光影为伴 剑行澳洲

Light and Shadow, Swords Across Australia

以剑为约 · 与日出同行 · 与自然共频

Bound by the Sword · Walking with the Sunrise · Resonating with Nature

文章要点

- **以双剑定格武术“定式”瞬间**
  身与剑合，气与意随。
- **横跨澳洲新南威尔士州多处海岸与城市**
  悉尼 Ramsgate Beach、Dolphin Point、Wallaga Lake、Batehaven、堪培拉 Acton 区等。
- **日出、礁石、大海、蓝天与剑影相映**
  记录真实旅途中的晨练时刻。
- **精准记录时间与地理坐标**
  日期、时间、GPS 坐标、海拔，封存每一次修行的足迹。
- **同一动作，不同时间，不同风景**
  以持续的坚持，记录一个武者与天地的长久对话。

Article Highlights

- **Capturing the Martial “Set Posture” with Twin Swords**
  Body and sword united, intention and energy aligned.
- **Across Multiple Coasts and Cities in New South Wales**
  Including Sydney Ramsgate Beach, Dolphin Point, Wallaga Lake, Batehaven, and Acton, Canberra.
- **Sunrise, Reef, Ocean, Blue Sky and Swordlight**
  Recording authentic moments of morning training during the journey.
- **Precise Time and Geographic Records**
  Date, time, GPS coordinates, altitude—preserving every step of the journey.
- **Same Posture, Different Times, Different Landscapes**
  Through unwavering persistence, documenting a martial artist's long-term dialogue with heaven and earth.

《时代跃迁》
Trove Link:
https://nla.gov.au/nla.obj-3771402648

本文收录于作者巫朝晖在澳洲国家图书馆 Trove 平台《时代跃迁》专栏，长期记录武学、文化与生命实践的跃迁之路。

作者 / Author:

巫朝晖

JEFFI CHAO HUI WU

国际独立学者 / 武学传承人 / 多领域结构系统设计者

International Independent Scholar / Martial Arts Inheritor / Multidisciplinary Structural Systems Designer

ORCID
https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

《时代跃迁》The Epochal Transition
Trove Link:
https://nla.gov.au/nla.obj-3771402648

武学

记录当下 · 见证未来

Recording the Present Witnessing the Future

出版日期：2026年9月

Publication Date: September 2026

《时代跃迁》
TIMES TRANSITION

TROVE LINK: https://nla.gov.au/nla.obj-3771402648

形意拳
三体式体悟

——从“浑身用力”到“髋部承重”的实证之路

INSIGHTS INTO THE XINGYI QUAN SANTI STANCE

— THE EMPIRICAL PATH FROM “WHOLE-BODY EFFORT” TO “HIP-BORNE WEIGHT-BEARING”

脱枪为拳
以以意导体
体为本源

形意拳

- 三十余年身体实践的第一人称实证记录
- 两年马步桩筑基髋部承重的建立
- 开眼·闭眼丹体独立重塑平衡与本体感知
- 无根步·以伞代枪动态中保持中轴与松沉
- 重新站三体式浑身无一处用力双脚自然承重
- 形意拳与太极拳互通的身体验证

“我所记录的，不是拳理，而是身体如何改变。愿后来者少走弯路，直达本源。”

作者 / 巫朝晖 JEFFI CHAO HUI WU

国际独立学者 / 武学传承人 / 多领域结构系统设计者

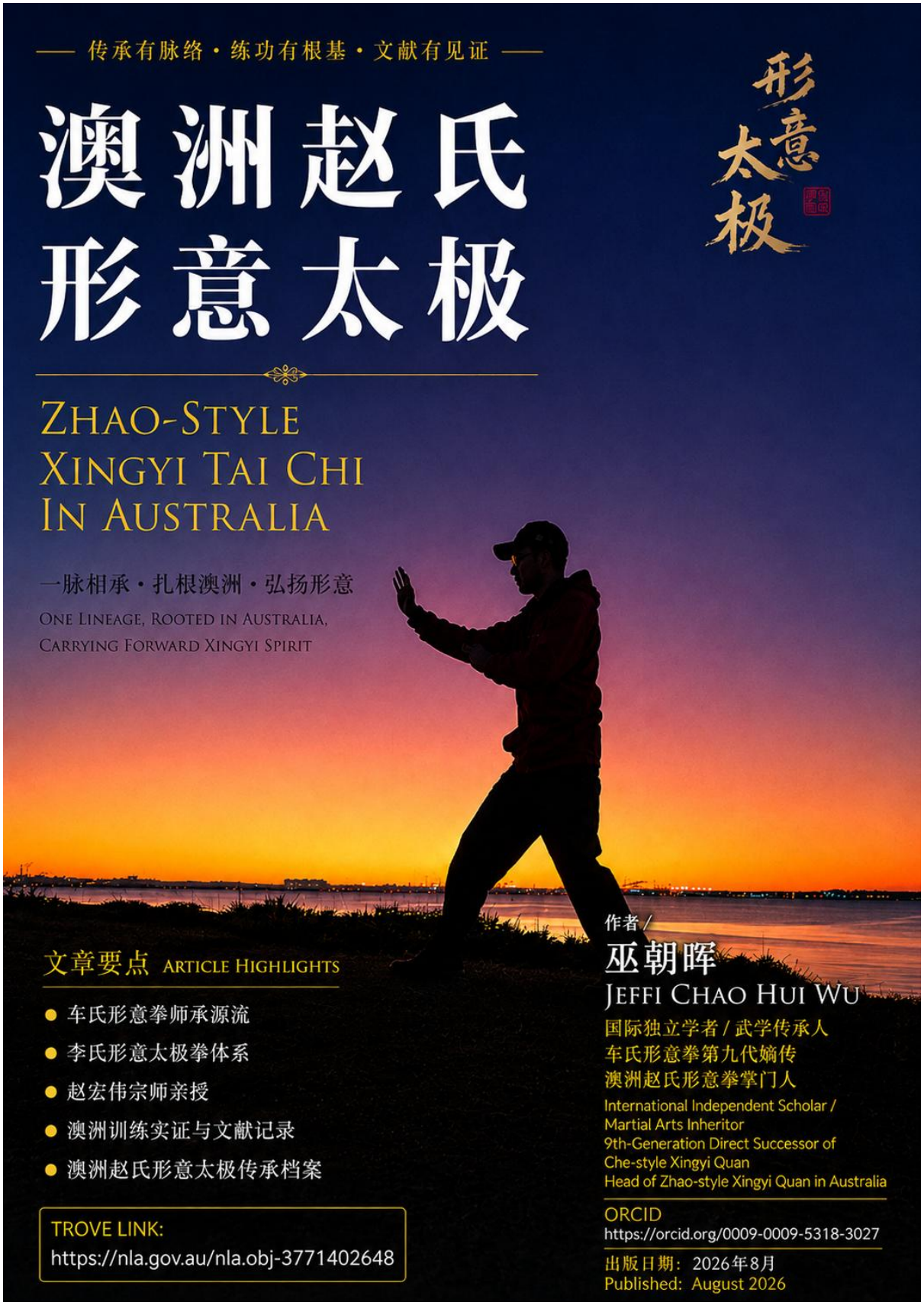
Independent International Scholar / Martial Arts Inheritor / Multi-domain Structural System Designer

ORCID https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

出版日期
2026年7月

Publication Date
July 2026

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



DOWNLOAD:https://times.net.au/cn_epochal/books//Australian_Zhao_Style_Xingyi_TaiChi/Australian_Zhao_Style_Xingyi_TaiChi.pdf

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

澳洲巫朝晖
武学四脉传承

AUSTRALIA · JEFFI CHAO HUI WU
FOUR MARTIAL ARTS LINEAGES

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.21451519

三位宗师 · 正脉传承
Three Grandmasters · Authentic Lineage

林文辉 宗师
—— 王西安嫡传 | 气功与陈氏太极

单　颖 宗师
—— 李经梧嫡传 | 陈昊太极传承

赵宏伟 宗师
—— 李春苓嫡传 | 车氏形意拳传承

气功为根
Qigong as Root

太极为道
Taiji as Way

形意为用
Xingyi as Application

多器械验证
Multi-weapon Cross-validation

结构为本
Structure as Foundation

实证为真
Empirical Proof as Truth

文章要点 Article Highlights

- 四脉传承交汇：气功筑基、太极贯通、形意整劲、实战验证
  Convergence of Four Lineages: Qigong Foundation, Taiji Integration, Xingyi Power, Practical Verification
- 丹体本源方法论：髋部承重为核心锚点，多器械交叉验证
  Methodology of Danti Originality: Hip Load-bearing as Core Anchor, Multi-weapon Cross-validation
- 长期身体实证记录：结构、呼吸、心率、环境、日课体系
  Long-term Body Empirical Records: Structure, Breathing, Heart Rate, Environment, Daily Training System
- 学术与实践结合：传统正脉传承与现代结构系统设计
  Integration of Scholarship and Practice: Traditional Lineage and Modern Structural System Design

作者 / Author

巫朝晖　JEFFI CHAO HUI WU

国际独立学者 / 武学传承人 / 多领域结构系统设计者

Independent Scholar / Martial Arts Inheritor / Multi-domain Structural System Designer

ORCID
https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

出版日期：2026年7月
Publication Date: July 2026

三体式 Three-Body Stance | 四平马步 Four-Equality Horse Stance | 五行拳 Five-Elements Fist | 太极剑 Taiji Sword | 形意枪 Xingyi Spear

澳洲国际气功太极学院官网首页：https://taichiau.org/

气功·太极·形意 | 正脉传承

2024年澳洲国际气功太极学院成立时，获得各界名人、十二大掌门 / 高层鼎力支持

澳洲经梧太极传承人
师承单颖宗师（李经梧嫡传）
陈氏太极拳第十二代、
吴氏太极拳第六代传承人
左起：巫朝晖、单颖宗师

2024年，赵宏伟宗师正式收巫朝晖为入室弟子，传承车氏形意拳第九代，并颁发澳洲赵氏形意拳掌门人及澳洲形意太极拳协会会长铭牌。
左起：巫朝晖、赵宏伟宗师、林文辉宗师

2024年巫朝晖创立"澳洲国际气功太极学院"并任学院主席.
1992年起林文辉宗师为巫朝晖的气功、太极拳启蒙老师。
林文辉是王西安拳法第一代嫡传弟子，气功宗师林厚省、骆佩钰、林海四和孙大法的嫡传弟子。
左起：林文辉、王西安、巫朝晖（2007年）

"丹体本源"体系是巫朝晖在三十余年武学、气功与养生持续实践的基础上逐步提炼与整合的核心方法论。

国际权威基础设施永久收录

本网站多部作品被多个国际权威学术链路永久存档：其中包括但不限于：**Worldcat 全球最大图书馆联合目录系统**（成员机构超过 **16,000 所国家级与大学图书馆，覆盖 100 多个国家和地区**）、**澳大利亚国家图书馆 PANDORA / TROVE**，以及由 **CERN 欧洲核子研究中心运营的 Zenodo**、**OpenAIRE 欧洲开放科学基础设施**、DataCite DOI **全球数字对象(文献)标识符**（超60个文献） 与 **ORCID 全球唯一永久学术数字身份证** 等国际学术基础设施。作者和本刊均不隶属于任何单一大学、出版社或国家职称评定体系，其公开记录客观呈现了本刊的学术属性、存档状态与永久保存能力。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Contents

光影为伴，剑行澳洲 1
附录：相关文章与文献链接 7
With Light and Shadow as Companions, Swords Across Australia 9
Appendix: Related Articles and Documentary Links 16
La lumière et l'ombre pour compagnes, l'épée à travers l'Australie 19
Annexe : articles connexes et liens documentaires 27
Luz y sombra como compañeras, espada en mano por Australia 29
Apéndice: artículos relacionados y enlaces documentales 36
光と影を友に、剣とともにオーストラリアを行く 38
付録：関連記事・文献リンク 44
الضوء والظل رفيقان، والسيف يمضي عبر أستراليا 46
Licht und Schatten als Begleiter – mit dem Schwert durch Australien 53
Anhang: Verwandte Artikel und Dokumentationslinks 59
Luz e sombra como companheiras, espadas pela Austrália 61
Apêndice: artigos relacionados e ligações documentais 67
Свет и тень — спутники, мечи — путь по Австралии 69
Приложение: связанные статьи и документальные ссылки 75
빛과 그림자를 벗 삼아, 검과 함께 호주를 걷다 77
부록: 관련 글 및 문헌 링크 83

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

光影为伴，剑行澳洲

作者：巫朝晖 JEFFI CHAO HUI WU，国际独立学者 / 武学传承人 / 多领域结构系统设计者

武学传承身份：陈氏太极第十二代、吴氏太极第六代；澳洲赵氏形意太极拳掌门人兼协会会长

ORCID：https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

来源：http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

文章时间: 2026-7-16 周四, 上午 11:15

打破旅途的懒散，用一场海岸线晨练迎接崭新的每一天。这组照片记录了我 2026 年 7 月在澳大利亚的一段特殊时光——从晨光微露到朝阳跃出海面，我带着双剑，沿着新州的海岸一路练习。蓝色的天、金色的霞、深色的礁，还有红黄交织的剑穗。没有波澜壮阔的剧情，只有清晨七点海风的微凉，和一个普通武者迎着日出、与自然同频共振的片刻。愿这束跨越赤道的晨光，也能带来一天的能量。

这并非随性的临场摆拍，而是我从整套剑法体系中，刻意截取的一个“定式”瞬间。在行云流水的剑招演练中，我多次选择了这个单腿独立、双臂平展的定格——它以极高的重心控制力，要求身与剑合、气与意随。之所以特意将它从连贯的套路中剥离出来，是因为这个姿态恰好契合了此刻的语境：剑尖所指的方向，顺应着日出的方位；而舒展的肢体，则在此刻与眼前辽阔的海岸线和无垠的天际线达成了视觉上的呼应。

更进一步而言，这份“刻意”背后藏着我不变的坚持。 以前的我也会在不同的地方记录练功，但总会随意变换姿势，照片拼凑在一起，虽然丰富，却显得散乱无章。后来我渐渐明白，若想跨越时空留下真正的印记，唯有保持形式上的高度统一。于是，我选择了这个最具生命张力的动作，作为我的“个人签名”。同样的招式，不同的年份、不同的国度、不同的日出与海岸，在这日复一日、年复一年的复刻中，变的是背景的晨光与风景，不变的是那个始终如一、挥剑向前的自己。 这一组照片，便是我用光阴与脚步，向天地交出的执拗答卷。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

迎着 2026 年 7 月 1 日清晨的第一缕曙光，我站在澳大利亚悉尼 Ramsgate Beach 的海岸边。眼前是壮丽无比的日出，火红的霞光将天际线和大片水域染透，微风拂过水面，泛起温柔的涟漪。我抬起单腿，摆出武术起势，两把长剑向两侧展开，沉甸甸的剑穗在晨光中垂落。身后 GPS 记录下此刻的坐标和静谧的时速，四周一片宁静，只有海风陪伴。这不仅仅是一张晨练的定格，更是我在这片异国海岸，用身姿与自然共振的瞬间。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

