

Η Δυνατότητα εκπαίδευσης και γνωριμίας του Liu He Ba Fa Quan (Water boxing) στην Ελλάδα

Hua Yue Xin Yi Liu He Ba Fa Quan

Λίγα λόγια για το Liu He Ba Fa ή αλλιώς την Τέχνη των 6 αρμονιών (Liu He) και 8 μεθόδων (Ba Fa)

Το Liu He Ba Fa, που συχνά αποκαλείται και Water style boxing, ανήκει στα όχι ιδιαίτερα γνωστά εσωτερικά στυλ των πολεμικών τεχνών. Παρόλου που μοιάζει να έχει ομοιότητες με τα περισσότερο διαδεδομένα εσωτερικά συστήματα όπως το Τάι Τσι Τσουάν, το Baguazhang και το Xingyiquan, διατηρεί ωστόσο μία ιδιαιτερότητα στην εξέλιξη του από την αρχή της καθιέρωσης του πριν από χιλιάδες χρόνια μέχρι τη σημερινή εποχή αλλά και στις αρχές και εφαρμογές του.

Σύμφωνα με την ιστορία, το Liu He Ba Fa προέρχεται από τον 10ο αιώνα με ιδρυτή τον Ταοϊστή μοναχό Chen Tuan, γνωστό και ως Chen Xi Yi ή και Chen Bo και καθιερώθηκε κατά τη διάρκεια της δυναστείας Song (960-1279 μ.Χ.). Η εξέλιξη του Liu He Ba Fa περνάει μέσα από την διαδοχή πολλών γενεαλογιών με αναρίθμητους δεξιότεχνες δασκάλους όπως τον Li Dongfeng, Song Yuan-tong και τους πιο πρόσφατους Lee Dao Li, Chen Yi-ren και Li Chung οι οποίοι επίδρασαν σημαντικά στην εμβάθυνση και διάδοση του στυλ.

Το στυλ διαδόθηκε σημαντικά κατά την δεκαετία 1930 και 1940 με δάσκαλο τον Wu Yihui, διαχειριστή και μέλος του διδακτικού προσωπικού του περίφημου “Nanjing Central Guoshu Guan” (Zhong Yang Kuo Shu Kuan).

Με αρκετά στοιχεία στην κινησιολογία του που χρησιμοποιούν την δυναμική του Xinyi, τον χαρακτήρα του βηματισμού του Baguazhang στις αλλαγές κατεύθυνσης και την ευφυή δυναμική της εξουδετέρωσης από το Τάι Τσι Τσουάν, το Liu He Ba Fa δημιουργεί κινήσεις ροής σε διάφορα επίπεδα και άξονες χρησιμοποιώντας χαμηλές, μεσαίες ή και ψηλές στάσεις. Ο ρυθμός εκτέλεσης με τη εναλλαγή του αργού και του γρήγορου μοτίβου ή και της εκρηκτικής απελευθέρωσης προσδίδει στο στυλ τον χαρακτήρα του ρέοντος νερού ή της πυγμαχίας του νερού (quan). Ο νους (yi) καθοδηγεί την κίνηση και η οξυδέρκεια του δεξιότεχνη παίκτη του Liu He Ba Fa ενισχύεται αδιάκοπα από την συγκέντρωση στη ροή του Qi.

Η εξάσκηση δεν ενεργοποιεί μόνο τους μύες, τους συνδέσμους και τα οστά, αλλά και τα εσωτερικά όργανα. Οι κινήσεις διακρίνονται για την κομψότητα, την ελαφρότητα και τη σταθερότητά τους, ενώ εκτελούνται με ροή και ηρεμία.

Οι 6 αρμονίες εκφράζουν τα ποιοτικά στάδια εξέλιξης του μαθητή, καθοδηγώντας την πρόοδο του και την πνευματική του ανάπτυξη.

Οι 8 μέθοδοι αναφέρονται στη διάκριση των πολεμικών εφαρμογών σε εξωτερικές και εσωτερικές.

Ξεκινώντας με τη φόρμα, ο ασκούμενος του συστήματος προχωράει στην εμβάθυνση της, στις ποιοτικές αξίες, τις πολεμικές εφαρμογές και την εσωτερική εργασία.

Ως εσωτερική τέχνη, δεν λειτουργεί μόνο ως σύστημα αυτοάμυνας, αλλά ωφελεί επίσης την υγεία αυξάνει τη μακροζωία καθιστώντας το ως ένα ολιστικό σύστημα άσκησης.

Ποιος είναι ο δάσκαλος του Σεμιναρίου μας?

Ο Μάστερ Huaxiang Su διδάχτηκε το “Xin Yi Liu He Ba Fa Quan” από τον δάσκαλο του Wan Wende ο οποίος υπήρξε άμεσος μαθητής των δασκάλων Wu Yihui και Lee Dao Li. Είναι δωδέκατης γενιάς Chen Style Taiji και Wudang Quang με δάσκαλο τον Wan We De (Shanghai). Ο Wan We De είναι ακόλουθος των Master Chen Zhao Kui και Feng Zhi Qiang. Από την Guangzhou της Κίνας και διατελεί ως μόνιμο μέλος του διοικητικού συμβουλίου της Ένωσης Έρευνας για το Taijiquan και το Wushu της Guangzhou. Διδάσκει Taijiquan στα στυλ Chen και Yang, Liuhe Bafa, και είναι αυθεντία στο Tuishou καθώς και στις εφαρμογές του Taijiquan. (βλέπεται το βιογραφικό του δασκάλου στη ξεχωριστή ενότητα)

Ο Μάστερ Su κάνει πρωτοποριακή δουλειά στην προαγωγή, διάδοση και διδασκαλία του συστήματος στην Ευρώπη. Χαρακτηρίζεται από την ιδιαίτερη αφοσίωση του, την προσιτή και αποτελεσματική μέθοδο διδασκαλίας αλλά και την ευχάριστη και αγαπητή προσωπικότητα του καθιστώντας τον ως έναν πολύ καλό δάσκαλο στο Liu He Ba Fa που ξέρει να μεταφέρει τις γνώσεις του στο ιδιαίτερο και σπάνιο εσωτερικό σύστημα πολεμικής τέχνης.

