



# Taiji Partner-Schwertform

## nach Peter Ralston / Epi van de Pol



Institut für Bewegungspädagogik, Taijiquan und Körperarbeit  
Sabine & Dr. Peter Wolfrum

Landecker Weg 18 ♦ D-4079 Monheim

[www.dalue.de](http://www.dalue.de)

[taiji@dalue.de](mailto:taiji@dalue.de)

Diese kurze Partner-Schwertform mit 5 Sequenzen wurde von Peter Ralston entwickelt, der sie u.a. an Epi van de Pol weitergegeben hat. Ich habe die Form und weitere Anwendungen 2005 von Epi bei der Sommerakademie für Taijiquan und Qigong in Alterode gelernt und in den folgenden Jahren vertieft und korrigieren lassen.

Mittlerweile habe ich die Form bei einigen Taijiquan-Workshops und in einem Taiji-Schwert-Kurs unterrichtet.

Im folgenden wird die Form anhand zweier Fotoserien (mit Martin Neumann und mit Epi van de Pol) vorgestellt und kurz erläutert. Dies soll zum Erinnern zu Hause nach dem Erlernen der Form im Unterricht dienen und ersetzt nicht die direkte Vermittlung.

Peter Wolfrum

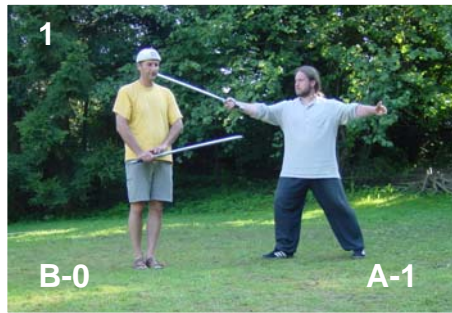
Monheim, Februar 2008

## 1. Erläuterung der Form anhand einer Fotoserie mit Martin Neumann

Bei der Form gibt es folgende Rollenverteilung: Person **A** ist der Angreifer, Person **B** ist daher zunächst in der Abwehr. In der Form folgen auf vier Angriffsbewegungen von **A** jeweils Abwehrbewegungen von **B**, bevor dann **B** nach der vierten Abwehr gleich mit seiner fünften Bewegung einen Gegenangriff startet, den **A** dann seinerseits mit der letzten und fünften Bewegung abwehrt. Damit wird zum Ende der Form der Verteidiger zum Angreifer und der Angreifer zum Verteidiger. Anschließend wird die Form mit vertauschten Rollen wiederholt.

Zu Beginn stehen sich **A** und **B** seitlich gegenüber (**A** Front nach Norden, **B** Front nach Süden), die Schwertspitze Richtung Augen des Gegners gerichtet, so dass dieser nur die Spitze des gegnerischen Schwertes sehen kann. Der Abstand wird so gewählt, dass beide Partner sich bei ausgestrecktem Arm gerade nicht mit dem Schwert erreichen können (*Foto 0*).

Angriff A-1 (Foto 1): **A** startet den ersten Angriff, indem er seinen linken Fuß 90° ausdreht, mit dem rechten Fuß einen Schritt in den Rücken des Gegners setzt (Bogenschritt) und einen seitlichen Hieb zum Nacken von **B** führt.



Abwehr B-1 (Foto 2): **B** setzt den linken Fuß schräg nach links vorne, dreht sich in den Kniestand und führt eine spiralig schneidende Bewegung mit dem Schwert in Richtung **A's** Unterarm aus.

Angriff A-2 (Foto 3): **A** führt einen weiteren Angriff aus, indem er dem Schwert von **B** bogenförmig abwärts ausweicht, das Gewicht auf das hintere linke Bein verlagert und das linke Knie von **B** angreift, wobei er das Schwert durch eine Beckendrehung führt.

Abwehr B-2 (Foto 4): **B** weicht mit dem linken Fuß zurück, behält das Gewicht dabei aber vorne auf dem rechten Fuß. Gleichzeitig wird das Schwert bogenförmig nach rechts, abwärts und wieder nach links Richtung **A's** Unterarm bzw. Handgelenk geführt.



Angriff A-3 (Foto 5): **A** führt nun einen kleinen Schritt (Schrittverlängerung bzw. Ausfallschritt) mit dem vorderen leeren rechten Fuß aus und greift dabei gleichzeitig **B** mit einem Schwertstich von oben rechts zur Brust an.

Abwehr B-3 (Foto 6): **B** weicht mit dem freien linken Fuß zurück, verlagert das Gewicht auf diesen Fuß und zieht den vorderen rechten Fuß heran. Dabei führt **B** das Schwert nach oben und versucht **A** von unten am Handgelenk zu schneiden.

Angriff A-4 (Foto 7): **A** bringt durch eine Beckendrehung die rechte Hüfte zurück und führt dabei seinen rechten Arm mit dem Schwert zunächst über **B's** Schwert zurück. Während nun ja gleichzeitig die linke Hüfte nach vorne dreht, setzt **A** einen großen



Schritt mit links diagonal links auf **B** zu. Dabei wird das Schwert sofort unter **B's** Abwehr hindurch zu einem waagerechten Schnitt Richtung Bauch geführt.



Abwehr B-4 (Foto 8): **B** weicht mit dem freien rechten Fuß einen Schritt schräg zurück und zieht gegebenenfalls den linken Fuß nach. Dabei zieht **B** das Schwert zunächst nach unten und dann wieder nach oben in den rechten Winkel zwischen **A's** Schwert und seinem Unterarm um **A** erneut am Handgelenk zu schneiden.

Der Rückwärts-Seitwärts-Schritt von **B** wird entgegen der Darstellung auf dem Foto parallel zu der letzten Angriffsbewegung von **A** geführt, also nach schräg rechts rückwärts (Korrektur vom Sommer 2007).



Angriff B-5 (Foto 9): **B** startet nun einen Gegenangriff in gleicher Weise wie **A's** letzter Angriff verlief: Großer Schritt mit links diagonal links auf **A** zu. Dabei wird das Schwert sofort zu einem waagerechten Schnitt Richtung **A's** Bauch geführt.

Abwehr A-5 (Foto 10): **A** ist nun in der gleichen Situation wie zuvor **B** und führt daher nun auch die gleiche Abwehrbewegung wie zuvor **B** aus.

Anschließend gehen beide Partner in die Ausgangsposition zurück um dann die Form mit vertauschter Rollenverteilung zu wiederholen.



**Wiederholung mit vertauschten Rollen**





**2. Fotoserie mit Epi van de Pol (Peter als A / Epi als B)**





**3. Fotoserie mit Epi van de Pol (Epi als A / Peter als B)**