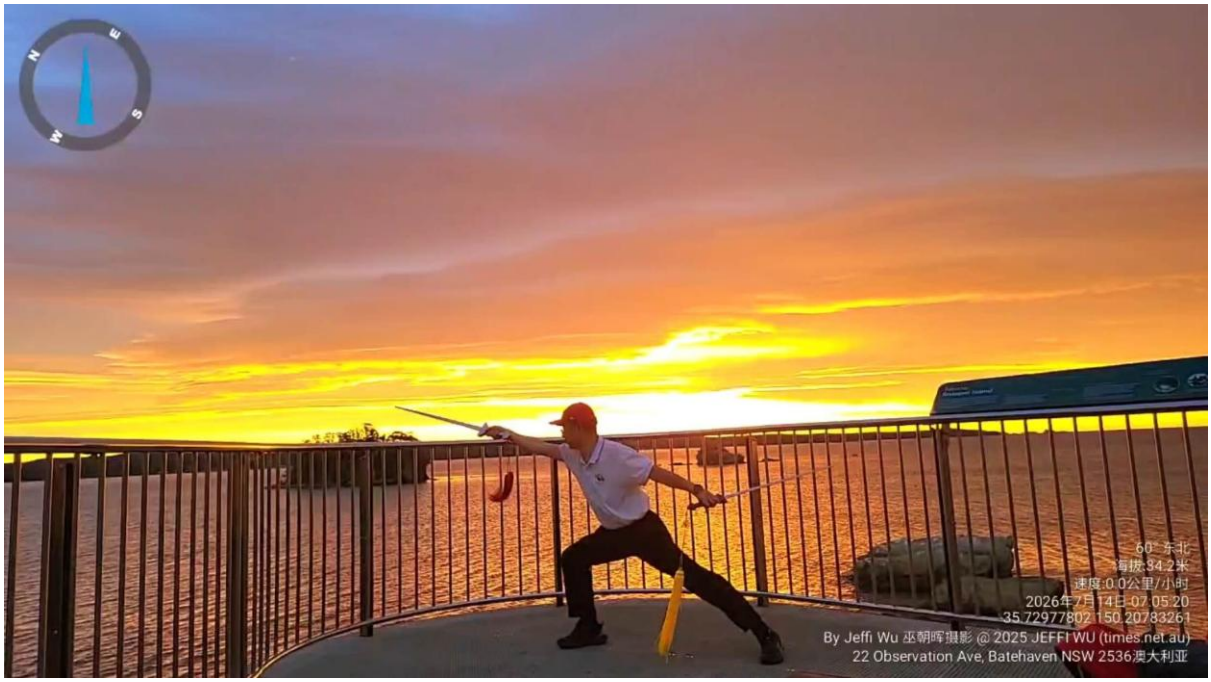
站在 2026 年 7 月 15 日的午后，我来到了澳洲新南威尔士州 Dolphin Point 的海岸线。头顶是万里无云的澄澈蓝天，身下是退潮后留下浅水洼的礁石滩涂，远处的海水正一浪接一浪地涌向远方岸边的绿植。我换上亮黄色的上衣，在灿烂的日光下单腿站立，双臂平展，一红一黄两条剑穗随着剑身在微风中舒展。面对这片安宁却充满生机的海域，摆出这个平衡的武术架势，仿佛能感受到时间在此刻片刻停滞。远方的海面上，隐约还有几个享受闲暇时光的人影。照片角落里定格的坐标、海拔以及精确到秒的时间，忠实地记录下这一次阳光下的身心修行。

沐浴在 2026 年 7 月 14 日下午的暖阳中，我独自立于澳洲新南威尔士州 Wallaga Lake 的海岸礁石边。正午刚过，蔚蓝的天空下云层翻涌，身后的巨型海蚀礁岩巍然耸立，像是大自然为我搭建的天然背景。我提起左腿，双手持剑向两侧伸展，红色的剑穗与黄色的剑穗在风中轻轻摇曳，与眼前的狂野海景形成一种刚柔并济的张力。身处这片原始而辽阔的海岸线上，周遭只有海浪拍打礁石的轰鸣，以武者的姿态定格于天地之间，是我此刻与自然最默契的对话。照片右上角的指南针与右下角的位置信息，永远记下了这次修行的时间与坐标。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

站在 2026 年 7 月 14 日下午的柔和光线中，我又一次来到了新南威尔士州 Wallaga Lake 的海岸。退潮后的沙滩上，海水退去留下的波纹如金丝般铺展，与身后巍峨矗立的骆驼岩和黑色礁石群形成鲜明的对比。我身穿白色短袖，足踏黑靴，在这片自带胶片质感的暮色海岸上单腿悬立，一臂高举长剑直指天空，另一剑斜向下舒展，红黄两色的剑穗迎风交错飞舞。远处海浪轻柔地拍打着沙滩，空旷的海岸线让我能完全沉浸在与自然交融的习武心境中。照片角落的指南针和 GPS 信息，精准地封存了这一刻的方位与时间——这便是我在澳洲，用一剑一拳丈量时光的独特印记。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



沐浴在 2026 年 7 月 14 日清晨的第一缕朝阳之中，我站在新南威尔士州 Batehaven 的临海观景台上。此刻刚好是早上七点零五分，初升的太阳带着耀眼的金红色光芒，将天空的云层与脚下的海面一并染透，整个世界仿佛被点燃了生机。面朝这光芒万丈的东方，我拉开弓步，双臂舒展，手中的双剑在晨晖中划出凌厉的线条。红与黄的剑穗在微凉的晨风中轻轻摆动，与身后波光粼粼的海面相互映照。在这座静谧的海滨小镇，在朝阳彻底升起之前，我用一套剑法作为与崭新一天对话的仪式。远处的礁石与近处的铁质栏杆，共同定格下了这份属于南半球清晨的宁静与力量，以及我此刻向光而行的武者心境。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

2026 年 5 月 2 日下午 1 点 53 分，我来到了澳大利亚首都堪培拉的 Acton 区。站在 24 University Ave 的草坪上，脚下是铺天盖地的金黄色秋叶，将整片大地染得温暖而静谧。

在这个充满书卷气息的大学校园林荫道上，我换上醒目的红色防寒外套，迎着偏西北的微风，拉开弓步，单手持剑向前递出。鲜红的剑穗在璀璨的秋色中格外耀眼，与漫天飞舞的黄叶形成了鲜明而和谐的视觉对比。虽然周遭偶有漫步的行人，但我完全沉浸在自己的节奏里。

这张照片定格了我在堪培拉秋日午后的一次练习。记录下这一刻的不仅有满目的金秋美景，还有照片角落精准的坐标（35.2767°S, 149.1200°E）、海拔（583.8 米）以及具体的街道门牌。对我来说，练剑不仅是武术的修行，更是在不同城市、不同季节里，用身体与这片土地进行对话的独特方式。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

附录：相关文章与文献链接

以下条目从所附资料表中筛选，与本文的双剑训练、身体结构、武学传承及澳洲武学实践直接相关。链接按 NLA/TROVE、AWA、网站、论坛的优先顺序选用；同一作品存在 NLA/TROVE 链接时优先采用 NLA/TROVE。

1.《功夫就是生活》/ Kungfu Is Life

一篇基于多年持续身体实践的第一人称记录，以站桩、太极、形意、中长穗太极双剑、闭眼丹体独立、无根步及生活化开胯等训练为主线，结合智能手表数据、身体感受和真实生活案例，记录功夫逐渐融入日常生活的全过程。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2.《练出形意太极拳剑枪真意》/ Cultivating the True Essence of Xingyi and Tai Chi Through Fist, Sword and Spear

基于长期武学实修，结合形意拳、太极拳、太极双剑、春秋大刀、太极抖大杆、马步桩等训练，讨论拳、剑、枪、刀背后的共同身体结构、整体发力以及器械与徒手训练之间的相互印证。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3.《澳洲巫朝晖武学四脉传承》/ Australian Jeffi Chao Hui Wu's Four Martial Arts Lineages

基于三十余年武学实践、传统师承与长期身体实证记录，系统梳理四条武学传承脉络，并记录气功、陈氏太极、吴式太极、经梧太极与车氏形意拳在澳大利亚的发展。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4.《扎根澳洲的形意拳》/ Xingyi Quan Rooted in Australia

以真实师承、历史资料、长期实修与海外传承为基础，沿中国东北、深圳、香港至澳大利亚的地域脉络，记录赵氏形意拳及赵氏形意太极在不同历史阶段的传承与发展。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5.《闭眼丹体独立 75 分钟》/ Over 75 Minutes of Eyes-Closed Danti Single-Leg Standing

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

记录连续 1 小时 15 分 32 秒的闭眼丹体独立实践。过程并非因失去平衡或体力耗尽而结束，而是在身体、呼吸和意识仍处于稳定、可控状态时主动结束。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6.《太极双剑》

记录双剑在长期单剑、太极拳、气功、站桩及形意拳训练基础上的发展，强调左右手同时工作又彼此独立统一，并在同一时间完成不同轨迹、劲路与空间控制。

网站：https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7.《澳洲赵氏形意太极》 / Australian Zhao-Style Xingyi Tai Chi

专题记录澳洲赵氏形意太极拳的传承过程，核心内容涉及赵宏伟宗师直接传授的教学框架、练功要诀、体感校正与武学观点，并与《扎根澳洲的形意拳》的历史传承链形成互证。

论坛：http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8.《我的武学心得》

以长期武学与气功实践为基础，强调把身体作为持续实践与观察的现场，将日常练功、身体体悟与结构经验转化为可长期保存的文字记录。

论坛：https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

With Light and Shadow as Companions, Swords Across Australia

Author: JEFFI CHAO HUI WU, International Independent Scholar / Martial Arts Lineage Inheritor / Multidisciplinary Structural Systems Designer

Martial Arts Lineage: 12th-generation Chen-style Tai Chi; 6th-generation Wu-style Tai Chi; Head of Australian Zhao-Style Xingyi Tai Chi and President of the Association

ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

Source: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

Article date: Thursday, 16 July 2026, 11:15 a.m.

Breaking the lethargy of travel, I welcomed each new day with an early-morning training session along the coast. These photographs record a special period I spent in Australia in July 2026—from the first glimmer of dawn to the moment the sun rose above the sea, I carried my double swords and trained along the coast of New South Wales. Blue sky, golden clouds, dark reefs, and red-and-yellow sword tassels intertwined in the light. There is no grand dramatic plot here, only the coolness of the sea breeze at seven in the morning and the moment of an ordinary martial artist greeting the sunrise and resonating with nature. May this beam of morning light crossing the equator also bring energy to the day.

This was not an improvised pose for the camera, but a deliberately selected fixed posture taken from my complete sword system. During the flowing practice of sword techniques, I repeatedly chose this moment of single-leg balance with both arms extended. It demands exceptional control of the centre of gravity, requiring body and sword to unite, with qi following intent. I deliberately separated it from the continuous routine because the posture perfectly suited the setting: the sword tips followed the

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

direction of sunrise, while the open lines of the body visually echoed the vast coastline and boundless horizon before me.

More deeply, this deliberate choice embodies a constancy I have never abandoned. I used to record my training in different places while changing poses at will; the photographs were varied, yet together they appeared scattered and without order. Gradually I understood that to leave a genuine mark across time and space, the form itself must remain highly consistent. I therefore chose this movement, full of vitality, as my personal signature. The same technique, different years, different countries, different sunrises and coastlines: through daily and yearly repetition, the morning light and scenery change, while the person who continues to wield the sword forward remains the same. These photographs are my persistent answer to heaven and earth, written with time and footsteps.

At the first light of dawn on 1 July 2026, I stood on the shore of Ramsgate Beach in Sydney, Australia. A magnificent sunrise filled the horizon and broad water with fiery red light, while a gentle breeze stirred soft ripples across the surface. I raised one leg into a martial posture and extended two long swords to either side, their weighty tassels hanging in the morning light. GPS data recorded the coordinates and the stillness of the moment. Everything around me was quiet except for the sea breeze.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

This was more than a frozen frame of morning practice; it was a moment in which, on this Australian shore, my body resonated with nature.

On the afternoon of 15 July 2026, I arrived at the coastline of Dolphin Point, New South Wales, Australia. Above me stretched a clear, cloudless blue sky; beneath me lay rocky tidal flats dotted with shallow pools left by the receding tide, while waves rolled toward the distant green shoreline. Wearing a bright yellow top, I stood on one leg in brilliant sunlight with both arms extended, the red and yellow sword tassels opening in the breeze. Facing this peaceful yet vibrant sea, the balanced martial posture seemed to suspend time for an instant. A few distant figures could be seen enjoying the coast. The coordinates, altitude and time recorded to the second in the photograph faithfully preserve this practice of body and mind beneath the sun.

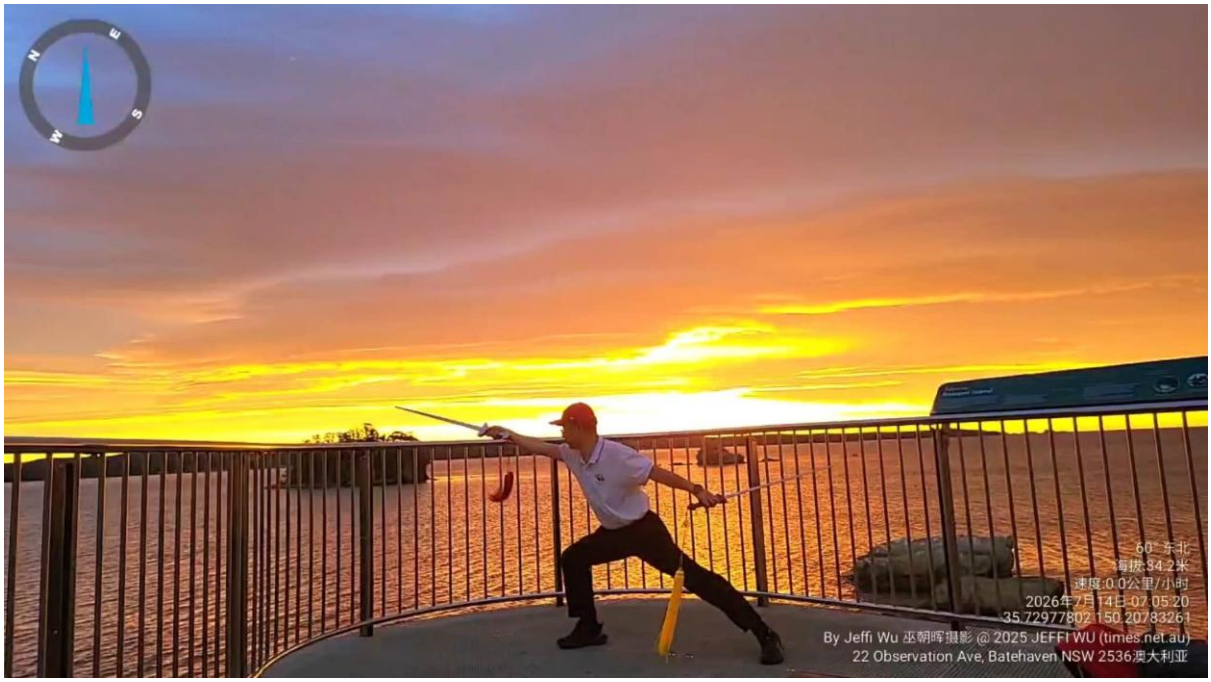
English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Bathed in the warm afternoon sun of 14 July 2026, I stood alone beside the coastal rocks of Wallaga Lake, New South Wales. Just after noon, clouds moved across the blue sky and enormous sea-eroded rocks rose behind me like a natural stage. I lifted my left leg and extended a sword in each hand to either side; red and yellow tassels swayed gently in the wind, creating a tension of strength and softness against the wild seascape. On this raw and expansive coast, surrounded only by the roar of waves striking rock, holding a martial posture between heaven and earth became my most direct dialogue with nature. The compass and location information in the photograph preserve the time and coordinates of this practice.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

In the soft afternoon light of 14 July 2026, I returned to the coast of Wallaga Lake, New South Wales. Across the beach at low tide, ripples left by the retreating water spread like threads of gold, contrasting with the towering Camel Rock and black reefs behind me. Wearing a white short-sleeved shirt and black boots, I balanced on one leg in the film-like dusk, one long sword raised toward the sky and the other extended diagonally downward, while red and yellow tassels crossed and danced in the wind. Gentle waves touched the distant beach, and the open coastline allowed me to immerse myself completely in the state of martial practice and nature. The compass and GPS data precisely preserve the direction and time of this instant—my own way of measuring time in Australia with sword and fist.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



Bathed in the first rays of sunrise on the morning of 14 July 2026, I stood at a seaside lookout in Batehaven, New South Wales. It was exactly 7:05 a.m. The rising sun cast dazzling gold-red light across the clouds and the sea below, as though the whole world had been ignited with life. Facing the radiant east, I opened into a bow stance and extended both arms, the double swords drawing sharp lines through the morning glow. Red and yellow tassels moved gently in the cool sea breeze and reflected the glittering water behind me. In this quiet coastal town, before the sun had fully risen, I used a sword routine as a ritual of dialogue with a new day. Distant rocks and the nearby metal railing together framed the stillness and strength of a Southern Hemisphere morning, and the state of a martial artist moving toward the light.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

At 1:53 p.m. on 2 May 2026, I arrived in Acton, Canberra, the capital of Australia. Standing on the lawn at 24 University Ave, I was surrounded by golden autumn leaves that covered the ground and filled the scene with warmth and stillness.

