	4.05	HǎiDǐLāoYuè	海底捞月	L'aiguille au fond de la mer
47	4.06	LuòYàn	落雁	Atterrissage de l'oie sauvage
48	4.07	LìPīHuàShān	力劈华山	Fendre le Mont Huà
49	4.08	YàoZiFānShēn	鹞子翻身	Le Faucon tournoie dans le ciel
50	4.09	ShèYàn	射雁	Tirer l'oie sauvage
51	4.10	ShénLóngHuíShǒu	神龙回首	Le dragon tourne la tête
52	4.11	ZuòMǎGuānHuā	坐马观花	Regarder les fleurs à cheval
53	5.01	ShùnWānZhǒu	顺鸞肘	Coup des deux coudes
54	5.02	ShíZì GuǒShǒu	十字裹手	Coup de poing croisé et double coup
55	5.03	YànZiChāoShuǐ	燕子抄水	Une hirondelle vole au dessus de l'eau
56	5.04	YěMǎ TiàoJiàn	野马跳涧	Le cheval sauvage saute la rivière
57	5.05	QīngLóng XiànZhuǎ	青龙现爪	Le Dragon azur montre ses griffes
58	5.06	YùNǚChuānSuō	玉女穿梭	La dame de Jade lance la navette
59	5.07	TiānNǚSànHuā	玉女散花	La Déesse disperse les fleurs
60	5.08	BàWángYángQí	霸王扬旗	Le général brandit le drapeau
61	5.09	XíngBùGuòMén	行步过门	Traverser les huit portes - BāGuà
62	5.10	QīngLóng ChénShuǐ	青龙沉水	Le Dragon vert s'enfonce dans l'eau
63	6.01	QīXīng Chuí	七星锤	Marcher sur les sept étoiles de la grande Ourse
64	6.02	LǎnZhāYīPéng	揽扎衣棚	Parer - Repousser
65	6.03	LǎnZhāYīLǚ	揽扎衣捋	Faire reculer (Lier le vêtement avec indolence)
66	6.04	LǎnZhāYīJī	揽扎衣挤	Tordre
67	6.05	BēiShàn	背扇	Porter l'éventail dans le dos
68	6.06	DānBiān	单鞭	Fouet simple
69	6.07	LōuXīÀoBù	搂膝拗步	Brosser le genou gauche-droite-gauche
70	6.08	ShéShēnXiàShì	蛇身下势	Le serpent plonge vers sa proie
71	6.09	WǎngGōngShèHǔ	挽弓射虎	Bander l'arc et tirer sur le tigre
72	6.10	BānLán Chuí	搬拦锤	Tordre, frapper et bloquer
73	6.11	RúFēng SìBì	如封似闭	Protéger le corps
74	6.12	BáiHèLiángChì	白鹤凉翅	La grue blanche déploie ses ailes
75	6.13	HuáiZhōngBàoYuè	怀中抱月	Chérir la lune contre sa poitrine
76	6.14	TàoYuè	套月	Cercle autour de la lune
77	6.15	TàiJí ZhànZhuāng	太极站桩	TàiJí position debout
78	6.16	WúJí ZhànZhuāng	无极站桩	WúJí position debout

3.2 Forme de l'éventail

Vous pouvez réaliser la forme du TàìJìShàn avec l'éventail de votre choix. Pratiquer avec des accessoires différents en longueur, diamètre, poids, augmentent la sensibilité et favorise la souplesse du corps comme du mental.

Oubliez que vous tenez un éventail. Il n'est qu'une extension de votre main. Vous et votre éventail formez une unité, vous ne faites qu'un. L'éventail suit le corps, Le corps suit l'éventail.

