

**TAIJIQUAN 13 LIKETTÄ / PERUSTEKNIIKAT**

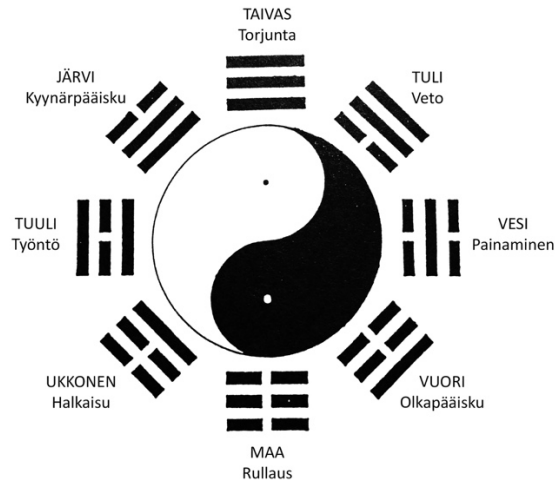
Chinese Wushu Association on kehittänyt vuonna 2017 uuden Taijiquan 13 liikkeen sarjan, joka sisältää kaikki alkuperäisen taijin itsepuolustustekniikat. Ensimmäiset 8 liikettä ovat käsimuotoja ja perustuvat taijin kahdeksan trigrammin energioihin (Baqua-symboli). Loput 5 liikettä eli askelta perustuvat viiteen eri suuntaan ja peruselementtiin (Taijitu-symboli). Sarjassa on Yang-, Chen- ja Sun-tyylin taijin liikkeitä.

*"The Five Steps move the body. The Eight Energies control the power.
When combined these are the Thirteen original forms of Taijiquan."
Chang Sanfeng (1279-1368)*

	Pinyin Chinese	English	Suomeksi	Energia / Elementti
	Ba Men	Eight Energies	Kahdeksan energiaa	
1	Peng	Ward Off	Torju	Taivas
2	Lu	Roll Back	Rullaa	Maa
3	Ji	Press	Paina	Vesi
4	An	Push	Työnnä	Tuuli
5	Cai	Pull Down	Vedä alas	Tuli
6	Lie	Split	Halkaise	Ukkonen
7	Zhou	Elbow Strike	Kyynärpääisku	Järvi
8	Kao	Shoulder Strike	Olkapääisku	Vuori
	Wu Bu	Five Steps	Viisi askelta	
1	Jin Bu	Step Forward	Astu eteen	Metalli
2	Tui Bu	Step Backward	Astu taakse	Puu
3	Zuo Gu	Turn Left	Katso ja väistä vasemmalle	Vesi
4	You Pan	Turn Right	Katso ja hyökkää oikealle	Tuli
5	Zhong Ding	Firm the Center	Keskitä tasapaino	Maa



Baqua-symboli. Taiji-symbolin ympärille on sijoitettu kahdeksan trigrammia. Taijin klassikoiden mukaan trigrammit vastaavat kahdeksaa taijin perustekniikkaa.



Taijitu-symboli. Alkukaaoksesta syntyvät liikkeen ja hiljaisuuden kautta Yangin ja Yinin perusvoimat. Niiden yhdistymisen tuloksena syntyvät viisi elementtiä. Ne yhdistyvät ja syntyvät ihminen ja kaikki muut olennot. Symboli kuvaa myös taijin harjoittamista.