Along this scholarly, tree-lined university avenue, I put on a striking red cold-weather jacket. Facing a north-westerly breeze, I opened into a bow stance and extended a sword forward with one hand. Its bright red tassel stood out vividly against the brilliant autumn colours and the yellow leaves moving through the air. Although pedestrians occasionally passed nearby, I remained completely absorbed in my own rhythm.

This photograph captures an autumn-afternoon practice in Canberra. It records not only the beauty of the golden season, but also the precise coordinates shown in the image (35.2767°S, 149.1200°E), the altitude (583.8 metres), and the street address. For me, sword practice is not only martial cultivation; it is also a distinctive way of using the body to converse with this land across different cities and seasons.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Appendix: Related Articles and Documentary Links

The following entries were selected from the accompanying data table and are directly related to the double-sword training, body structure, martial arts lineages and Australian martial practice discussed in this article. Links are selected in the priority order NLA/TROVE, AWA, website and forum; where an NLA/TROVE link exists for the same work, it is preferred.

1. Kungfu Is Life

A first-person record based on years of sustained physical practice, following stance training, Tai Chi, Xingyi, medium-long-tassel Tai Chi double swords, eyes-closed Danti single-leg standing, Rootless Step and everyday hip-opening exercises, together with smartwatch data, bodily sensations and real-life cases, to document how kungfu gradually becomes part of daily life.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. Cultivating the True Essence of Xingyi and Tai Chi Through Fist, Sword and Spear

Based on long-term martial practice and training in Xingyi Quan, Tai Chi, Tai Chi double swords, Chunqiu broadsword, Tai Chi large-pole shaking and horse stance, this work discusses the common body structure and whole-body power behind fist, sword, spear and broadsword, and the mutual verification between weapon and empty-hand training.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. Australian Jeffi Chao Hui Wu's Four Martial Arts Lineages

Drawing on more than thirty years of martial practice, traditional master-disciple transmission and long-term embodied records, this work systematically traces four martial lineages and documents the development in Australia of Qigong, Chen-style Tai Chi, Wu-style Tai Chi, Jingwu Tai Chi and Che-style Xingyi Quan.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. Xingyi Quan Rooted in Australia

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Based on authentic lineage transmission, historical materials, long-term practice and overseas inheritance, this work follows the geographical path from Northeast China through Shenzhen and Hong Kong to Australia, documenting the transmission and development of Zhao-style Xingyi Quan and Zhao-style Xingyi Tai Chi across different historical periods.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. Over 75 Minutes of Eyes-Closed Danti Single-Leg Standing

Records a continuous 1 hour 15 minutes 32 seconds of eyes-closed Danti single-leg standing. The practice did not end because of loss of balance or exhaustion; it was ended voluntarily while body, breathing and consciousness remained stable and under control.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. Tai Chi Double Swords

Records the development of double-sword practice on the foundation of long-term single-sword, Tai Chi, Qigong, stance and Xingyi training, emphasizing that the two hands work simultaneously while remaining both independent and unified, executing different trajectories, force paths and spatial controls at the same time.

Website: https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. Australian Zhao-Style Xingyi Tai Chi

A focused documentary record of the transmission of Australian Zhao-style Xingyi Tai Chi, centred on the teaching framework, training essentials, corrections of bodily sensation and martial perspectives directly transmitted by Grandmaster Zhao Hongwei, and cross-referenced with the historical lineage documented in Xingyi Quan Rooted in Australia.

Forum: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8. My Martial Arts Insights

Based on long-term martial arts and Qigong practice, this article treats the body as the site of sustained practice and observation, transforming everyday training,

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

embodied understanding and structural experience into written records capable of long-term preservation.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

La lumière et l'ombre pour compagnes, l'épée à travers l'Australie

Auteur : JEFFI CHAO HUI WU, chercheur indépendant international / héritier d'une lignée martiale / concepteur de systèmes structurels multidisciplinaires

Lignée martiale : 12e génération du Tai Chi de style Chen ; 6e génération du Tai Chi de style Wu ; chef du Zhao-Style Xingyi Tai Chi en Australie et président de l'association

ORCID : https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

Source : http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

Date de l'article : jeudi 16 juillet 2026, 11 h 15

Rompre la torpeur du voyage et accueillir chaque nouvelle journée par un entraînement matinal sur le littoral. Ces photographies témoignent d'une période particulière vécue en Australie en juillet 2026 : des premières lueurs de l'aube jusqu'au soleil surgissant au-dessus de la mer, j'ai parcouru les côtes de Nouvelle-Galles du Sud avec mes deux épées pour m'entraîner. Ciel bleu, nuages dorés, récifs sombres et houppes rouges et jaunes des épées. Nulle intrigue grandiose, seulement la fraîcheur de la brise marine à sept heures du matin et l'instant où un pratiquant ordinaire accueille le lever du soleil en résonance avec la nature. Puisse cette lumière matinale, venue de l'autre côté de l'équateur, apporter elle aussi son énergie à la journée.

Il ne s'agit pas d'une pose improvisée pour la photographie, mais d'un arrêt délibérément extrait de l'ensemble de mon système d'épée. Au fil d'enchaînements fluides, j'ai choisi à plusieurs reprises cette image : équilibre sur une jambe, bras largement déployés. Elle exige une maîtrise très fine du centre de gravité, l'unité du corps et de l'épée, ainsi que l'accord du qi et de l'intention. Je l'ai isolée de l'enchaînement continu parce qu'elle correspond exactement au contexte : les

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

pointes des épées suivent la direction du soleil levant, tandis que l'ouverture du corps répond visuellement à l'immensité du littoral et de l'horizon.

Plus profondément, ce choix révèle une constance qui ne m'a jamais quitté. Autrefois, je photographiais mes entraînements en divers lieux en changeant librement de posture ; l'ensemble était riche mais dispersé. J'ai progressivement compris que, pour laisser une véritable trace à travers le temps et l'espace, il fallait conserver une forte unité de forme. J'ai donc choisi ce mouvement, chargé d'élan vital, comme ma signature personnelle. Même technique, années différentes, pays différents, levers de soleil et rivages différents : la lumière et les paysages changent, mais demeure celui qui avance toujours, l'épée en main. Ces photographies sont la réponse obstinée que j'adresse au ciel et à la terre avec le temps et mes pas.

À la première lueur du 1er juillet 2026, je me tenais sur le rivage de Ramsgate Beach, à Sydney. Un lever de soleil spectaculaire embrasait l'horizon et l'étendue d'eau ; une brise légère faisait naître de douces ondulations. J'ai levé une jambe, pris une posture martiale et ouvert les deux longues épées de part et d'autre, leurs lourdes houppes retombant dans la lumière du matin. Le GPS a enregistré les coordonnées et l'immobilité de l'instant. Tout était silencieux, hormis la brise marine.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Ce n'était pas seulement une image d'entraînement matinal, mais un instant où mon corps entrait en résonance avec la nature.

Dans l'après-midi du 15 juillet 2026, je suis arrivé sur le littoral de Dolphin Point, en Nouvelle-Galles du Sud. Au-dessus de moi, un ciel bleu limpide et sans nuages ; sous mes pieds, des rochers et des flaques peu profondes laissées par la marée descendante, tandis que les vagues se succédaient vers la rive verdoyante. Vêtu d'un haut jaune vif, je me suis tenu sur une jambe, les bras ouverts, les houppes rouge et jaune se déployant dans la brise. Face à cette mer paisible mais pleine de vie, la posture équilibrée semblait suspendre le temps. Les coordonnées, l'altitude et l'heure à la seconde près inscrites sur la photographie conservent fidèlement cette pratique du corps et de l'esprit sous le soleil.

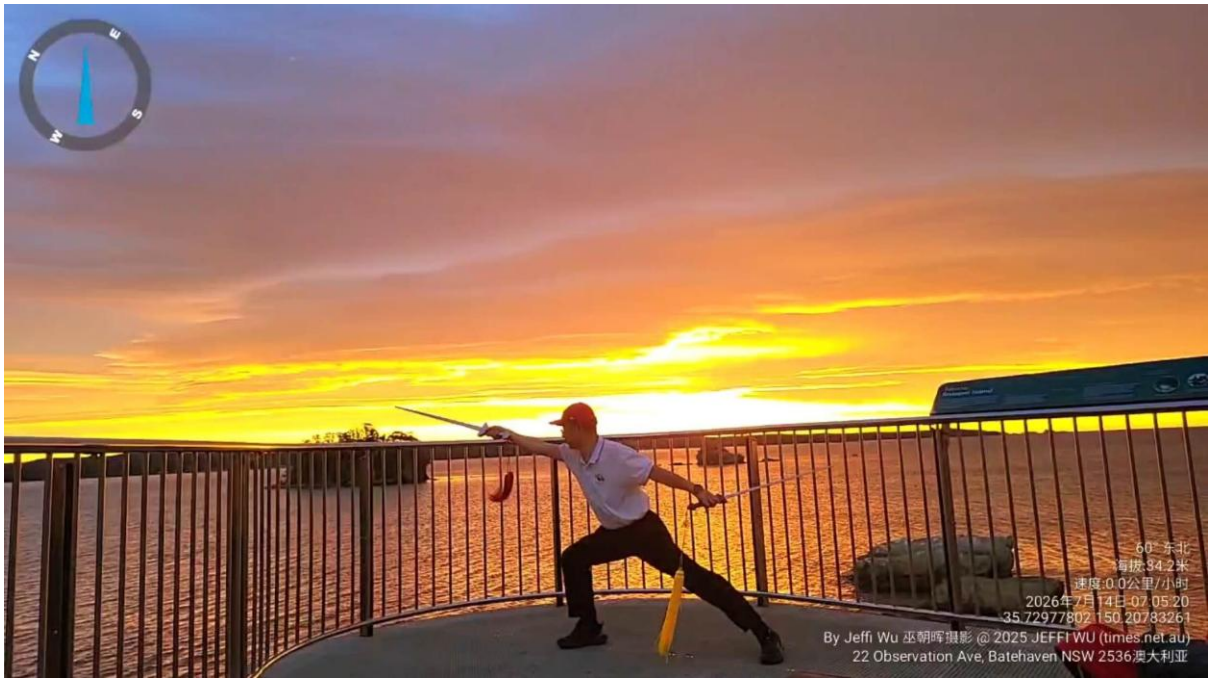
English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Dans la douce chaleur de l'après-midi du 14 juillet 2026, je me tenais seul près des rochers côtiers de Wallaga Lake. Peu après midi, les nuages couraient sous le ciel bleu et d'immenses rochers sculptés par l'érosion marine se dressaient derrière moi comme un décor naturel. J'ai levé la jambe gauche et étendu une épée dans chaque main ; les houppes rouge et jaune oscillaient dans le vent, créant avec le paysage sauvage une tension entre force et souplesse. Sur cette côte primitive et immense, entouré du seul fracas des vagues, figer une posture martiale entre ciel et terre devenait mon dialogue le plus direct avec la nature. La boussole et les données de localisation conservent le temps et les coordonnées de cette pratique.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Dans la lumière douce de l'après-midi du 14 juillet 2026, je suis revenu sur la côte de Wallaga Lake. À marée basse, les ondulations laissées par l'eau dessinaient sur le sable des fils d'or, en contraste avec Camel Rock et les récifs noirs. En tee-shirt blanc et bottes noires, je me tenais sur une jambe, une longue épée dressée vers le ciel et l'autre inclinée vers le bas ; les houppes rouge et jaune se croisaient dans le vent. Les vagues caressaient au loin la plage et l'espace du littoral me permettait de m'immerger entièrement dans la pratique martiale en communion avec la nature. La boussole et les données GPS ont scellé avec précision l'orientation et l'heure de cet instant : ma manière de mesurer le temps en Australie avec l'épée et le poing.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



Aux premières lueurs du 14 juillet 2026, je me tenais sur un belvédère maritime de Batehaven. Il était exactement 7 h 05. Le soleil levant répandait une lumière rouge et or éclatante sur les nuages et la mer. Face à l'est rayonnant, j'ai pris une posture en arc et ouvert les bras ; mes deux épées traçaient des lignes nettes dans la lumière du matin. Les houppes rouge et jaune bougeaient doucement dans la fraîche brise marine. Avant que le soleil ne soit pleinement levé, j'ai fait d'un enchaînement d'épée un rituel de dialogue avec le jour nouveau. Les rochers lointains et la rambarde métallique ont fixé le calme et la force d'un matin de l'hémisphère Sud et l'état d'esprit d'un pratiquant avançant vers la lumière.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Le 2 mai 2026 à 13 h 53, je suis arrivé à Acton, à Canberra. Sur la pelouse du 24 University Ave, un tapis de feuilles d'automne dorées couvrait le sol et baignait le paysage de chaleur et de silence.

Dans cette allée universitaire arborée, j'ai enfilé une veste rouge contre le froid. Face à une brise de nord-ouest, j'ai pris une posture en arc et tendu une épée d'une main. Sa houppe rouge vif ressortait sur les couleurs de l'automne et les feuilles jaunes emportées par l'air. Quelques passants marchaient aux alentours, mais je restais entièrement absorbé dans mon propre rythme.