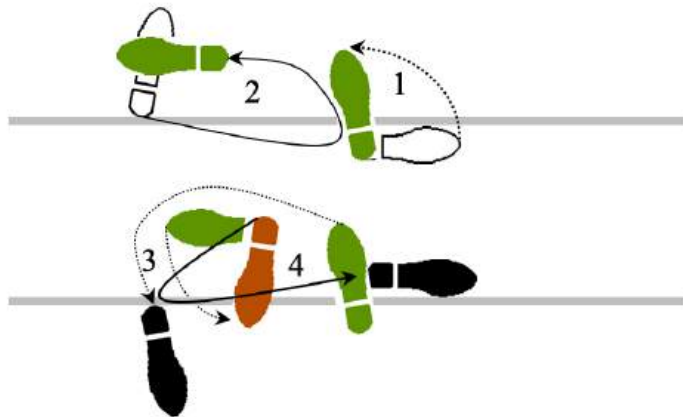
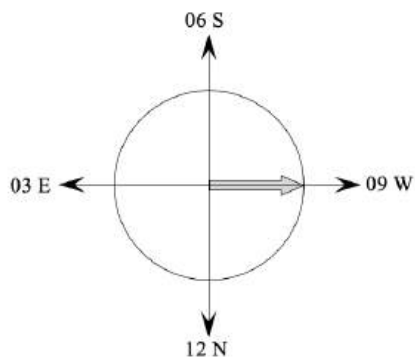
Les directions de la forme sont établies selon le sens horaire et les directions de la boussole. **La forme commence avec le visage regardant vers [12:00 N].**

Dans les transitions détaillées des pas, vous commencez depuis la position du pied 'blanc' et vous allez vers la position du pied 'noir'. Ce 'pied noir' devient 'la position du pied blanc' pour le mouvement suivant.

1.08) L'hirondelle rentre au nid [09:00 W]

YànZiRùCháo 燕子入巢

Rotation antihoraire de 360° avec l'éventail fermé. (1) Tournez le pied droit vers l'intérieur [05:30 S]. La main gauche repose sur le poignet droit. (2) Tournez dans le sens antihoraire et faite un pas du pied gauche [03:00 E]. (3) Faire un pas circulaire du pied droit [00:30 N] en pivotant sur le talon gauche. (4) Faites un pas du pied gauche [09:00 W]. La main gauche entoure la main droite. Pointez l'éventail vers l'avant à hauteur du thorax avec les deux mains.

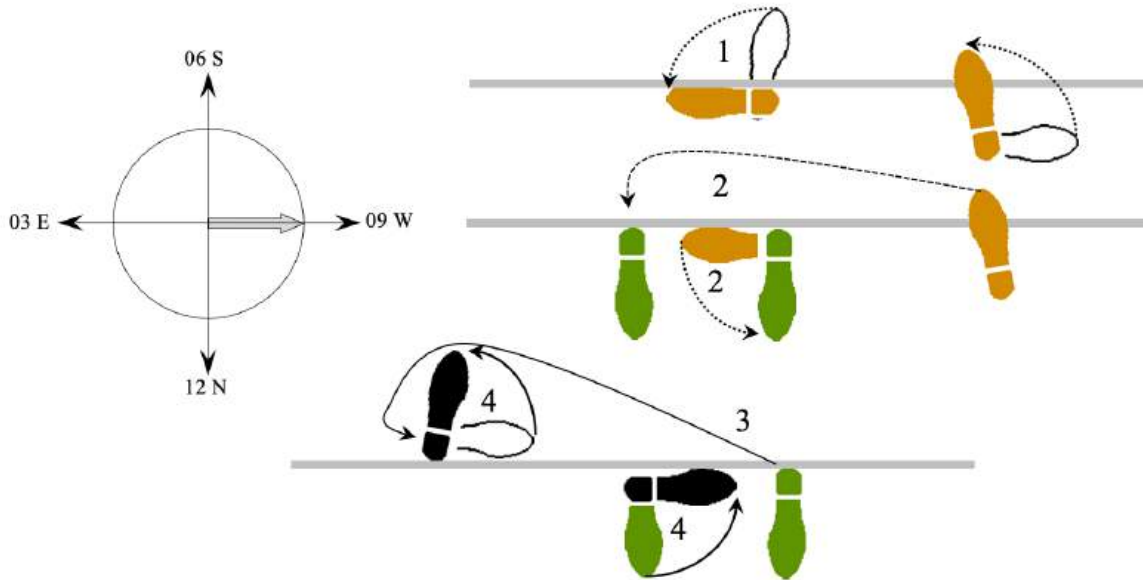


1.13) Le papillon volète en tous sens [09:00 W]

HúDiéFānFēi 蝴蝶翻飞

(1) Tournez le pied gauche vers l'extérieur et le pied droit vers l'intérieur. Transférez le poids du corps sur le pied gauche. (2) Faites un pas du pied droit autour de la jambe gauche [12:00 N]. En même temps, pivotez sur le talon du pied gauche [12:00 N] et tournez le corps dans le sens antihoraire. (3) Faites un pas en arrière de la jambe gauche [03:00 E].

