

Tai Chi Chuan 42er-Doppel-Säbelform

Die 42er-Doppel-Säbelform, auch Zwillings-Säbelform genannt, ist die fortgesetzte Übungspraxis der 42er-Waffenform mit einem Säbel. Die Abfolge der Bilder dieser Choreografie ist die gleiche, mit der Ausnahme, dass einige Bilder anders benannt sind und die Techniken entsprechend der Doppel-Säbel-Führung ausgeführt werden. Somit kennt derjenige, welcher die 42er-Waffenform mit einem einzelnen Säbel bereits erlernt hat, das Schritt- und Übungsmuster, praktisch die „Wegstrecke“.

Mit einem einzelnen Säbel zu üben, ist schon recht anspruchsvoll und verlangt ein großes Maß an Achtsamkeit, das Üben mit zwei Säbeln gleichzeitig aber ein Vielfaches mehr, wobei zumeist ein Säbel die Haupt- und der andere die Nebenwaffe darstellt oder mit einer Waffe abgewehrt und mit der anderen angegriffen wird.

Durch den Einsatz von zwei Säbeln gleichzeitig entsteht eine Aktionsradius von mehr als drei Metern. In dieser Übungspraxis entfaltet sich eine ihr innewohnende unvergleichliche Dynamik!

- | | | | | | |
|----|----|--|----|----|-------------------------------------|
| 02 | 01 | Wu Chi - Anfang | 07 | 21 | Mit der Schere nach vorne drücken |
| | 02 | Schritt vor zu den 7 Sternen | | 22 | Der Wind wirbelt die Wolken |
| | 03 | Schritt zurück, auf dem Tiger reiten | | 23 | Die schöne Frau zeigt ihre Beine |
| | 04 | 2 Fische trennen sich | | 24 | Das Wildpferd springt über den Bach |
| | 05 | Der Phoenix breitet seine Flügel aus | | 25 | Der Wind wirbelt die Wolken |
| 03 | 06 | Der Wind wirbelt die Wolken | 08 | 26 | Die Schwalbe schlägt auf das Wasser |
| | 07 | Die schöne Frau zeigt ihre Beine | | 27 | Vorwärts laufen und schneiden – 4x |
| | 08 | Das Wildpferd springt über den Bach | | 28 | Rückwärts laufen und abwehren – 5x |
| | 09 | Der Wind wirbelt die Wolken | | 29 | Die Schwalbe schlägt auf das Wasser |
| 04 | 10 | Die Schwalbe schlägt auf das Wasser | | 30 | Der Tiger schlägt mit dem Schwanz |
| | 11 | Der Tiger springt - 3x | 09 | 31 | Der Drache schlägt mit dem Schwanz |
| | 12 | Das Boot mit der Strömung schieben | | 32 | Den Säbel schräg nach vorne drücken |
| 05 | 13 | Die schöne Frau dreht sich herum | | 33 | Der Wind wirbelt die Wolken |
| | 14 | Der Wind bläst die Lotosblätter hinweg | | 34 | Die schöne Frau springt und tritt |
| | 15 | Der Tiger schlägt mit dem Schwanz | | 35 | Der Wind wirbelt die Wolken |
| | 16 | Nach unten abwehren | 10 | 36 | Die Schwalbe schlägt auf das Wasser |
| | 17 | Nach oben abwehren | | 37 | Vorwärts laufen und schneiden – 7x |
| 06 | 18 | Der goldene Hahn steht auf einem Bein | | 38 | Treten, schneiden und Drehung |
| | 19 | Der Wind wirbelt die Wolken | | 39 | Das Wildpferd springt über den Bach |
| | 20 | Der Phoenix breitet seine Flügel aus | | 40 | Der Wind wirbelt die Wolken |
| | 21 | Das Wildpferd streckt die Zunge heraus | 11 | 41 | Die Schwalbe schlägt auf das Wasser |
| | | | | 42 | Schritt vor zu den 7 Sternen |
| | | | | | Zum Anfang zurückkehren |
| | | | | | Wu Chi |