Cette photographie fixe un entraînement d'un après-midi d'automne à Canberra. Elle conserve la beauté de la saison dorée, les coordonnées précises (35.2767°S, 149.1200°E), l'altitude (583,8 mètres) et l'adresse. Pour moi, pratiquer l'épée n'est pas seulement une discipline martiale : c'est aussi une manière singulière de dialoguer avec cette terre par le corps, dans des villes et des saisons différentes.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Annexe : articles connexes et liens documentaires

Les entrées suivantes ont été sélectionnées dans le tableau de données joint et sont directement liées à l'entraînement aux deux épées, à la structure corporelle, aux lignées martiales et à la pratique des arts martiaux en Australie. Les liens sont retenus selon l'ordre NLA/TROVE, AWA, site web, forum ; lorsqu'un lien NLA/TROVE existe pour une même œuvre, il est privilégié.

1. Le kung-fu, c'est la vie / Kungfu Is Life

Récit à la première personne fondé sur des années de pratique corporelle continue : postures, tai-chi, xingyi, doubles épées de tai-chi à houppes mi-longues, équilibre Danti sur une jambe les yeux fermés, Pas sans racine et ouverture quotidienne des hanches, avec données de montre connectée, sensations corporelles et cas réels, afin de documenter l'intégration progressive du kung-fu à la vie quotidienne.

NLA/TROVE : https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. Cultiver l'essence véritable du Xingyi et du Tai Chi par le poing, l'épée et la lance

Fondé sur une pratique de longue durée du Xingyi Quan, du Tai Chi, des doubles épées, du sabre Chunqiu, du grand bâton et de la posture du cavalier, ce texte examine la structure corporelle commune, la puissance globale et la vérification réciproque entre armes et pratique à mains nues.

NLA/TROVE : https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. Les quatre lignées martiales de Jeffi Chao Hui Wu en Australie

À partir de plus de trente ans de pratique, de transmission traditionnelle et de relevés corporels de longue durée, cet ouvrage retrace quatre lignées et documente le développement en Australie du Qigong, du Tai Chi Chen, du Tai Chi Wu, du Jingwu Tai Chi et du Xingyi Quan de style Che.

NLA/TROVE : https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. Le Xingyi Quan enraciné en Australie

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Fondé sur une transmission authentique, des documents historiques, une pratique de longue durée et l'héritage outre-mer, cet ouvrage suit l'itinéraire du nord-est de la Chine à l'Australie en passant par Shenzhen et Hong Kong, et documente le Xingyi Quan et le Xingyi Tai Chi de style Zhao.

NLA/TROVE : https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. Plus de 75 minutes d'équilibre Danti sur une jambe les yeux fermés

Documente 1 heure 15 minutes et 32 secondes continues. La pratique ne s'est pas arrêtée par perte d'équilibre ni épuisement, mais volontairement alors que le corps, la respiration et la conscience demeuraient stables et maîtrisés.

NLA/TROVE : https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. Doubles épées de Tai Chi

Documente le développement des doubles épées sur la base d'un long entraînement à l'épée simple, au Tai Chi, au Qigong, aux postures et au Xingyi, les deux mains travaillant simultanément tout en restant indépendantes et unifiées.

Site web :
https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. Xingyi Tai Chi de style Zhao en Australie

Document spécialisé sur la transmission en Australie, centré sur le cadre pédagogique, les principes d'entraînement, les corrections des sensations corporelles et les conceptions martiales transmis directement par le grand maître Zhao Hongwei, en lien avec Le Xingyi Quan enraciné en Australie.

Forum : http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8. Mes réflexions sur les arts martiaux

Forum : https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Luz y sombra como compañeras, espada en mano por Australia

Autor: JEFFI CHAO HUI WU, investigador independiente internacional / heredero de linaje marcial / diseñador de sistemas estructurales multidisciplinarios

Linaje marcial: 12.ª generación de Tai Chi estilo Chen; 6.ª generación de Tai Chi estilo Wu; maestro principal del Zhao-Style Xingyi Tai Chi en Australia y presidente de la asociación

ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

Fuente: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

Fecha del artículo: jueves, 16 de julio de 2026, 11:15 a. m.

Romper la pereza del viaje y recibir cada nuevo día con una sesión de entrenamiento al amanecer junto a la costa. Estas fotografías registran un periodo especial que viví en Australia en julio de 2026: desde las primeras luces hasta el momento en que el sol emergía sobre el mar, llevé mis dos espadas y practiqué a lo largo de la costa de Nueva Gales del Sur. Cielo azul, nubes doradas, arrecifes oscuros y borlas rojas y amarillas entrelazadas. No hay una trama grandiosa, sólo la fresca brisa marina de las siete de la mañana y el instante en que un practicante común recibe el amanecer en resonancia con la naturaleza. Que esta luz matinal que cruza el ecuador aporte también energía al día.

No fue una pose improvisada para la cámara, sino un momento fijo elegido deliberadamente de mi sistema completo de espada. Durante la práctica fluida escogí repetidas veces esta imagen de equilibrio sobre una pierna con ambos brazos extendidos. Exige un control excepcional del centro de gravedad, la unión del cuerpo y la espada y que el qi siga a la intención. La separé de la secuencia continua porque encajaba exactamente con el entorno: las puntas seguían la

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

dirección del amanecer y la apertura del cuerpo dialogaba con la vasta costa y el horizonte.

Esta elección encierra una constancia que nunca he abandonado. Antes registraba mis entrenamientos en distintos lugares cambiando libremente de postura; las fotografías eran variadas, pero el conjunto parecía disperso. Comprendí que para dejar una huella verdadera a través del tiempo y el espacio debía conservar una gran unidad formal. Elegí este movimiento como mi firma personal. La misma técnica, años, países, amaneceres y costas diferentes: cambian la luz y el paisaje, pero permanece la persona que sigue avanzando con la espada. Estas fotografías son mi respuesta persistente al cielo y a la tierra, escrita con tiempo y pasos.

Con la primera luz del 1 de julio de 2026, me encontraba en Ramsgate Beach, Sídney. Un magnífico amanecer teñía de rojo el horizonte y el agua; una brisa ligera levantaba suaves ondulaciones. Alcé una pierna, adopté una postura marcial y extendí las dos largas espadas hacia ambos lados, con sus pesadas borlas bajo la luz matinal. El GPS registró las coordenadas y la quietud del momento. Todo estaba en silencio salvo la brisa marina. Era más que una imagen de entrenamiento: mi cuerpo resonaba con la naturaleza en esta costa australiana.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

En la tarde del 15 de julio de 2026 llegué a Dolphin Point, Nueva Gales del Sur. Sobre mí se extendía un cielo azul limpio; bajo mis pies, rocas y pequeñas pozas de la marea baja. Con una camiseta amarilla brillante, me sostuve sobre una pierna con los brazos abiertos y las borlas roja y amarilla desplegándose con la brisa. Frente a este mar sereno y lleno de vida, la postura equilibrada parecía detener el tiempo. Las coordenadas, la altitud y la hora al segundo conservan fielmente esta práctica de cuerpo y mente bajo el sol.

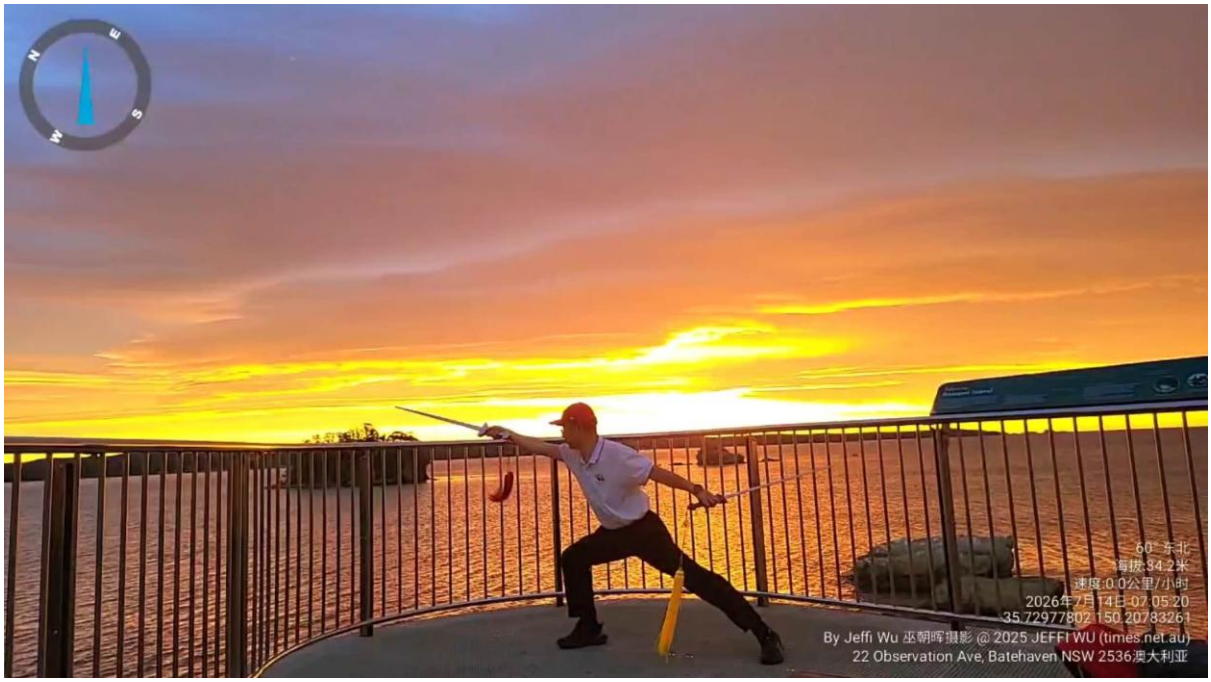
English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Bañado por el cálido sol de la tarde del 14 de julio de 2026, permanecí solo junto a las rocas de Wallaga Lake. Nubes cruzaban el cielo azul y enormes rocas erosionadas por el mar se alzaban detrás de mí como un escenario natural. Levanté la pierna izquierda y extendí una espada con cada mano; las borlas roja y amarilla se mecían al viento, creando una tensión de firmeza y suavidad frente al paisaje salvaje. En esta costa amplia, acompañado sólo por el estruendo de las olas, la postura marcial entre cielo y tierra se convirtió en mi diálogo más directo con la naturaleza. La brújula y los datos de ubicación conservan el tiempo y las coordenadas.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Bajo la suave luz de la tarde del 14 de julio de 2026 regresé a Wallaga Lake. En la playa de marea baja, las ondulaciones dejadas por el agua se extendían como hilos dorados, en contraste con Camel Rock y los arrecifes negros. Vestido de blanco y con botas negras, me equilibré sobre una pierna, una espada elevada al cielo y la otra inclinada hacia abajo, mientras las borlas roja y amarilla se cruzaban al viento. La amplitud del litoral me permitió sumergirme por completo en la práctica marcial unida a la naturaleza. La brújula y el GPS sellaron la orientación y el tiempo: mi manera de medir el tiempo en Australia con espada y puño.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



Con los primeros rayos del amanecer del 14 de julio de 2026, estaba en un mirador costero de Batehaven. Eran exactamente las 7:05. El sol naciente derramaba luz dorada y roja sobre las nubes y el mar. De cara al este, adopté una postura de arco y extendí los brazos; las dos espadas trazaban líneas nítidas en la luz. Las borlas roja y amarilla se movían con la fresca brisa. Antes de que el sol terminara de elevarse, convertí una secuencia de espada en un ritual de diálogo con el nuevo día. Las rocas y la barandilla enmarcaron la serenidad y la fuerza de una mañana del hemisferio sur y el estado de un practicante que avanza hacia la luz.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

A la 1:53 p. m. del 2 de mayo de 2026 llegué a Acton, Canberra. En el césped de 24 University Ave, una alfombra de hojas otoñales doradas cubría el suelo y llenaba el paisaje de calidez y quietud.

En esta avenida universitaria arbolada me puse una llamativa chaqueta roja. Frente a una brisa del noroeste, adopté una postura de arco y extendí una espada hacia delante con una mano. Su borla roja destacaba entre los colores del otoño y las hojas amarillas. Aunque algunos peatones pasaban cerca, permanecí completamente inmerso en mi propio ritmo.

Esta fotografía fija una práctica de una tarde otoñal en Canberra. Registra la belleza de la estación dorada, las coordenadas (35.2767°S, 149.1200°E), la altitud (583,8 metros) y la dirección. Para mí, practicar la espada no es sólo cultivo marcial; también es una forma de dialogar con esta tierra mediante el cuerpo, en distintas ciudades y estaciones.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Apéndice: artículos relacionados y enlaces documentales

Las siguientes entradas fueron seleccionadas de la tabla adjunta y guardan relación directa con el entrenamiento de doble espada, la estructura corporal, los linajes marciales y la práctica marcial australiana. Los enlaces siguen la prioridad NLA/TROVE, AWA, sitio web y foro; cuando existe NLA/TROVE, se utiliza con preferencia.

1. El kungfu es vida / Kungfu Is Life

Registro en primera persona basado en años de práctica corporal sostenida: posturas, Tai Chi, Xingyi, doble espada, equilibrio Danti sobre una pierna con los ojos cerrados, Paso sin Raíz y apertura cotidiana de caderas, junto con datos de reloj inteligente, sensaciones corporales y casos reales.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. Cultivar la verdadera esencia del Xingyi y el Tai Chi mediante puño, espada y lanza

Basado en práctica prolongada de Xingyi Quan, Tai Chi, doble espada, sable Chunqiu, gran pértiga y postura del caballo, examina la estructura corporal común, la fuerza integral y la verificación mutua entre armas y práctica a mano vacía.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. Los cuatro linajes marciales de Jeffi Chao Hui Wu en Australia

A partir de más de treinta años de práctica, transmisión tradicional y registros corporales, sistematiza cuatro linajes y documenta en Australia Qigong, Tai Chi Chen, Tai Chi Wu, Jingwu Tai Chi y Xingyi Quan estilo Che.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. Xingyi Quan arraigado en Australia

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Basado en linaje auténtico, materiales históricos, práctica prolongada y transmisión en ultramar, sigue la ruta desde el nordeste de China por Shenzhen y Hong Kong hasta Australia, documentando Xingyi Quan y Xingyi Tai Chi estilo Zhao.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. Más de 75 minutos de equilibrio Danti sobre una pierna con los ojos cerrados

Registra 1 hora, 15 minutos y 32 segundos continuos. La práctica terminó voluntariamente mientras cuerpo, respiración y conciencia seguían estables y bajo control.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. Doble espada de Tai Chi

Registra el desarrollo de la doble espada sobre la base de entrenamiento prolongado de espada simple, Tai Chi, Qigong, posturas y Xingyi, con ambas manos simultáneamente independientes y unificadas.

Sitio web:
https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. Xingyi Tai Chi estilo Zhao en Australia

Registro documental de la transmisión en Australia, centrado en el marco docente, principios de práctica, correcciones corporales y perspectivas marciales transmitidas directamente por el gran maestro Zhao Hongwei, en relación con Xingyi Quan arraigado en Australia.

Foro: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

Basado en práctica prolongada de artes marciales y Qigong, considera el cuerpo como espacio de práctica y observación continuas, transformando entrenamiento, comprensión corporal y experiencia estructural en registros escritos duraderos.

