

Inhalt

Vorwort von Paul Crompton	13
Einleitung	15
Zum zweiten Band	
der Chen-Gong-Reihe	16
Nei Jin – die inneren Energien	
des Taiji-Quan	19
Geleitwort zur deutschen Ausgabe.....	28
 Lun Jin – Die Theorie der wesentlichen Energien	
des Taiji-Quan.....	35
Einleitung von Chen Gong	37
 Kapitel 1 Die rezeptiven oder sinnlich wahrnehmbaren Energien des Taiji-Quan	45
Zhan Nian Jin – Anhaftende und	
klebende Taiji-Energie	47
Ting Jin – Taiji-Energie des Hörens	59
Dong Jin – Interpretierende	
Taiji-Energie	68
 Kapitel 2 Die wesentlichen Energien	
des Nicht-Widerstehens	79
Zou Jin – Aufnehmende Taiji-Energie ..	81
Jie Jin – Entlehnende Taiji-Energie.....	90
 Kapitel 3 Die wesentlichen Energien	
der praktischen Anwendung	97
Hua Jin – Neutralisierende	
Taiji-Energie	99
Yin Jin – Verleitende Taiji-Energie	110
Na Jin – Ergreifende Taiji-Energie	119
Fa Jin – Ausstoßende Taiji-Energie	127

Kapitel 4 Die wesentlichen Energien	
der acht Grundbewegungen	143
Peng Jin – Abwehrende Taiji-Energie (nach vorn, außen und oben)	146
Lu Jin – Zurückrollende Taiji-Energie ..	152
Ji Jin – Drückende Taiji-Energie.....	159
An Jin – Schiebende Taiji-Energie	164
Cai Jin – Ziehende Taiji-Energie	170
Lie Jin – Spaltende Taiji-Energie	175
Zhou Jin – Ellbogen-Energie des Taiji-Quan	180
Kao Jin – Schulter-Energie des Taiji-Quan	186
Kapitel 5 Die unterstützenden Energien	
des Taiji-Quan	191
Kai Jin – Öffnende Taiji-Energie	193
He Jin – Schließende Taiji-Energie	197
Ti Jin – Steigende oder hebende Taiji-Energie	201
Chen Jin – Sinkende Taiji-Energie	206
Kapitel 6 Die Energien der höheren Kampfkünste	211
Chang Jin – Lange Taiji-Energie	213
Jie Jin – Abfangende Taiji-Energie	217
Zuan Jin – Bohrende Taiji-Energie.....	220
Kapitel 7 Die höheren psychischen Energien	
des Taiji-Quan.....	223
Ling Kong Jin – Die Energie der reinen Leere	225
Jie Na Zhuan Bi Jin – Die Energien des Unterbindens, Ergreifens, Zufassens und Schließens	227
Nachwort	231
Der Herausgeber	232