(4) Tournez sur le talon du pied gauche vers l'extérieur [06:30 S] et le pied droit vers l'intérieur [09:00 W]. Les bras font un mouvement de moulin à vent. Le bras gauche finit en diagonale d'arrière en avant.

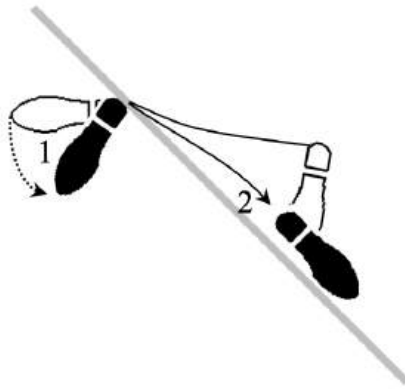
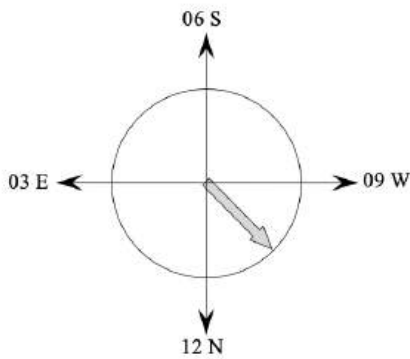


3.2.2 Deuxième partie

2.01 A) Enlever la poussière contre le vent (gauche) [10:30 NW]

YíngFēng DànChén 迎风掸尘

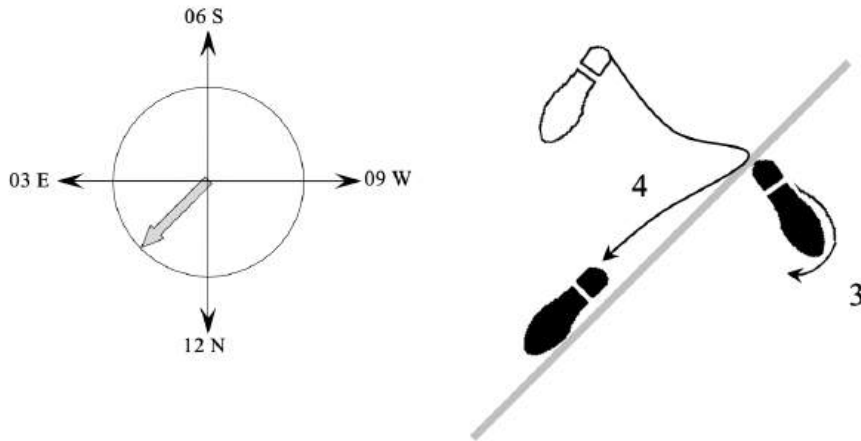
(1) Transférez le poids du corps sur le pied droit et fermez l'éventail. Tournez le pied droit vers en dedans [01:00 N]. (2) Rassemblez le pied gauche avec le droit et avancez la jambe gauche [NW 10:30]. 'Enlevez la poussière en haut à gauche avec l'éventail fermé.'