Foro: https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

光と影を友に、剣とともにオーストラリアを行く

著者：JEFFI CHAO HUI WU（巫朝晖）、国際独立研究者 / 武術伝承者 / 多分野構造システム設計者

武術伝承：陳式太極拳第十二代、呉式太極拳第六代 / オーストラリア趙氏形意太極拳掌門人兼協会会長

ORCID：https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

出典：http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

記事日時：2026 年 7 月 16 日（木）午前 11 時 15 分

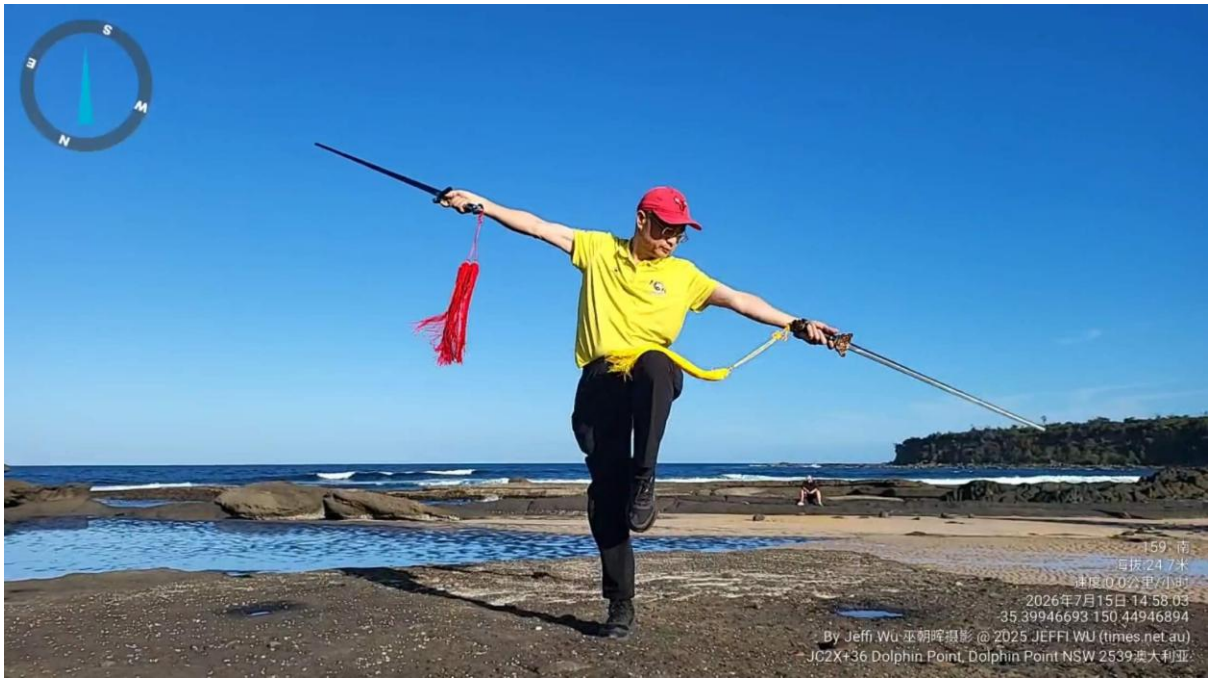
旅の気の緩みを断ち切り、海岸での朝稽古で新しい一日を迎える。この写真群は 2026 年 7 月にオーストラリアで過ごした特別な時間を記録したものだ。薄明から朝日が海面を越えて昇るまで、私は双剣を携え、ニューサウスウェールズ州の海岸を巡りながら稽古した。青い空、金色の朝焼け、黒い岩礁、赤と黄の剣穂。壮大な物語ではなく、朝 7 時の海風と、日の出を迎え自然と響き合う一人の武術家の時間である。

これは即興の写真ポーズではなく、私の剣術体系から意図的に切り取った定式である。片脚で立ち両腕を広げる姿勢は高度な重心制御、身体と剣の一致、気と意の協調を求める。剣先は日の出の方向に沿い、身体の線は広大な海岸線と水平線に呼応する。

この選択の背後には変わらぬ継続がある。以前は各地で姿勢を変えて記録していたため写真全体が散漫だった。時空を越えて痕跡を残すには形式の統一が必要だと理解し、この生命力ある動きを個人の署名とした。同じ技、異なる年· 国· 日の出· 海岸。変わるのは光と風景、変わらないのは剣を手に前へ進む自分である。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

2026 年 7 月 1 日の夜明け、シドニーの Ramsgate Beach に立った。壮麗な日の出が空と水面を赤く染め、そよ風が波紋をつくった。片脚を上げ、二本の長剣を左右へ広げ、剣穂が朝の光に垂れた。GPS は座標と静かな瞬間を記録した。これは朝稽古の一枚を超え、この海岸で身体が自然と共鳴した瞬間である。



2026 年 7 月 15 日午後、Dolphin Point の海岸に立った。雲一つない青空、引き潮の岩場と水たまり、遠くの緑の岸へ寄せる波。黄色の上着で片脚に立ち、両腕を広げ

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

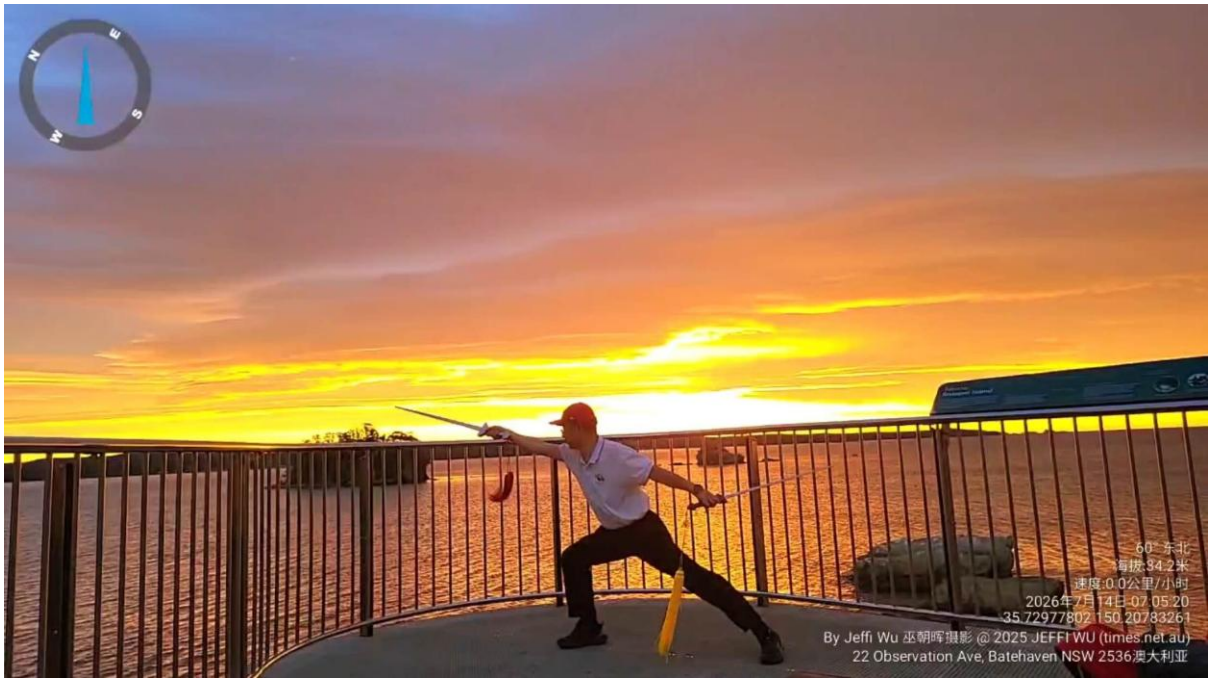
ると赤と黄の剣穂が風に伸びた。写真の座標、高度、秒単位の時刻が、陽光の下での心身の修練を忠実に残している。

2026 年 7 月 14 日午後、Wallaga Lake の海岸岩場に一人立った。巨大な海食岩を背に左脚を上げ、両手の剣を左右に伸ばす。赤と黄の剣穂が風に揺れ、荒々しい海景と剛柔相済の緊張感を生んだ。波音だけの広大な海岸で、天地の間に武術姿勢で立つことが自然との直接の対話となった。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

同日午後、再び Wallaga Lake へ。引き潮の砂浜の波紋は金糸のように広がり、Camel Rock と黒い岩礁が対照をなした。白い半袖と黒いブーツで片脚に立ち、一剣を空へ、もう一剣を斜め下へ伸ばし、赤黄の剣穂が風に交差した。GPS とコンパスは方位と時刻を正確に記録した。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



2026 年 7 月 14 日午前 7 時 05 分、Batehaven の海辺の展望台に立った。金赤色の朝日が雲と海を染める中、東を向き弓歩で双剣を広げた。剣穂は海風に揺れ、朝の光と水面に呼応した。太陽が完全に昇る前、一連の剣法を新しい一日との対話の儀式とした。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

2026 年 5 月 2 日午後 1 時 53 分、首都キャンベラの Acton、24 University Ave の芝生に立った。金色の秋葉が地面を覆い、風景を暖かく静かに染めていた。

大学の並木道で赤い防寒ジャケットを着て、北西の風に向かい弓歩を取り、片手の剣を前へ差し出した。赤い剣穂は秋色と黄葉の中で際立った。周囲に人がいても自分のリズムに没頭していた。

この写真はキャンベラの秋の午後の稽古を記録する。座標（35.2767°S, 149.1200°E）、標高 583.8 メートル、住所も保存されている。剣の稽古は武術修行であると同時に、異なる都市と季節で身体を通して土地と対話する方法である。

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

付録：関連記事・文献リンク

以下は添付データ表から選定し、双剣訓練、身体構造、武術伝承、オーストラリアでの武術実践に直接関係する。リンクは NLA/TROVE、AWA、ウェブサイト、フォーラムの順に優先する。

1.『功夫就是生活』 / Kungfu Is Life

站椿、太極、形意、太極双剣、閉眼丹体独立、無根歩、日常の開胯を軸に、スマートウォッチのデータ、身体感覚、実例を組み合わせ、功夫が日常生活へ溶け込む過程を記録する。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2.『拳・剣・槍を通して形意太極の真意を練り出す』

形意拳、太極拳、太極双剣、春秋大刀、太極大杆、馬歩椿などの長期実修から、共通する身体構造、全身発力、武器と徒手の相互検証を論じる。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3.『オーストラリアにおける巫朝晖の武術四脈伝承』

30 年以上の実践、伝統師承、身体実証記録を基に四つの伝承系統を整理し、気功、陳式、呉式、経梧太極、車式形意拳の豪州での発展を記録する。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4.『オーストラリアに根づく形意拳』

真正な師承、歴史資料、長期実修を基に、中国東北部から深圳、香港、オーストラリアへ至る趙氏形意拳と趙氏形意太極の伝承を記録する。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5.『閉眼丹体独立 75 分超』

閉眼丹体独立を 1 時間 15 分 32 秒連続で行った記録。失衡や疲労ではなく、身体・呼吸・意識が安定した状態で自ら終了した。

NLA/TROVE：https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

6.『太極双剣』

単剣、太極拳、気功、站椿、形意拳を基礎とする双剣の発展を記録し、左右手の独立と統一、異なる軌道・勁路・空間制御を強調する。

ウェブサイト：

https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7.『オーストラリア趙氏形意太極』

趙宏偉宗師から直接伝えられた教学体系、練功要訣、体感修正、武学観を中心に、豪州での趙氏形意太極の伝承を記録する。

8.『私の武学心得』

長期の武術と気功実践を基礎に、身体を継続的な実践と観察の場とし、日常の練功、身体的理解、構造経験を長期保存可能な文字記録へ変換する。

フォーラム：https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

الضوء والظل رفيقان، والسيف يمضي عبر أستراليا

المؤلف: JEFFI CHAO HUI WU، جاء ليو هوي تشاو / سلسلة الفنون القتالية: من الجيل الثاني عشر تاي تشي أسلوب تشن؛ من الجيل السادس

من الجيل السادس تشن؛ أسلوب تشي تاي من عشر الثاني الجيل :القتالية الفنون سلاسل في الهوية
الجمعية ورئيس أستراليا في Zhao-Style Xingyi Tai Chi مدرسة رئيس وو؛ أسلوب تشي تاي
ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

المصدر: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059
تاريخ المقال: الخميس 16 يوليو 2026، الساعة 11:15 صباحًا

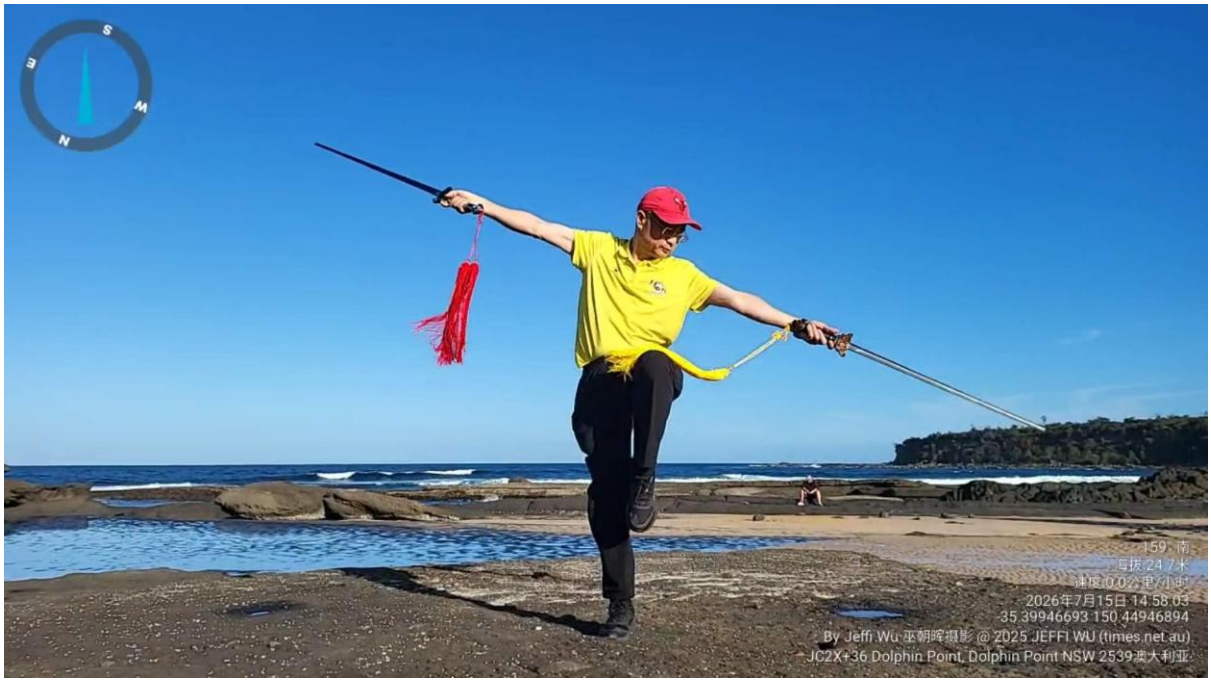
كسر خمول السفر واستقبال كل يوم جديد بتدريب صباحي على الساحل. توثّق الصور فترة خاصة في أستراليا خلال يوليو 2026؛ من أول الفجر حتى صعود الشمس فوق البحر حملت سيفيّ المزدوجين وتدرّبت على ساحل نيو ساوث ويلز. سماء زرقاء، سحب ذهبية، صخور داكنة وشرّابات حمراء وصفراء. لا حبكة كبرى، بل نسيم البحر في السابعة صباحًا ولحظة انسجام ممارس للفنون القتالية مع الشروق والطبيعة.

