

בה גואה ג'אנג בסגנון גאו אי שנג

היסטוריה:

הבה גואה ג'אנג פותחה במאה ה 19 ע"י דונג האי צ'ואן, אמן לחימה מוכשר שהתאמן במספר סגנונות. במהלך נדודיו בדרום סין דונג הצטרף לכת טאואיסטית בשם האמת המלאה, שתרגלה מדיטציה בהליכה במעגל.

על פי ההשערה, דונג שילב את טכניקת ההליכה במעגל עם עקרונות של אמנויות לחימה ליצירת מה שידוע כיום כבה גואה ג'אנג. מאוחר יותר הגיע דונג לבייג'ין, הפך לסריס והחל ללמד בה גואה. דונג קישר את אמנות הלחימה לפילוסופיה סינית, ובפרט לתיאורית שמונת הטריאגרמות, משם לקחה האמנות את שמה. במקור בה גואה נלמדה כרעיון או תפיסה ופחות כשיטת לוחמה מושלמת.

תלמידיו הראשונים של דונג הגיעו מאמנויות לחימה שונות, השערות שונות אומרות שבתחילה הוא לימד רק שלש או שמונה תנועות. התלמידים לקחו את התפיסות הרעיוניות ושילבו אותן באמנות הלחימה המקורית בהם עסקו, והתוצאה היא מספר רב של סגנונות שונים לכאורה של הבה גואה ג'אנג.

רב סגנונות הבה גואה הבולטים הגיעו משני תלמידים ראשיים:

יין פו - עסק באגרוף שאולין, המתאמנים בסגנון מאופיינים במספר רב של טכניקות ותנועות שונות, תנועה חדה ומהירה וצעדים קלים.

צ'ן טינג הוא – התמחה בטכניקות הטלה, שווי ג'ואו. הסגנונות המשויכים אליו מאופיינים בתנועות ארוכות, צעדים איטיים ויציבים וכמות מוגבלת יותר של טכניקות.

השיטה שלנו קרוייה על שמו של גאו אי שנג, תלמיד הדור הרביעי אשר למד אצל צ'ן טינג הוא ותלמידיו כמו גם אצל תלמידיו של יין פו. אחרי שלמד אתם יצא לחפש את הכת הטאואיסטית איתה למד דונג האי צ'ואן.

בסופו של התהליך תמצת גאו את הידע לשיטה דידקטית ומעשית ללימוד אמנות לחימה מרמת מתחילים, השומרת ומגלה את העקרונות בכל תנועה וטכניקה. הוא גם שילב מרכיבי שינג אי בסיסיים המתבטאים בעיקר ב 64 תבניות המתבצעות בקו ישר ומכילות את ארסנל הטכניקות של השיטה.

בית הספר אי זונג בה גואה יוסד ע"י ג'אנג ג'ון פנג, תלמידו של גאו, אשר הביא את השיטה לטייוואן כאשר נמלט לשם ב 1949, עם עליית מאו לשלטון. בין תלמידיו היו שלשת האחים הונג-הונג אי שיאנג, הונג אי וון והונג אי מן. המורה שלי, לואו דה שיו, למד שינג אי צ'ואן אצל הונג אי שיאנג, ובה גואה משני האחים האחרים.

מטרות:

פיתוח תנועת הגוף כיחידה אחת; היכולת לשינוי בלתי פוסק; שליטה בגוף ובמרחב; שימוש בתנועת וכיוון היריב כדי להביסו; זרימה ומניעת סטגנציה גופנית; השגת שקט פנימי תוך כדי התנועה או הקרב.

מאפייני השיטה:

הליכה במעגל ושינוי כיוון ותנוחה תוך כדי התנועה; תנועה זורמת המכילה ספיראלות אופקיות, סיבובים ופיתולים אנכיים. לקיחת הגוף אל הקצוות כדי לשלוט במרכז.