2.01 B) Enlever la poussière contre le vent (droit) [01:30 NE]

YíngFēng DànChén 迎风掸尘

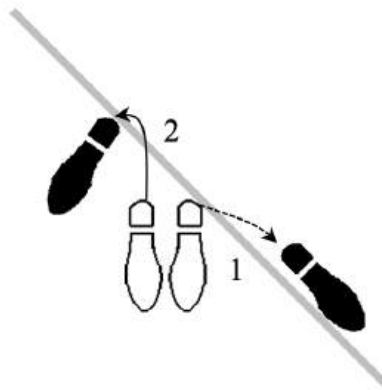
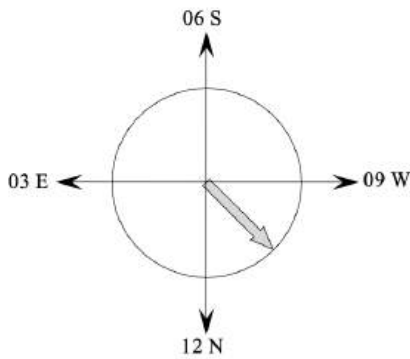
(3) Transférez le poids du corps sur le pied gauche. Tournez le pied gauche en dedans [11:00 N]. 4) Placez le pied droit près du gauche et avancez la jambe droite [01:30 NE]. “Enlevez la poussière en haut à droite” avec un éventail qui s’ouvre en fendant l’air.



3.09) Manches volantes comme un tourbillon [10:30 NW]

FānHuāWǔXiù 翻花舞袖

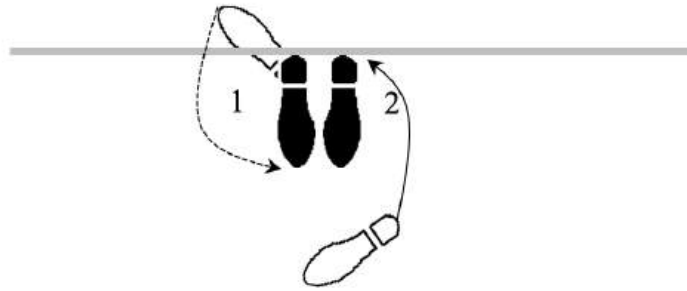
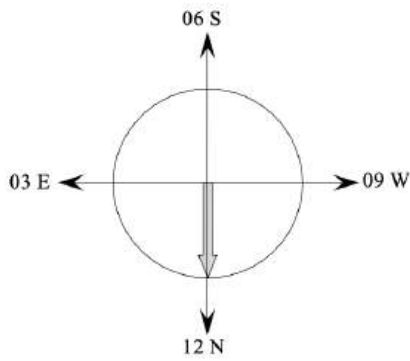
(1) Croisez les bras devant la poitrine, le bras gauche à l'intérieur du droit. Faire un mouvement circulaire vers le haut des deux bras. Simultanément avancez d'un demi pas du pied gauche [10:30 NW]. (2) Les mains se rassemblent dans une frappe oblique vers le bas avec l'éventail [10:30 NW]. La main gauche soutient la main droite. Simultanément reculez d'un pas avec la jambe droite [04:30 SE] et tournez le pied droit vers l'extérieur [01:00 N].



4.02) L'hirondelle vole haut dans le ciel [12:00 N]

YànZiLíngKōng 燕子凌空

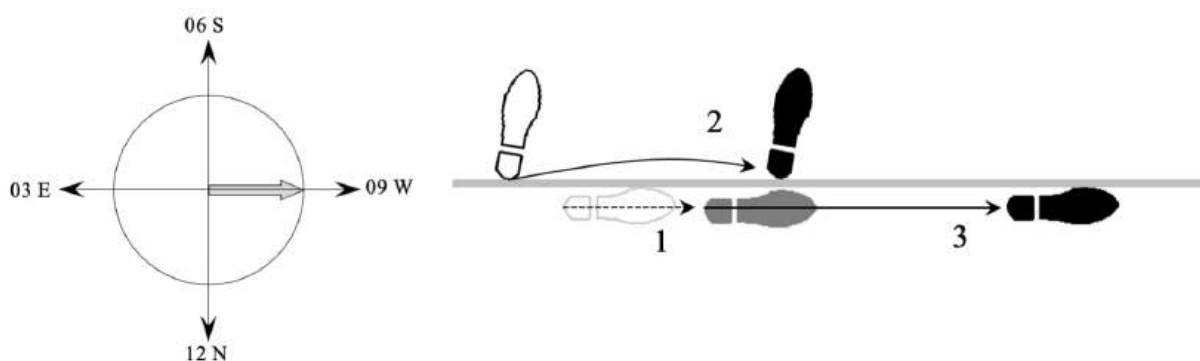
(1) Tournez le pied droit en dedans [12:00 N]. (2) Placez le pied gauche contre le droit [12:00 N]. Faites un mouvement circulaire des deux bras devant le corps (*direction de rotation opposée à celle de la deuxième partie*- le bras gauche démarre devant le bras droit vers la droite). Tournez le poing gauche proche de la hanche. Frappez vers la gauche avec l'éventail fermé au-dessus de la hauteur de la tête. Regardez vers la gauche.