ليست وقفة عفوية، بل وضعية ثابتة اخترتها عمدًا من منظومتي الكاملة للسيف. الوقوف على ساق واحدة والذراعان ممدودتان يتطلب تحكمًا دقيقًا في مركز الثقل ووحدة الجسد والسيف وتوافق الـQi مع القصد. رؤوس السيوف تتبع اتجاه الشروق وخطوط الجسد تتجاوب مع الساحل والأفق.

وراء هذا الاختيار ثبات مستمر. كنت أغيّر الوقفات فبدت الصور متفرقة. ولترك أثر عبر الزمان والمكان اخترت هذه الحركة الحيوية توقيعًا شخصيًا. التقنية واحدة، أما السنوات والبلدان والشروق والسواحل فتختلف؛ يتغير الضوء والمنظر ويبقى من يتقدم بالسيف.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: النسخة الصينية هي المعتمدة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

مع فجر 1 يوليو 2026 وقفت على Ramsgate Beach في سيدني. صبغ الشروق الأفق والماء بالأحمر، وحرك النسيم سطح البحر. رفعت سافًا ومددت سيفين طويلين إلى الجانبين، وتدلت الشرّابات في ضوء الصباح. سجّل GPS الإحداثيات وسكون اللحظة. كانت لحظة يتناغم فيها الجسد مع الطبيعة.



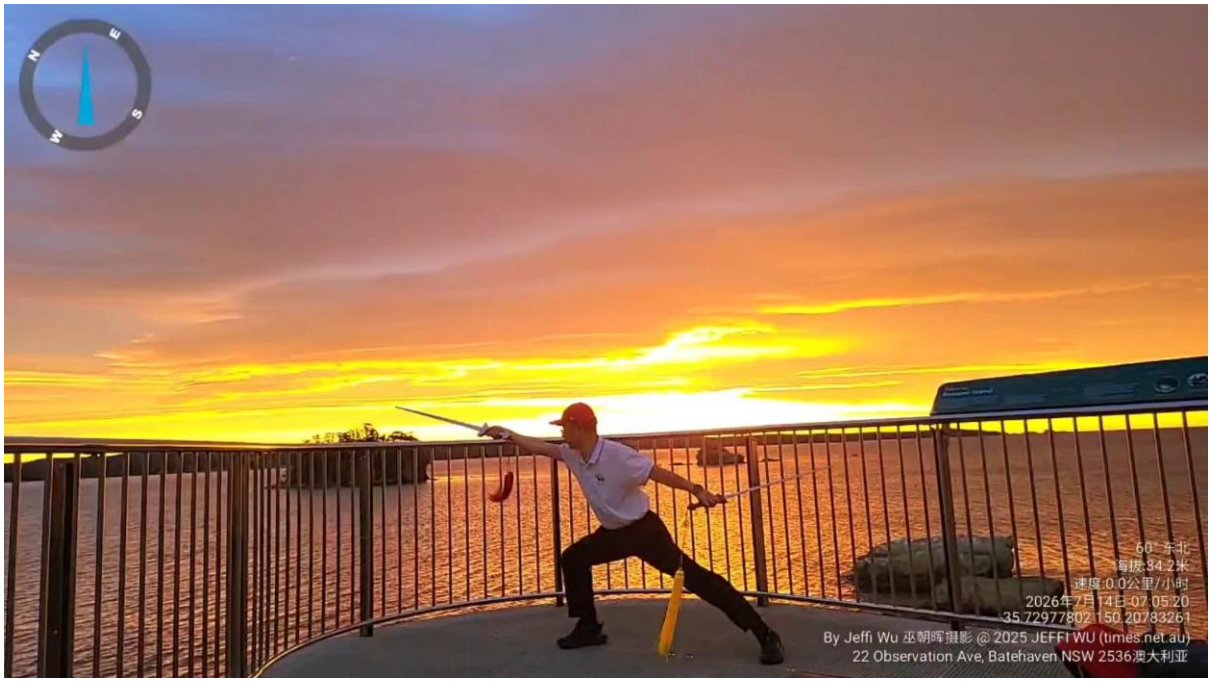
بعد ظهر 15 يوليو 2026 وصلت إلى Dolphin Point. سماء صافية وصخور وبرك للجزر وأمواج نحو الضفة الخضراء. بقميص أصفر وقفت على ساق واحدة ومددت الذراعين، والشرّابتان الحمراء والصفراء في الريح. تحفظ الإحداثيات والارتفاع والوقت حتى الثانية هذه الممارسة الجسدية والذهنية.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: النسخة الصينية هي المعتمدة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

في 14 يوليو 2026 وقفت وحدي عند صخور Wallaga Lake. شكلت الصخور البحرية الضخمة مسرحًا طبيعيًا. رفعت الساق اليسرى ومددت السيفين، فتحركت الشرّابتان في الريح وصنعتا توترًا بين القوة والليونة. أصبحت الوقفة بين السماء والأرض حوارًا مباشرًا مع الطبيعة.

في اليوم نفسه عدت إلى Wallaga Lake. بدت آثار الجزر كخيوط ذهبية أمام Camel Rock والشعاب السوداء. بملابس بيضاء وحذاءين أسودين توازنت على ساق واحدة، سيف إلى السماء وآخر إلى الأسفل، والشرّابات تتقاطع في الريح. حفظ GPS والبوصلة الاتجاه والوقت — طريقتي لقياس الزمن في أستراليا بالسيف والقبضة.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



في 14 يوليو 2026 الساعة 7:05 صباحًا وقفت في منصة Batehaven. غمر الضوء الذهبي الأحمر السحب والبحر. واجهت الشرق واتخذت وضعية القوس ومددت السيفين. قبل اكتمال الشروق صار تسلسل السيف طقسًا للحوار مع يوم جديد.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

في 2 مايو 2026 الساعة 1:53 ظهرًا وصلت إلى Acton في كانبيرا. غطت أوراق الخريف الذهبية عشب 24 University Ave ومنحت المكان دفئًا وسكونًا.

في الممر الجامعي ارتديت سترة حمراء واتخذت وضعية القوس أمام نسيم شمالي غربي ومددت السيف. برزت الشرّابة الحمراء وسط ألوان الخريف. ورغم المارة بقيت في إيقاعي.

توثق الصورة تدريبًا خريفيًا في كانبيرا وتحفظ الإحداثيات (S, 149.1200°E°35.2767) والارتفاع 583.8 مترًا والعنوان. تدريب السيف عندي فن قتالي وحوار بالجسد مع هذه الأرض عبر المدن والفصول.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

ملحق: مقالات ذات صلة وروابط وثائقية

اختيرت المواد من جدول البيانات وترتبط بالسيفين وبنية الجسد وسلاسل التوارث والممارسة في أستراليا.
الأولوية: NLA/TROVE ثم AWA ثم الموقع ثم المنتدى.

1. الكونغ فو هو الحياة / Kungfu Is Life

سجل بضمير المتكلم عن سنوات من الوقفات وTai Chi وXingyi والسيفين والوقوف Danti على ساق واحدة مع إغماض العينين وRootless Step وفتح الوركين، مع بيانات الساعة الذكية والإحساس الجسدي.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. تنمية الجوهر الحقيقي لشينغ يي وتاي تشي عبر القبضة والسيف والرمح

ممارسة طويلة لـXingyi Quan وTai Chi والسيفين وسلاح Chunqiu والعصا الكبيرة ووضعية الحصان؛ تناقش بنية الجسد والقوة الكلية والتحقق المتبادل بين السلاح واليدين.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. السلاسل الأربع للفنون القتالية لدى Jeffi Chao Hui Wu في أستراليا

أكثر من ثلاثين عامًا من الممارسة والتوارث التقليدي والسجلات الجسدية؛ توثق Qigong وChen و Wu Tai وJingwu Tai Chi وChe-style Xingyi Quan في أستراليا.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. Xingyi Quan المتجذر في أستراليا

يتتبع الطريق من شمال شرق الصين عبر شنتشن وهونغ كونغ إلى أستراليا ويوثق Quan Zhao-style Xingyi وZhao-style Xingyi Tai Chi.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. أكثر من 75 دقيقة من الوقوف Danti على ساق واحدة مع إغماض العينين

يوثق ساعة و15 دقيقة و32 ثانية. انتهت الممارسة طوعًا بينما ظل الجسد والتنفس والوعي مستقرًا وتحت السيطرة.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. سيفا Tai Chi المزدوجان

يوثق التطور على أساس السيف المفرد وTai Chi وQigong والوقفات وXingyi، مع عمل اليدين في الوقت نفسه باستقلال ووحدة.

الموقع: https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. Zhao-style Xingyi Tai Chi في أستراليا

يوثق التوارث في أستراليا وإطار التعليم والمبادئ وتصحيح الإحساس والرؤى التي نقلها مباشرة الأستاذ الكبير Zhao Hongwei.

8. تأملاتي في الفنون القتالية

ممارسة طويلة للفنون القتالية وQigong تحول التدريب اليومي والفهم الجسدي والخبرة البنيوية إلى سجلات مكتوبة قابلة للحفظ الطويل.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

المنتدى: https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Licht und Schatten als Begleiter – mit dem Schwert durch Australien

Autor: JEFFI CHAO HUI WU, internationaler unabhängiger Forscher / Träger einer Kampfkunstlinie / multidisziplinärer Struktursystemdesigner

Kampfkunstlinie: 12. Generation Chen-Stil Tai Chi; 6. Generation Wu-Stil Tai Chi; Leiter des australischen Zhao-Stil Xingyi Tai Chi und Präsident des Verbandes

ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

Quelle: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

Artikeldatum: Donnerstag, 16. Juli 2026, 11:15 Uhr

Die Trägheit des Reisens durchbrechen und jeden neuen Tag mit einem morgendlichen Training an der Küste begrüßen. Diese Fotos dokumentieren eine besondere Zeit im Juli 2026 in Australien: vom ersten Dämmerlicht bis zum Aufsteigen der Sonne über dem Meer trainierte ich mit meinen Doppelschwertern entlang der Küste von New South Wales. Blauer Himmel, goldene Wolken, dunkle Riffe und rot-gelbe Schwertquasten. Keine dramatische Handlung, nur die kühle Meeresbrise um sieben Uhr morgens und der Augenblick, in dem ein Kampfkünstler dem Sonnenaufgang begegnet und mit der Natur in Resonanz tritt.

Dies war keine spontane Pose, sondern ein bewusst aus meinem vollständigen Schwertsystem gewählter Fixpunkt. Der einbeinige Stand mit weit ausgestreckten Armen verlangt präzise Schwerpunktkontrolle, Einheit von Körper und Schwert und das Folgen des Qi auf die Intention. Die Schwertspitzen folgen dem Sonnenaufgang, die geöffneten Körperlinien antworten auf Küste und Horizont.

Hinter dieser Wahl steht Beharrlichkeit. Früher wechselte ich die Haltungen an verschiedenen Orten; die Bilder waren vielfältig, aber ungeordnet. Um über Zeit und Raum eine erkennbare Spur zu hinterlassen, wählte ich diese lebendige Bewegung als persönliche Signatur. Technik gleich, Jahre, Länder, Sonnenaufgänge und

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Küsten verschieden: Licht und Landschaft ändern sich, der mit dem Schwert voranschreitende Mensch bleibt.

Am 1. Juli 2026 stand ich im ersten Licht am Ramsgate Beach in Sydney. Der Sonnenaufgang färbte Horizont und Wasser rot, eine leichte Brise bewegte die Oberfläche. Auf einem Bein öffnete ich zwei lange Schwerter zu den Seiten; die Quasten hingen im Morgenlicht. GPS hielt Koordinaten und Stille fest. Es war mehr als Morgentraining: mein Körper trat mit der Natur in Resonanz.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

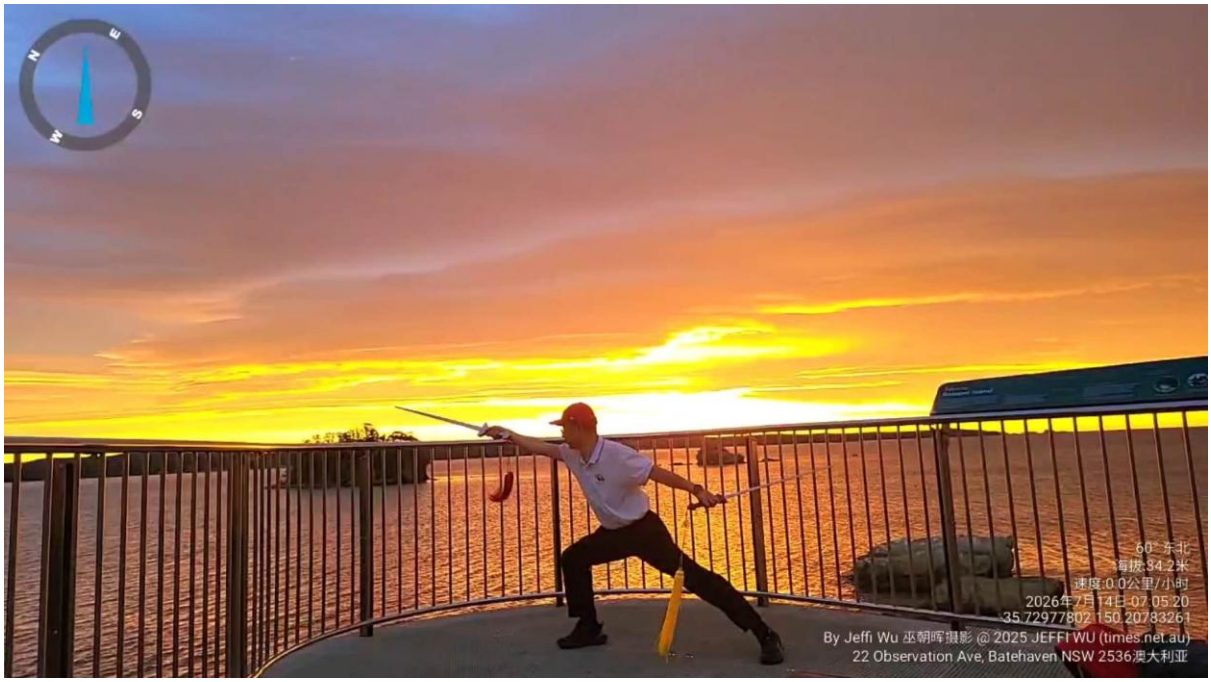
Am Nachmittag des 15. Juli 2026 erreichte ich Dolphin Point. Klarer blauer Himmel, Felsen und flache Becken der Ebbe, Wellen zur grünen Küste. In gelbem Oberteil stand ich auf einem Bein, beide Arme geöffnet, rote und gelbe Quasten im Wind. Koordinaten, Höhe und sekundengenaue Zeit bewahren diese Übung von Körper und Geist.