Για πρώτη φορά επισκέπτεται την Ελλάδα μέσα από την συνεργασία του με την Έμμη Χατζηπαναγιώτη, του Κέντρου Τάι Τσι Τσουάν ‘Yang Sheng’ Ξάνθης η οποία εκπαιδεύεται κοντά του στο Liu He Ba Fa από το 2017, ενώ το διδάσκει και η ίδια στους μαθητές της.

www.shx-taiji.com/about.html

Τι θα διδαχτούμε?

Η διοργάνωση του 1^{ου} Διεθνούς Masterclass αποσκοπεί να εισάγει τον ασκούμενο στο **Hua Yue Xin Yi Liu He Ba Fa Quan**, με την διδασκαλία της μεγάλης φόρμας των 66 στοιχείων τμηματικά σε Α΄ Και Β΄ Μέρος. Θα παρουσιαστούν παράλληλα και οι αντίστοιχες πολεμικές εφαρμογές της φόρμας. Η φόρμα αποτελείται από δύο μέρη κατάλληλα και για αρχάριους του στυλ. Τα σεμινάρια διαρκούν συνολικά 5 ημέρες με σύνολο 17 ώρες εξάσκησης, ενώ κλείνουν με την τελική τελετή λήξης που περιλαμβάνει παρουσιάσεις των φορμών και απονομή των βεβαιώσεων συμμετοχής.

Τα σεμινάρια είναι ανοιχτά σε όλα τα επίπεδα ασκούμενων των πολεμικών τεχνών ανεξαρτήτου στυλ, χαρακτήρα και περιεχομένου.

Δάσκαλος του πενθήμερου σεμιναρίου ο **Master Hua Xiang Su** της σχολής **Zhong Hua Tai Ji Club** από την Guangzhou της Λ.Δ. της Κίνας.

Κόστος συμμετοχής (περιλαμβάνει τα μαθήματα)

Το κόστος συμμετοχής στα σεμινάρια περιλαμβάνει μόνο τα μαθήματα και ένα καθημερινό σνακ.

Δεν περιλαμβάνεται η διαμονή και τα γεύματα. Επικοινωνήστε μαζί μας για σχετικές πληροφορίες που αφορούν τις προτεινόμενες επιλογές στη πόλη της Ξάνθης.

Διαμονή στο Ξενοδοχείο ΑΓΡΙΑΝΗ κατόπιν συνεννόησης.

- Πλήρης 5 ημέρες/ 17ώρες: 130 Ευρώ
- **Early Bird registration** (Εκπτώση με προ-εγγραφή έως τη Δευτέρα 15 Απριλίου 2025): 115 Ευρώ

EARLY BIRD REGISTRATION UNTIL 15th of APRIL 2025	
FULL PROGRAM / ΠΛΗΡΕΣ 130 Euro	EARLY BIRD REGISTRATION FULL PROGRAM / ΠΡΟ – ΕΓΓΡΑΦΗ ΜΕ ΕΚΠΤΩΣΗ 115 Euro

A. ΕΚΠΤΩΣΗ ΜΕ ΠΡΟΕΓΓΡΑΦΗ ΜΕΧΡΙ 15 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2025:

Για να κατοχυρώσεις την προεγγραφή σου πληρώνεις μία προκαταβολή των **80 Ευρώ (δεν επιστρέφεται)** μέχρι τις 15 Απριλίου και εξόφληση με την παρουσία σου στη διοργάνωση.

B. ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΓΓΡΑΦΗ

- Εγγραφές έως τις 15 Ιουνίου 2025 – Θα πρέπει να πληρώσετε μία **προκαταβολή 80 Ευρώ (δεν επιστρέφεται)**.
- Εγγραφές ΜΕΤΑ τις 15 Ιουνίου 2025 – Πληρωμή συνολικού ποσού συνδρομής

ΔΩΡΕΑΝ: Σνακ στο χώρο των σεμιναρίων

Τελετή λήξης ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ: **Είσοδος ελεύθερη**

Οι συνδρομές καταβάλλονται στο λογαριασμό του Συλλόγου:

IBAN: **GR59 0171 1900 0061 9016 3903 071**

BANK: **PIRAEUS BANK**

SWIFT-BIC: **PIRBGAA**

Πρόγραμμα Αναψυχής και περιηγήσεων

Όσοι ενδιαφέρεστε να συμμετέχετε στις περιηγήσεις των δύο ημερών – Παρασκευής 3 Ιουλίου και Πέμπτης 10 Ιουλίου 2025 (βλέπε αναρτημένο πρόγραμμα) παρακαλείστε να το δηλώσετε έγκαιρα μέχρι τις 15 Ιουνίου για κράτηση θέσεων.

Το κόστος δεν περιλαμβάνεται στη διοργάνωση, αλλά εκτιμάται κατά περίπτωση και κατά άτομο.

Επικοινωνήστε με την διοργανώτρια στο email που αναγράφεται ή στο κτ. + 30 6977560795.