

(Mobile ebook) JUICE Radical TAIJI Energetics (English Edition)

JUICE Radical TAIJI Energetics (English Edition)

Von Scott Meredith

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #173265 in eBooksVerffentlicht am: 2012-09-09Erscheinungsdatum: 2012-09-09File Name: B0098N98JE | File size: 54.Mb

Von Scott Meredith : JUICE Radical TAIJI Energetics (English Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised JUICE Radical TAIJI Energetics (English Edition):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen10 von 10 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. bahnbrechend!Von palain diesem buch behandelt der autor taiji konsequent als energiekunst, nicht als mechanische kunst: es ist nicht die genaue ausrichtung (alignment)des krpers, die die energie weckt - es ist die erweckte energie, die

den Körper ausrichtet. Seine Energiearbeit in der Tradition von Cheng Manching sieht vereinfacht so aus: die Aufmerksamkeit lenkt die Energie. Der erste Punkt, auf den man sich ausrichtet, ist Niwan in der Mitte des Kopfes (oft falsch als Baihui übersetzt, der höher liegt). Von dort lässt man die Energie ins Dantian und zu den Fußsohlen sinken und führt sie wieder hoch zu Niwan. Danach lenkt man sie in die Hände. Wenn man das genügend lange macht, entsteht ein spürbarer ununterbrochener Energiefluss im Körper. Das ist der erste echte Taiji-Zustand. Diese Energiearbeit lässt sich im Prinzip in jede Taiji-Form einbauen. Die persönliche Lieblings-Laborratte von Meredith ist die 37er-Form von Cheng Manching. Allerdings lehrt er in diesem Buch keine Form, es geht nur um Energiearbeit. Ein zentraler Punkt der Energieentwicklung ist die KONSEQUENTE Entspannung des Körpers. Die verteidigt er mit Zähnen und Klauen gegen andere Taiji-Meinungen. Auch sein Händeschieben (Push Hands) ist auf einem hohen Niveau nur noch energetisch. Man berührt den Gegner - egal wo -, dehnt seine Energie auf ihn aus und bricht so sein Gleichgewicht. Mechanischer Druck wird dabei nicht mehr ausgebt, auch nicht die berühmten 4 Unzen. Das Ergebnis der erweckten inneren Energie ist nach seinen Angaben ein geisteszerfetzendes Glück beim Ben, das jede legale oder illegale Droge betrifft: wenn man von etwas abhängig wird, sollte es Taiji sein. Ich habe ungefähr einen Meter Bücherregal mit Taijibüchern und kenne viele andere. Etwas mit "Juice" vergleichbares habe ich bisher nicht gelesen. **VERSCHRIFTE KAUFEMPFEHLUNG!** 12 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Meisterliche Erfahrung spricht aus dem Buch, frisch und radikal. Von Dr. Michael D.F. Schmidt. Dieses Buch ist 5 Sterne wert, da es aus reiner Erfahrung besteht. Manchmal ist der Autor provokativ gegenüber anderen Lehrmeinungen, doch meist nachvollziehbar und nie über ein Maß hinaus abwertend. Profunde Hinweise zur Praxis und ein Buch, das den gelebten Weg des Autors widerspiegelt.

Kurzbeschreibung JUICE Radical Taiji Energetics describes the entire process of generating maximal internal power (qi) through the slow motion martial art of Chinese Taijiquan (T'ai Chi Ch'uan). All aspects of cultivation and deployment of Taiji's spirit energy are described in accessible terms. This book explains that the great past Taiji masters were not pointing at mere physical structure or mechanical principles in their teachings. Rather, they have left us a legacy of ecstatic internal energy methods that are unwrapped, unraveled, and demystified in this book. The presentation is clear, engaging, and profound, and includes working solo, working with a partner, and mastering the Taiji sword. JUICE is an essential companion for anybody from the raw beginner to the long-term veteran practitioner or teacher of Taiji. Which feels better, crack cocaine or Taiji energy? Why is spirit power (not physical structure) Taiji's true engine of mastery? Whether you're a seasoned player or merely Tai-curious, JUICE will hand you the hidden master keys to TAIJI (T'ai Chi Ch'uan) Contents include: The BRUTE level of internal energy; Taiji's MISSING BASIC for universal energy permeation; The ARC OF STEEL for Taiji's Full Body Activation; The SURGE and the STATE; The real purpose and method of Taiji's PUSH-HANDS exercise; The TAILOR'S TOUCH for supreme sensitivity; YINJECTION and YINFUSION for power emission; The SHELL and its SPIKE, SLIDE, SLURP, and NUDGE power concepts; Taiji's energy meta-tool: the Chinese STRAIGHT SWORD; and much more. JUICE isn't a photo-sequence textbook, illustrating a set of dance poses. JUICE doesn't blandly re-parrot the arcane Chinese philosophy from which Taiji emerged. This book lays out the specific mental "settings" that super-charge any style of Taiji and explains how to use Taiji for personal energy cultivation - with effects that anyone can experience immediately. Whether you currently practice Taiji or you're just thinking of getting into it, you should read JUICE before taking another step.

Kurzbeschreibung JUICE Radical Taiji Energetics describes the entire process of generating maximal internal power (qi) through the slow motion martial art of Chinese Taijiquan (T'ai Chi Ch'uan). All aspects of cultivation and deployment of Taiji's spirit energy are described in accessible terms. This book explains that the great past Taiji masters were not pointing at mere physical structure or mechanical principles in their teachings. Rather, they have left us a legacy of ecstatic internal energy methods that are unwrapped, unraveled, and demystified in this book. The presentation is clear, engaging, and profound, and includes working solo, working with a partner, and mastering the Taiji sword. JUICE is an essential companion for anybody from the raw beginner to the long-term veteran practitioner or teacher of Taiji. Which feels better, crack cocaine or Taiji energy? Why is spirit power (not physical structure) Taiji's true engine of mastery? Whether you're a seasoned player or merely Tai-curious, JUICE will hand you the hidden master keys to TAIJI (T'ai Chi Ch'uan) Contents include: The BRUTE level of internal energy; Taiji's MISSING BASIC for universal energy permeation; The ARC OF STEEL for Taiji's Full Body Activation; The SURGE and the STATE; The real purpose and method of Taiji's PUSH-HANDS exercise; The TAILOR'S TOUCH for supreme sensitivity; YINJECTION and YINFUSION for power emission; The SHELL and its SPIKE, SLIDE, SLURP, and NUDGE power concepts; Taiji's energy meta-tool: the Chinese STRAIGHT SWORD; and much more. JUICE isn't a photo-sequence textbook, illustrating a set of dance poses. JUICE doesn't blandly re-parrot the arcane Chinese philosophy from which Taiji emerged. This book lays out the specific mental "settings" that super-charge any style of Taiji and explains how to use Taiji for personal energy cultivation - with effects that anyone can experience immediately. Whether you currently practice Taiji or you're just thinking of getting into it, you should read JUICE before taking another step.

ber den Autor und weitere Mitwirkende Scott Meredith has trained in a large variety of

Asian and Western martial arts including Western boxing, Shaolin fighting systems, Russian Systema, Yiquan, Taikiken, and Taijiquan for more than forty years. He speaks fluent Mandarin Chinese and Japanese. He holds a Ph.D. from the Massachusetts Institute of Technology and has worked for over 25 years as a Senior Researcher in speech technology, natural language processing, and artificial intelligence in user interface design at leading high-tech companies including IBM, Apple Computer, and Microsoft.