Am 14. Juli 2026 stand ich im warmen Nachmittagslicht allein an den Felsen von Wallaga Lake. Große Meeresfelsen bildeten eine natürliche Bühne. Linkes Bein angehoben, Schwerter zu beiden Seiten, rote und gelbe Quasten im Wind: Härte und Weichheit vor wilder Küste. Kompass und Ortsdaten bewahren Zeit und Koordinaten.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Später am selben Tag kehrte ich nach Wallaga Lake zurück. Muster der Ebbe lagen wie goldene Fäden im Sand, Camel Rock und schwarze Riffe dahinter. In weißem Shirt und schwarzen Stiefeln balancierte ich auf einem Bein, ein Schwert zum Himmel, das andere schräg nach unten. GPS und Kompass hielten Richtung und Zeit fest – meine Art, in Australien mit Schwert und Faust die Zeit zu messen.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



Am 14. Juli 2026 um 7:05 Uhr stand ich am Aussichtspunkt von Batehaven. Goldrotes Morgenlicht lag über Wolken und Meer. Dem Osten zugewandt ging ich in einen Bogenstand und öffnete die Doppelschwerter. Die Quasten bewegten sich in der kühlen Brise. Vor dem vollständigen Sonnenaufgang wurde die Schwertform zum Ritual des Dialogs mit dem neuen Tag.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Am 2. Mai 2026 um 13:53 Uhr kam ich nach Acton, Canberra. Auf dem Rasen vor 24 University Ave bedeckten goldene Herbstblätter den Boden und erfüllten die Szene mit Wärme und Stille.

Auf der baumbestandenen Universitätsallee trug ich eine rote Kälteschutzjacke, ging gegen den Nordwestwind in einen Bogenstand und führte ein Schwert nach vorn. Die rote Quaste hob sich von Herbstfarben und gelben Blättern ab. Trotz Passanten blieb ich in meinem Rhythmus.

Das Foto hält ein Herbsttraining in Canberra fest und bewahrt Koordinaten (35.2767°S, 149.1200°E), Höhe 583,8 Meter und Adresse. Schwerttraining ist für mich Kampfkunstpraxis und zugleich ein Dialog des Körpers mit diesem Land in verschiedenen Städten und Jahreszeiten.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Anhang: Verwandte Artikel und Dokumentationslinks

Die folgenden Einträge aus der Datentabelle stehen in direktem Zusammenhang mit Doppelschwerttraining, Körperstruktur, Kampfkunstlinien und Praxis in Australien. Priorität: NLA/TROVE, AWA, Website, Forum.

1. Kungfu ist Leben / Kungfu Is Life

Ich-Bericht über langjährige Körperpraxis mit Standtraining, Tai Chi, Xingyi, Doppelschwertern, einbeinigem Danti-Stand mit geschlossenen Augen, Rootless Step und Hüftöffnung, ergänzt durch Smartwatch-Daten und Körperempfindungen.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. Die wahre Essenz von Xingyi und Tai Chi durch Faust, Schwert und Speer entwickeln

Langjährige Praxis mit Xingyi Quan, Tai Chi, Doppelschwertern, Chunqiu-Säbel, Großstab und Pferdestand; behandelt gemeinsame Körperstruktur, Ganzkörperkraft und die gegenseitige Bestätigung von Waffen- und waffenlosem Training.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. Die vier Kampfkunstlinien von Jeffi Chao Hui Wu in Australien

Mehr als dreißig Jahre Praxis, traditionelle Übertragung und Körperdokumentation; zeichnet vier Linien nach und dokumentiert Qigong, Chen- und Wu-Tai-Chi, Jingwu Tai Chi und Che-Xingyi-Quan in Australien.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. Xingyi Quan, verwurzelt in Australien

Authentische Überlieferung und historische Materialien; folgt dem Weg von Nordostchina über Shenzhen und Hongkong nach Australien und dokumentiert Zhao-Xingyi-Quan und Zhao-Xingyi-Tai-Chi.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. Über 75 Minuten einbeiniger Danti-Stand mit geschlossenen Augen

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Dokumentiert 1 Stunde, 15 Minuten und 32 Sekunden. Die Übung endete freiwillig, während Körper, Atmung und Bewusstsein stabil und kontrolliert blieben.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. Tai-Chi-Doppelschwerter

Dokumentiert die Entwicklung auf Grundlage von Einzelschwert, Tai Chi, Qigong, Standtraining und Xingyi; beide Hände arbeiten zugleich unabhängig und vereinigt.

Website: https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. Australisches Zhao-Xingyi-Tai-Chi

Forum: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8. Meine Erkenntnisse aus der Kampfkunst

Langjährige Kampfkunst- und Qigong-Praxis; der Körper wird als Ort kontinuierlicher Praxis und Beobachtung verstanden und Erfahrung in dauerhaft bewahrbare Schrift überführt.

Forum: https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Luz e sombra como companheiras, espadas pela Austrália

Autor: JEFFI CHAO HUI WU, investigador independente internacional / herdeiro de linhagem marcial / designer de sistemas estruturais multidisciplinares

Linhagem marcial: 12.ª geração de Tai Chi estilo Chen; 6.ª geração de Tai Chi estilo Wu; mestre principal do Zhao-Style Xingyi Tai Chi na Austrália e presidente da associação

ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

Fonte: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

Data do artigo: quinta-feira, 16 de julho de 2026, 11h15

Romper a preguiça da viagem e receber cada novo dia com treino matinal junto à costa. Estas fotografias registam um período especial na Austrália em julho de 2026: da primeira luz até ao sol surgir sobre o mar, treinei com duas espadas ao longo da costa de Nova Gales do Sul. Céu azul, nuvens douradas, recifes escuros e borlas vermelhas e amarelas. Não há uma narrativa grandiosa, apenas a brisa fresca das sete da manhã e um praticante a receber o nascer do sol em sintonia com a natureza.

Não foi uma pose improvisada, mas um momento fixo escolhido do meu sistema completo de espada. O equilíbrio numa perna com os braços abertos exige controlo do centro de gravidade, unidade entre corpo e espada e que o qi acompanhe a intenção. As pontas seguem o nascer do sol e as linhas do corpo dialogam com a costa e o horizonte.

Esta escolha contém persistência. Antes mudava as posturas e as fotografias ficavam dispersas. Para deixar uma marca através do tempo e do espaço, escolhi este movimento como assinatura pessoal. A técnica é a mesma; anos, países,

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

nasceres do sol e costas mudam. Mudam a luz e a paisagem, permanece quem avança com a espada.

Na primeira luz de 1 de julho de 2026, estava em Ramsgate Beach, Sydney. O nascer do sol tingia de vermelho o horizonte e a água. Levantei uma perna e abri duas longas espadas para os lados, com as borlas na luz da manhã. O GPS registou coordenadas e quietude. Era mais do que treino: o corpo entrava em ressonância com a natureza.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

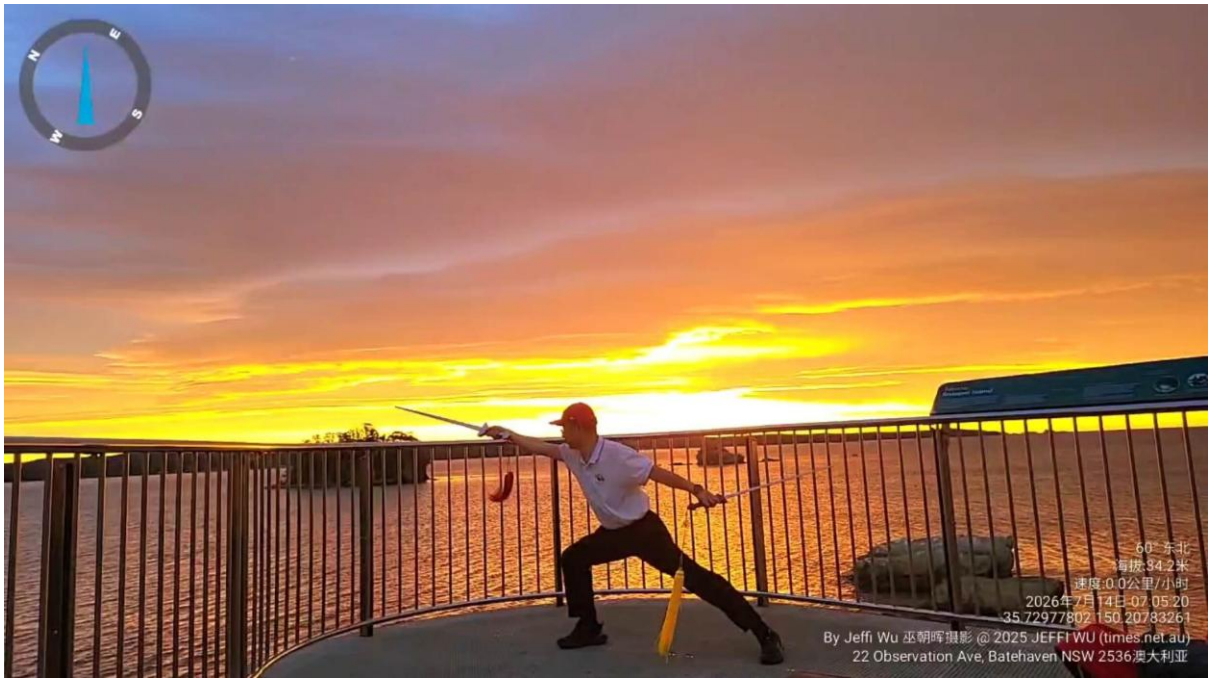
Na tarde de 15 de julho de 2026 cheguei a Dolphin Point. Céu azul limpo, rochas e poças da maré baixa, ondas em direção à margem verde. Com roupa amarela, fiquei numa perna e abri os braços, as borlas vermelha e amarela no vento. Coordenadas, altitude e hora ao segundo preservam esta prática de corpo e mente.

Em 14 de julho de 2026, no sol da tarde, fiquei sozinho junto às rochas de Wallaga Lake. Grandes rochas marinhas formavam um cenário natural. Levantei a perna esquerda e estendi as duas espadas; as borlas vermelha e amarela criavam tensão entre força e suavidade. A postura entre céu e terra tornou-se diálogo direto com a natureza.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Na mesma tarde voltei a Wallaga Lake. Marcas da maré pareciam fios de ouro diante de Camel Rock e recifes negros. De branco e botas pretas, equilibrei-me numa perna, uma espada ao céu e outra para baixo, borlas cruzadas no vento. GPS e bússola fixaram direção e tempo — a minha forma de medir o tempo na Austrália com espada e punho.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



Às 7h05 de 14 de julho de 2026, estava num miradouro em Batehaven. A luz dourada e vermelha cobria nuvens e mar. Voltado para leste, em postura de arco, abri as duas espadas. Antes de o sol subir completamente, a sequência de espada tornou-se um ritual de diálogo com o novo dia.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Às 13h53 de 2 de maio de 2026, cheguei a Acton, Canberra. No relvado de 24 University Ave, folhas douradas de outono cobriam o chão e davam calor e silêncio à paisagem.

Na avenida universitária arborizada vesti um casaco vermelho, assumi postura de arco contra a brisa noroeste e estendi uma espada. A borla vermelha destacou-se entre as cores do outono. Mesmo com transeuntes, permaneci no meu ritmo.

A fotografia regista uma prática de outono em Canberra, com coordenadas (35.2767°S, 149.1200°E), altitude 583,8 metros e morada. Para mim, a espada é prática marcial e também diálogo corporal com esta terra em cidades e estações diferentes.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Apêndice: artigos relacionados e ligações documentais

As entradas seguintes foram selecionadas da tabela anexa e relacionam-se diretamente com duas espadas, estrutura corporal, linhagens e prática marcial australiana. Prioridade: NLA/TROVE, AWA, website, fórum.

1. Kungfu é vida / Kungfu Is Life

Registo em primeira pessoa de anos de prática: posturas, Tai Chi, Xingyi, duas espadas, equilíbrio Danti numa perna de olhos fechados, Passo sem Raiz e abertura das ancas, com dados de smartwatch e sensações corporais.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. Cultivar a verdadeira essência do Xingyi e Tai Chi através do punho, espada e lança

Prática prolongada de Xingyi Quan, Tai Chi, duas espadas, sabre Chunqiu, grande vara e postura do cavalo; discute estrutura corporal, força integral e verificação entre armas e mãos vazias.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. As quatro linhagens marciais de Jeffi Chao Hui Wu na Austrália

Mais de trinta anos de prática, transmissão tradicional e registos corporais; documenta Qigong, Tai Chi Chen e Wu, Jingwu Tai Chi e Xingyi Quan estilo Che na Austrália.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. Xingyi Quan enraizado na Austrália

Segue o percurso do nordeste da China por Shenzhen e Hong Kong até à Austrália e documenta a transmissão de Xingyi Quan e Xingyi Tai Chi estilo Zhao.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. Mais de 75 minutos de equilíbrio Danti numa perna de olhos fechados

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Regista 1 hora, 15 minutos e 32 segundos. A prática terminou voluntariamente com corpo, respiração e consciência estáveis e controlados.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. Duas espadas de Tai Chi

Regista o desenvolvimento sobre a base de espada simples, Tai Chi, Qigong, posturas e Xingyi, com as duas mãos simultaneamente independentes e unificadas.

Website: https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. Xingyi Tai Chi estilo Zhao na Austrália

Fórum: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8. As minhas reflexões sobre as artes marciais

Prática prolongada de artes marciais e Qigong; transforma treino quotidiano, compreensão corporal e experiência estrutural em registos escritos duradouros.

Fórum: https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Свет и тень — спутники, мечи — путь по Австралии

Автор: JEFFI CHAO HUI WU, международный независимый исследователь / наследник традиции боевых искусств / проектировщик междисциплинарных структурных систем

Линия боевых искусств: 12-е поколение тайцзи стиля Чэнь; 6-е поколение тайцзи стиля У; глава австралийского Zhao-Style Xingyi Tai Chi и президент ассоциации

ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

Источник: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

Дата статьи: четверг, 16 июля 2026 г., 11:15

Преодолеть дорожную расслабленность и встретить новый день утренней тренировкой на побережье. Эти фотографии запечатлели особый период в Австралии в июле 2026 года: от первых проблесков рассвета до появления солнца над морем я тренировался с двумя мечами вдоль побережья Нового Южного Уэльса. Голубое небо, золотые облака, тёмные рифы и красно-жёлтые кисти мечей. Здесь нет грандиозного сюжета — лишь прохлада морского ветра в семь утра и мгновение единения практика с восходом и природой.

Это не случайная поза, а сознательно выбранный фиксированный момент из целостной системы работы с мечом. Стойка на одной ноге с раскрытыми руками требует точного контроля центра тяжести, единства тела и меча и согласования ци с намерением. Острия следуют направлению восхода, линии тела отвечают простору берега и горизонта.

За этим выбором стоит постоянство. Раньше я менял позы, и фотографии выглядели разрозненно. Чтобы оставить узнаваемый след сквозь время и пространство, я выбрал это движение своей личной подписью. Техника та же, годы, страны, восходы и берега разные: меняются свет и пейзаж, остаётся человек, идущий вперёд с мечом.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

На рассвете 1 июля 2026 года я стоял на Ramsgate Beach в Сиднее. Восход окрашивал горизонт и воду красным светом, лёгкий ветер создавал рябь. Я поднял одну ногу и раскрыл два длинных меча в стороны; кисти свисали в утреннем свете. GPS зафиксировал координаты и тишину момента. Это было больше, чем утренняя тренировка: тело вошло в резонанс с природой.

