

## II seminarium z dr Markiem Langweilerem w Słupsku

Wiadomo powszechnie, że w grupach Taijiquan, między osobami ćwiczącymi powstają szczególne więzi emocjonalne, często stając się zacynkiem wartościowych przyjaźni. Opublikowane niedawno wyniki dziesięcioletnich badań, przeprowadzonych przez australijskich psychologów, nie pozostawiają cienia wątpliwości – ludzie mający przyjaciół żyją dłużej! Choć uprawianie Taijiquan niczego nie gwarantuje, to coraz więcej mówi się o korzystnym wpływie tej sztuki walki na psychofizyczny rozwój człowieka.

W dniach 9 i 10 lipca 2005 roku odbyło się w Słupsku kolejne seminarium z udziałem dr **Marka Langweilera\***, instruktora z **International Wu Style Tai Chi Chuan Federation**. Mark zajmuje się stylem Wu blisko 20 lat i jest uczniem prawnuka słynnego Wu Jian Quana'a – Sifu **Wu Kwong Yu** z Toronto. W zajęciach wzięli udział uczniowie sekcji Wu Taijiquan i Hu Lung Pai Słupskiego Stowarzyszenia Chińskich Sztuk Walki oraz goście z innych miast (Hu Lung Pai – Szczecin, Hu Lung Pai – Koszalin, YMAA – Warszawa). Okres wakacyjny i upały nie odstraszyły sympatyków Boks Wielkiego Szczytu rodziny Wu, w słupskich warsztatach uczestniczyło około 50 osób.

Mark potwierdził swoją wysoką klasę jako nauczyciel Taijiquan. Dało się zauważyć, że umiejętnie łączy on tradycję z realiami XXI wieku. Potrafi przekonać o skuteczności technik Taijiquan w samoobronie, pamiętając przy tym, o ich zdrowotnym wpływie na organizm. Przewodnim tematem seminarium była korekta oraz nauka nowych ruchów formy 54 sekwencji, która jako pierwsza spośród skróconych, została usankcjonowana przez rodzinę Wu. Znalazł się także czas na praktykę Pchających Dłoni i Qigong. Te ostanie ćwiczenia odbyły się o zachodzie słońca na plaży w jednym z nadmorskich kurortów. Podczas pożegnalnej kolacji gość powiedział – „Kontakt z polską grupą był wielką przyjemnością. Współcześnie rzadko spotyka się takich studentów jak w Polsce – entuzjastycznych i gotowych do ciężkiej pracy”.

Oczywiście nie zabrakło czasu na indywidualne wskazówki, których Mark udzielił autorowi niniejszego tekstu (szczegółowa analiza całej formy 54 sekwencji). Były też atrakcje nie związane z Taijiquan. Mimo napiętego planu zajęć wygospodarowano czas na pokazanie Markowi najstarszych zabytków Słupska. Do niektórych miejsc musieliśmy wrócić powtórnie, aby gość mógł sfotografować wybrane obiekty. „Paryż Północy” wraca do formy sprzed II wojny światowej. Sukcesywnie odnawiane są secesyjne kamienice, a o regionalnej gastronomii ponownie staje się w kraju głośno („złote lata” słupskiej kuchni przypadają na lata 70 - te).

Kontakty z tej klasy instruktorami byłyby zapewne częstsze, gdyby nie przeszkody natury finansowej.

**Dariusz Muraszko**

[wutaichi@poczta.onet.pl](mailto:wutaichi@poczta.onet.pl)

[www.wutaichi.republika.pl](http://www.wutaichi.republika.pl)

[www.tygrys-kungfu.republika.pl](http://www.tygrys-kungfu.republika.pl)

\*Chiropractor & Director of Integrative Medicine with Atlantic Hematology Oncology Group.