

Die 18er Chen-Stil-Form nach Chen Zhenglei, 19. Generation Chen-Stil

1. Qi Shi / Preparation form / Vorbereitung
2. Jin Gang Dao Zhui / Buddha's Warrior Attendant Pounds Mortar / Buddha's Wächter stampft in den Mörser
3. Lan Zha Yi / . Lazily Tying Coat / Zu faul, das Gewand zu binden
4. Liu Feng Si Bi / . Six Sealing and Four Closing / Sechs abwehren und vier abschliessen
5. Dan Bian / Single Whip / Einfache Peitsche
6. Bai He Liang Chi / White Crane Spreads Wings / der Kranich breitet seine Flügel aus
7. Xie Xing / Waking Obliquely / Schräg gehen
8. Lou Xi / Brushing Knees / Ueber die Knie streichen
9. Shang San (Ao) Bu / Stepping Three Steps / Drei Schritte gehen
10. Yan Shou Hong Quan / Hidden Thrust Punch and Whirling Upper Arms / Die Faust verstecken und stossen
11. Gao Tan Ma / High Pat on Horse / Hoher Schlag aufs Pferd
12. Zuo Jiao Yi Deng / Kicking With the Left Heel and Following / Mit der linken Ferse gerade kicken
13. Yu Liu Chuang Shou / Jade Maid Works Shuttles / Das Jade-Mädchen arbeitet mit Weberschiffchen
14. Yun Shou / Cloud Hands / Mit Händen über die Wolken gleiten
15. Zhuan Shen Shuang Bai Lian / Turn Back and Wave Double Lotus / Den Körper drehen und zweimal über den Lotus streifen
16. Dang Tou Pao / Head On Blow / Vor dem Kopf eine Kanone schlagen
17. Jin Gang Dao Zhui / Buddha's Warrior Attendant Pounds Mortar / Buddha's Wächter stampft in den Mörser
18. Shou Shi / Closing Form / Schluss

Die 18er Form wurde Mitte der neunziger Jahre vom geachteten Chen-Stil Meister Chen Zhenglei aus den Bewegung der alten Chen-Stil-Form (Lao Jia Yi Lu) neu zusammengestellt, um mehr Menschen in der Welt den Zugang zum Chen-Stil Taijiquan zu erleichtern. Chen Zhenglei wurde 1949 in Chenjiagou (Dorf der Familie Chen) in der Provinz Henan geboren. Bereits im Kindesalter wurde er in der Kunst des Taijiquan unterrichtet. Sein Lehrer war der wichtigste Exponent der 18. Generation Chen Zhaopi. Nach dem Tod von Chen Zhaopi lernte er beim Sohn von Chen Fake (herausragendster Vertreter der 17. Generation), Chen Zhaokui weiter. Chen Zhenglei und seine Studiengenossen Chen Xiaowang, Zhu Tiancai und Wang Xian gelten heute in der Fachwelt als die herausragendsten Vertreter des Chen-Stils und werden auch ehrfürchtig die vier Wächter Buddhas genannt. Ihnen ist es in erster Linie zu verdanken, dass sich der Chen-Stil nun über die ganze Welt verbreitet.