

# 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 wahrnehm-	
baren 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

<b>Kapitel 4 Die wesentlichen Energien</b>	
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
<b>Kapitel 5 Die unterstützenden Energien</b>	
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
<b>Kapitel 6 Die Energien der höheren Kampfkünste</b>	211
Chang Jin – Lange Taiji-Energie .....	213
Jie Jin – Abfangende Taiji-Energie .....	217
Zuan Jin – Bohrende Taiji-Energie .....	220
<b>Kapitel 7 Die höheren psychischen Energien</b>	
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