5.04) Le cheval sauvage saute la rivière [09:00 W]

YěMǎ TiàoJiàn 野马跳涧

(1) Avancez avec la jambe droite [09:00 W]. (2) Posez le pied gauche à côté du droit en le tournant vers l'extérieur. [06:30 S]. (3) Avancez la jambe droite [09:00 W]. Le cheval sauvage saute la rivière. Frappez vers l'avant avec l'éventail fermé. [09:00 W].

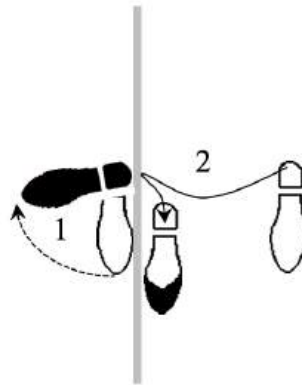
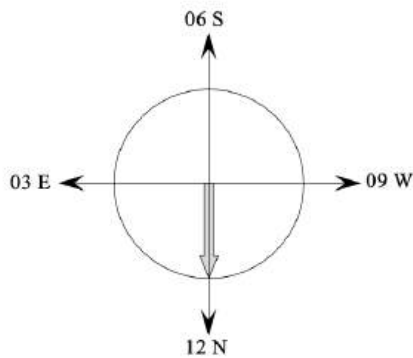


3.2.6 Sixième partie

6.01) Marcher sur les sept étoiles de la grande Ourse [12:00 N]

- pratiquée sur la gauche ! QīXīng Chuí 七星锤

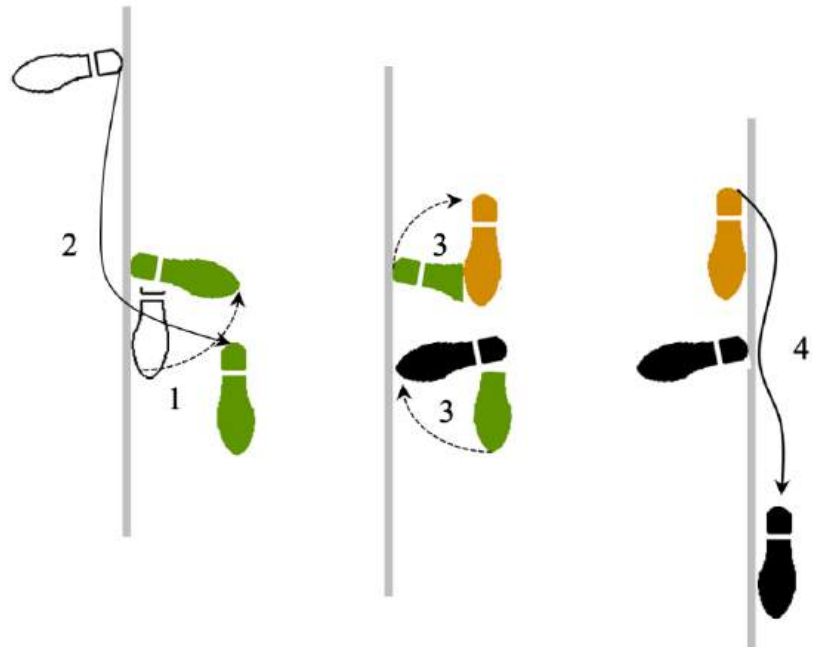
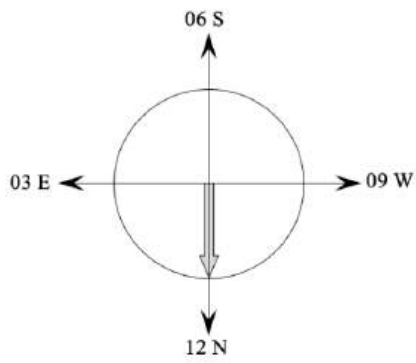
Tournez le pied gauche en dehors de 80° [02:30 E]. Les deux bras dont un cercle sur les côtés vers le haut jusqu'au niveau des épaules. Les poings se réunissent dans un cercle vers le haut devant le thorax, le bras droit vers l'extérieur. Simultanément avancez la jambe gauche en position sur les orteils [12:00 N]. Ouvrez l'éventail vers la gauche.



6.10) Tordre, frapper et bloquer [12:00 N]

BānLán Chuí 搬拦锤

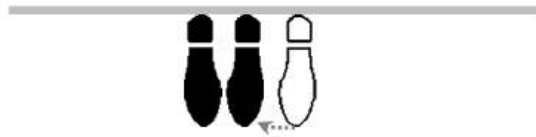
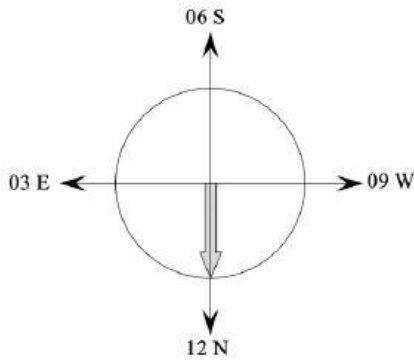
Fermez l'éventail et réalisez ce mouvement classique de TàijíQuán avec les mouvements de s'agenouiller et de pas.



6.16) WúJí positon debout [12:00 N]

WúJí ZhànZhuāng 无极站桩

Mettez-vous dans la position debout correcte. Amenez l'éventail fermé dans votre main gauche avec sa gorge sur le bord du pouce (bouche du tigre). La bordure pointe vers le sol. Restez dans cette position quelques temps. Finissez en conscience l'exécution de la forme et revenez dans le monde.



Shen Zhengyu 沈征宇



Shen Zhengyu (Xinjiang le 21-04-1965) est le fils des Dr Shen Hongxun et Dr Xia Tingyu. En plus de sa formation de père à fils, Shen Zhengyu a reçu la formation Tàijí de ses grands-pères Shen DeRong et Xia ZiXin. Très jeune, il a été l'assistant de son père et a acquis une connaissance solide du TàijíQuán NánPài, TàijíWúXìGōng® et de la médecine traditionnelle chinoise. Il a également suivi une formation d'assistant médical spécialisé en épidémiologie à l'université de ChongJi XinJiang, il a exercé plusieurs années dans cette discipline. Il s'est spécialisé en TaiJi épée, TuīShǒu-poussée des mains, TiānShān-SǎnShǒu et a développé la forme bâton du Tàijí NánPài. En 1991, il est reconnu professeur de QiGong et élu membre du comité de la Fédération de QiGong et d'Activité Physique et Sportive de Shanghai, district de Luwan.

Depuis 1992, il est professeur indépendant de Tàijí en Belgique et fondateur du Tàijí Centrum et *ShenBUQI*® International. Depuis sa reconnaissance par la lignée, il a reçu guidance, supervision et soutien et a suivi les pas de son père. Comme porteur de la lignée, il se concentre sur la continuité de l'évolution et de la dissémination du système de santé BUQI® développé par son père le Dr Shen Hongxun. En plus de ses cours hebdomadaires en Belgique, Shen Zhengyu enseigne aussi le Tàijí NánPài, Méditation, Qì-Dǎoyīn, TàijíWúXìGōng et BUQI® en Belgique, France, Italie, Pays-Bas et Norvège.

Tàijí NánPài inclut TàijíQuán37 forme courte, TàijíQuán108 forme longue, TàijíÉpée52, TàijíBâton, TuīShǒu et SǎnShǒu. Qì-Dǎoyīn est le nom collectif pour YìJīn Dǎoyīn, Dǎoyīn du Dragon d'or, Dǎoyīn allongés, Dǎoyīn des cinq Animaux et Dǎoyīn des six Sons.

Dr. Shen Hongxun 沈洪训



Shen Hongxun (Shanghai 08/08/1939 - †Zwalm 26/10/2011), né dans une famille d'éminents médecins à Shanghai, était le fils du Dr. Shen Derong et petit-fils de Shen Baotai. Il est devenu médecin à la fois de médecine occidentale et de médecine traditionnelle chinoise.

Dr Shen Hongxun a eu de bons enseignants, de bons amis et était au bon moment au bon endroit. Il a acquis son savoir en Tàijí BěiPài en étudiant avec plusieurs Maîtres Taiji reconnus comme Tian ZhaoLing, Yu et Lu Song Gao Jifu. Professeur Yao Huanzi était son enseignant principal. Ses connaissances médicales et ses recherches sur le Qi l'ont conduit à créer le système TàijíWǔXīGōng® et à découvrir la théorie du Double Cercle Vicieux. Sa pratique spirituelle l'a amené au niveau de Lama et il lui a été donné le nom de Lama Fu Re. Le Taoïste Hey Jingqing et Lama Fahai étaient ses enseignants.

Le talent unique de Dr Shen Hongxun l'a conduit à faire une synthèse significative des connaissances de voies si nombreuses. Il a développé une forme de TàijíQuán de la Montagne du Ciel, une approche inspirée du Bouddhisme de la forme de style Yang associée aux connaissances du système TàijíWǔXīGōng®.

Sa pratique du Tàijí 37® avec Xia Zhixin, a dirigé sa recherche vers les diverses postures de la forme TàijíQuán de la Montagne du Ciel et les 37 positions du Taiji NanPai. Sous sa direction, une forme courte de TàijíQuán a été créée associant le savoir et les principes à la fois de la forme TàijíQuán de la montagne du Ciel et les positions du Tàijí NánPài 37. Cette

synthèse a amené un renouveau et une renaissance du TàijíQuán NánPài.

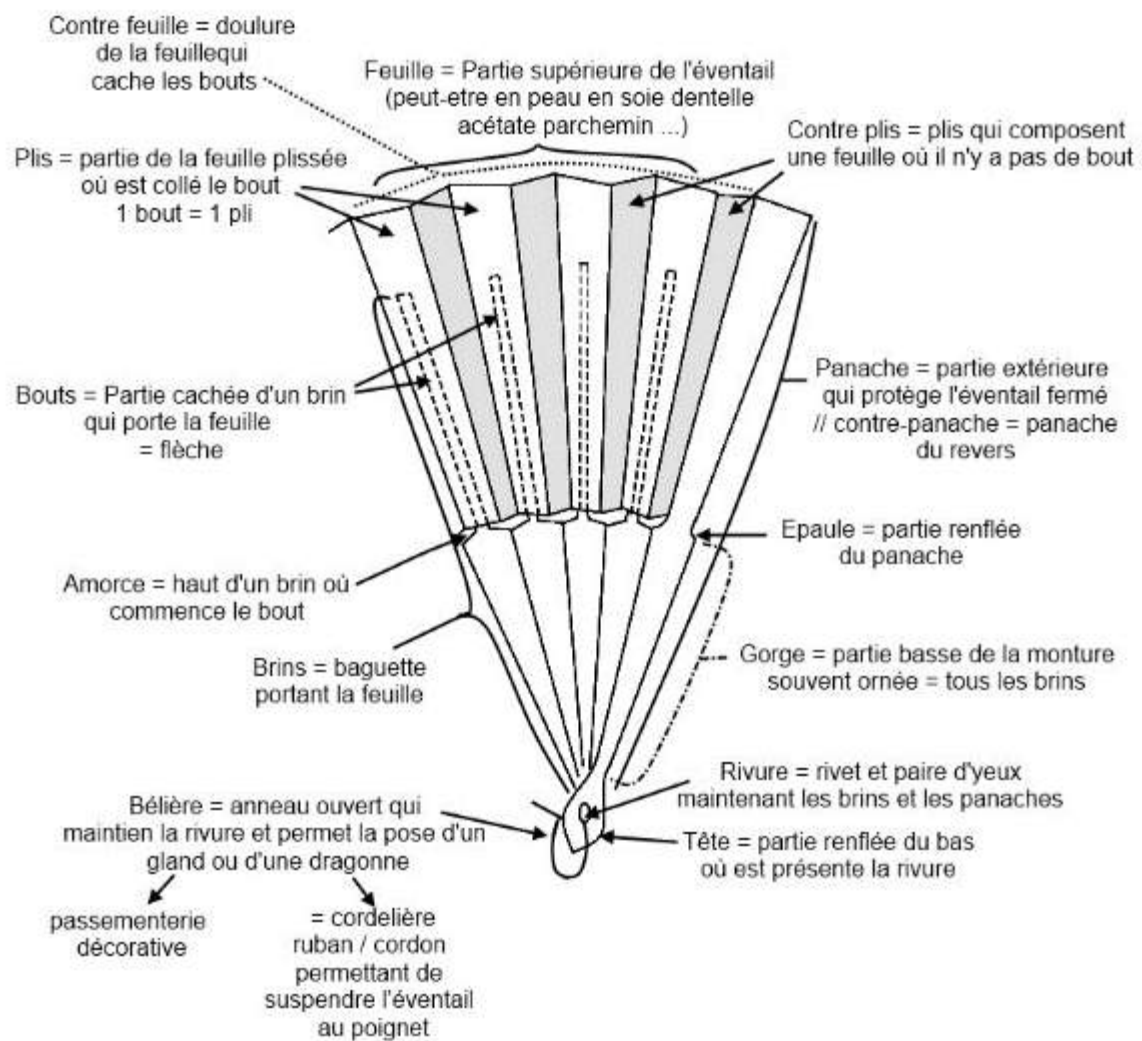
Sa connaissance de l'utilisation du Qì en traitement et de la "force vide" est développée au sein du système thérapeutique BUQI®.

Tàijí NánPài 37®, TàijíWǔXīGōng®, Thérapie BUQI®, Thérapie Dǎoyǐn, Qì-Poussée des mains, TiānShān SǎnShǒu et Méditation de la Lumière Dorée forment la base de son héritage.

À Shanghai, Dr Shen Hongxun a rencontré Dr Xia Tingyu, fille de Xia Zhixin. Ils ont recherché intensément tous les deux comment utiliser et déployer le Qì dans des applications médicales. Ils ont publié conjointement leurs résultats.

Dr Shen Hongxun a été invité en Belgique en 1987 et il a été un enseignant international en Europe et aux USA jusqu'à son décès en Octobre 2011. Ces liens familiaux avec la Chine sont toujours restés très importants pour lui.

On peut trouver des informations plus détaillées sur le Dr Shen Hongxun dans ses livres et son autobiographie sur le site internet www.shenhongxun.org.



6

Sources

TàiJíWaaier Weekenden

Geel 2017-10-1415 - 2017-12-0910
 2018-01-1314 - 2018-03-2425
Mortsel 2019-02-0910

TàiJíShàn 太极扇 Zomercursus 2018-07-0508

Werkboek TaijiWaaier
Shen Zhengyu © Juli 2018 Geel

YìJīn Dǎoyǐn Spieren- en Pezenversterkende Dǎoyǐn

Shen Zhengyu © April 2014 / © Januari 2015

Lexicon

Shen Zhengyu © April 2015 / Juli 2019

JīnLóng Dǎoyǐn Gouden Draak Dǎoyǐn

Shen Zhengyu © April 2015

WǔQínXì Dǎoyǐn Vijf Dieren Dǎoyǐn

Shen Zhengyu © April 2017

NánPài TàiJí - Taijiquan Korte Vorm

Shen Zhengyu © April 2018

TàiJí ChángQuán - Taijiquan Lange Vorm

Shen Zhengyu © April 2018

NánPài TàiJíGùn NánPài TàiJí Stok

Shen Zhengyu © November 2022



*Shen*BUQI® International
Taiji Centrum vzw
Tweebunder 12
2259 Edegem, België
Tel. +32 (0) 475 810 620
zhengyu1965@gmail.com
www.shenbuqi.com
www.buqifrance.fr
www.taijicentrum.org

TaiJi Éventail

Grâce, élégance, raffinement et séduction
Une apparence innocente, un accessoire inoffensif
Avec une frappe et un tranchant à la vitesse de l'éclair
Une arme aiguisée comme un rasoir
Ying et Yang