Днём 15 июля 2026 года я оказался на Dolphin Point. Чистое небо, камни и мелкие лужи отлива, волны к зелёному берегу. В жёлтой одежде я стоял на

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

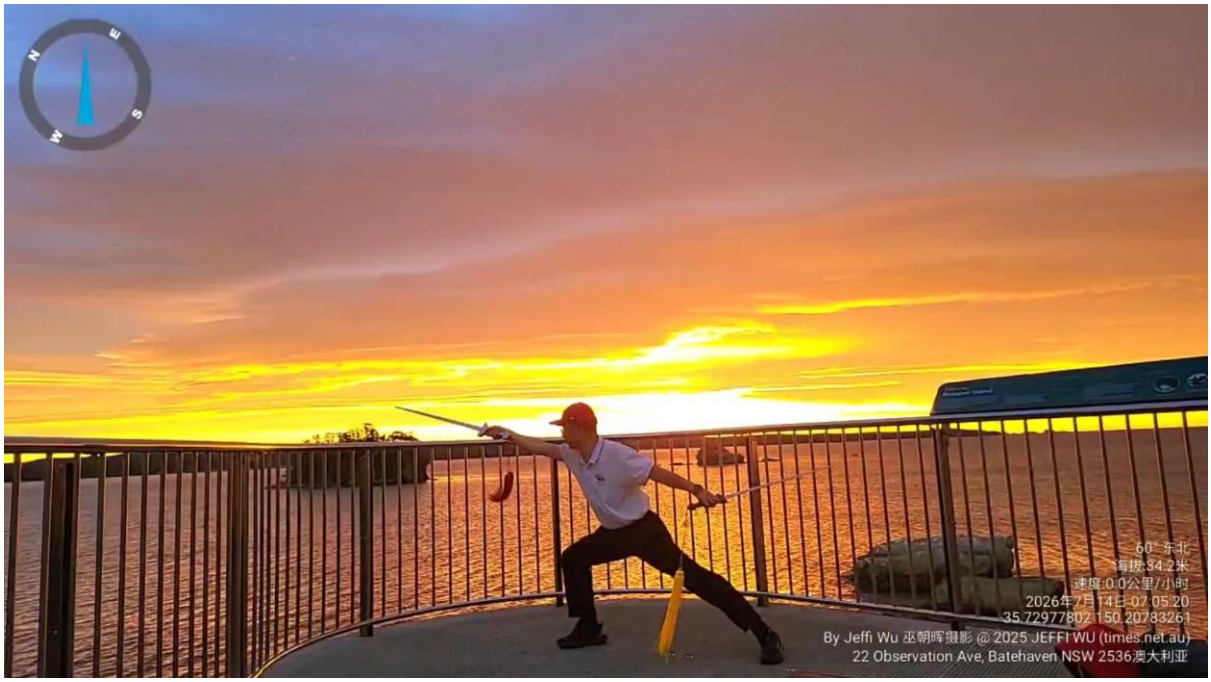
одной ноге, руки раскрыты, красная и жёлтая кисти на ветру. Координаты, высота и время до секунды сохраняют эту практику тела и сознания.

14 июля 2026 года я стоял один у скал Wallaga Lake. Огромные морские скалы образовали естественную сцену. Подняв левую ногу, я развёл мечи; красная и жёлтая кисти создавали на фоне дикого моря напряжение твёрдости и мягкости. Стойка между небом и землёй стала прямым диалогом с природой.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Позже в тот же день я вернулся к Wallaga Lake. Следы отлива лежали как золотые нити перед Camel Rock и чёрными рифами. В белой футболке и чёрных ботинках я балансировал на одной ноге: один меч к небу, другой вниз, кисти пересекались на ветру. GPS и компас сохранили направление и время — мой способ измерять время в Австралии мечом и кулаком.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



14 июля 2026 года в 7:05 я стоял на смотровой площадке Batehaven. Золотисто-красный свет заливал облака и море. Повернувшись на восток, я принял лучную стойку и раскрыл два меча. До полного восхода комплекс с мечами стал ритуалом диалога с новым днём.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

2 мая 2026 года в 13:53 я приехал в Acton, Canberra. На газоне у 24 University Ave золотые осенние листья покрывали землю, наполняя пространство теплом и покоем.

На университетской аллее я надел красную куртку, встал в лучную стойку против северо-западного ветра и направил меч вперёд. Красная кисть выделялась среди осенних красок. Несмотря на прохожих, я оставался в собственном ритме.

Фотография фиксирует осеннюю тренировку в Канберре и сохраняет координаты (35.2767°S, 149.1200°E), высоту 583,8 м и адрес. Для меня меч — это и боевое искусство, и телесный диалог с этой землёй в разных городах и сезонах.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Приложение: связанные статьи и документальные ссылки

Материалы выбраны из приложенной таблицы и связаны с двумя мечами, структурой тела, линиями передачи и практикой в Австралии. Приоритет ссылок: NLA/TROVE, AWA, сайт, форум.

1. «Кунг-фу — это жизнь» / Kungfu Is Life

Рассказ от первого лица о многолетней практике: стойки, тайцзи, синъи, двойные мечи, стойка Danti на одной ноге с закрытыми глазами, Rootless Step и раскрытие тазобедренных суставов, с данными умных часов и телесными ощущениями.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. «Постижение истинной сути синъи и тайцзи через кулак, меч и копьё»

Длительная практика синъицюань, тайцзи, двойных мечей, оружия Chunqiu, большого шеста и стойки всадника; общая структура тела, целостное усилие и взаимная проверка оружия и работы без оружия.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. «Четыре линии боевых искусств Jeffi Chao Hui Wu в Австралии»

Более тридцати лет практики, традиционная передача и телесные записи; документируются Qigong, Chen и Wu Tai Chi, Jingwu Tai Chi и Che-style Xingyi Quan в Австралии.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. «Синъицюань, укоренившийся в Австралии»

Следует пути от северо-востока Китая через Шэньчжэнь и Гонконг в Австралию и документирует передачу Zhao-style Xingyi Quan и Zhao-style Xingyi Tai Chi.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. «Более 75 минут стойки Danti на одной ноге с закрытыми глазами»

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

Зафиксированы 1 час 15 минут 32 секунды. Практика завершена добровольно при стабильных и контролируемых теле, дыхании и сознании.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. «Двойные мечи тайцзи»

Сайт: https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. «Австралийский синъи-тайцзи стиля Чжао»

Документирует передачу в Австралии, включая структуру обучения, принципы, телесные коррекции и взгляды, непосредственно переданные грандмастером Zhao Hongwei.

Форум: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8. «Мои размышления о боевых искусствах»

Длительная практика боевых искусств и Qigong; повседневная тренировка, телесное понимание и структурный опыт превращаются в долговременно сохраняемые письменные записи.

Форум: https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

빛과 그림자를 벗 삼아, 검과 함께 호주를 걷다

저자: JEFFI CHAO HUI WU(巫朝晖), 국제 독립 연구자 / 무학 전승인 / 다분야 구조 시스템 설계자

무학 전승: 진식태극권 제 12 대, 오식태극권 제 6 대 / 호주 조씨형의태극권 문파 장문인 겸 협회 회장

ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5318-3027

출처: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699059

글 작성일: 2026 년 7 월 16 일 목요일 오전 11:15

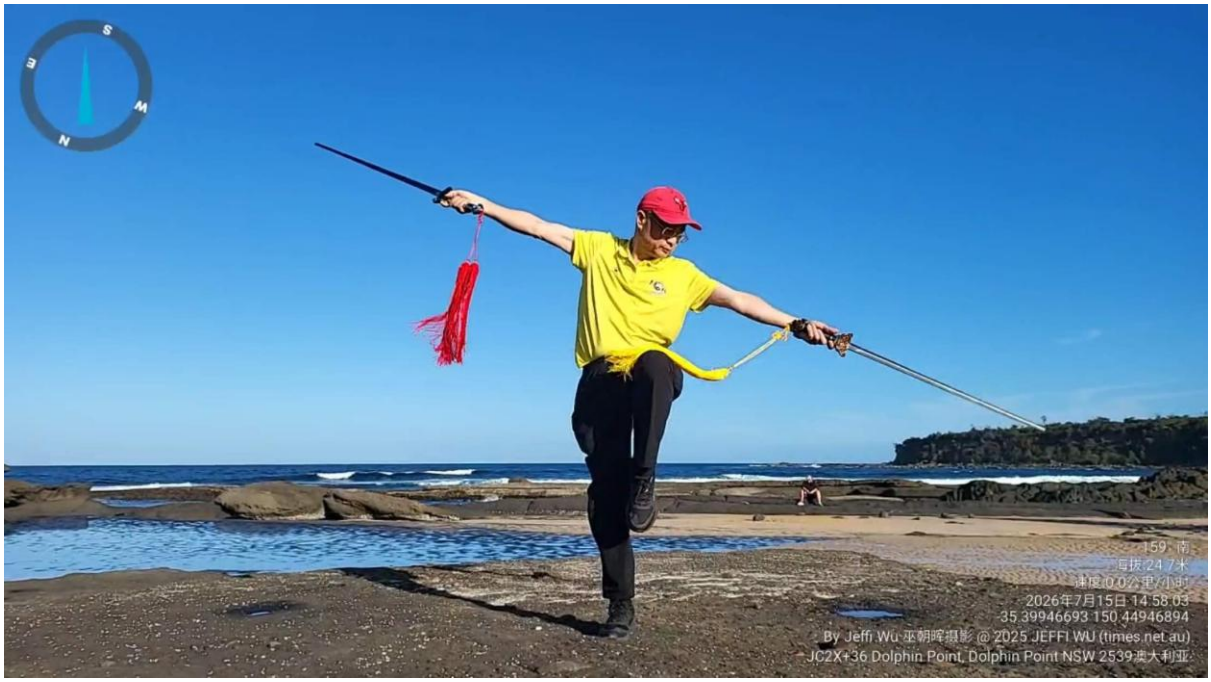
여행의 느슨함을 깨고 해안의 새벽 수련으로 새로운 하루를 맞는다. 이 사진들은 2026 년 7 월 호주에서 보낸 특별한 시간을 기록한다. 여명부터 해가 바다 위로 솟을 때까지 쌍검을 들고 뉴사우스웨일스 해안을 따라 수련했다. 푸른 하늘, 황금빛 구름, 짙은 암초, 붉고 노란 검술. 거창한 서사가 아니라 아침 7 시의 바닷바람과, 일출을 맞으며 자연과 공명하는 한 무인의 순간이다.

이것은 즉흥적인 사진 포즈가 아니라 전체 검법 체계에서 의도적으로 떼어 낸 정식이다. 한 다리로 서고 두 팔을 펼친 자세는 높은 수준의 무게중심 제어, 몸과 검의 일치, 기와 뜻의 협응을 요구한다. 검끝은 일출 방향을 따르고 신체의 선은 광활한 해안선과 수평선에 호응한다.

이 선택 뒤에는 변하지 않는 지속성이 있다. 예전에는 자세를 자유롭게 바꾸어 사진이 산만했다. 시공간을 넘어 흔적을 남기기 위해 이 생명력 있는 동작을 개인 서명으로 선택했다. 같은 기술, 다른 해·나라·일출·해안. 빛과 풍경은 바뀌지만 검을 들고 앞으로 나아가는 사람은 변하지 않는다.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

2026 년 7 월 1 일 새벽, 시드니 Ramsgate Beach 에 섰다. 일출이 하늘과 수면을 붉게 물들이고 바람이 잔물결을 만들었다. 한 다리를 들고 두 자루 장검을 좌우로 펼치자 검술이 아침빛에 드리웠다. GPS 는 좌표와 고요한 순간을 기록했다. 단순한 아침 수련을 넘어 몸이 자연과 공명한 순간이었다.



2026 년 7 월 15 일 오후 Dolphin Point 에 도착했다. 맑은 하늘, 썰물의 바위와 웅덩이, 초록빛 해안으로 밀려가는 파도. 노란 상의를 입고 한 다리로 서서 두 팔을 펼치자

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

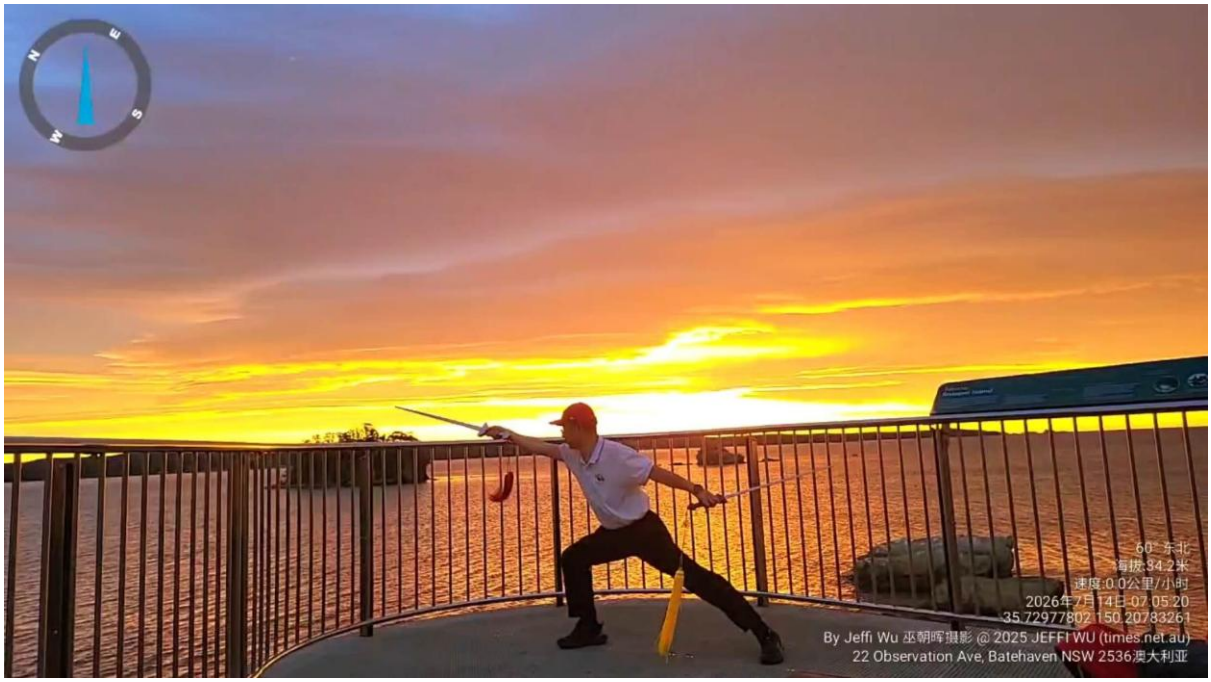
붉고 노란 검술이 바람에 펼쳐졌다. 좌표, 고도, 초 단위 시각이 햇빛 아래의 심신 수련을 기록한다.

2026 년 7 월 14 일 오후 Wallaga Lake 의 해안 바위에 홀로 섰다. 거대한 해식 암석을 배경으로 왼쪽 다리를 들고 두 검을 좌우로 펼쳤다. 붉고 노란 검술이 바람에 흔들리며 거친 바다와 강유의 긴장감을 만들었다. 천지 사이의 무술 자세는 자연과의 직접적인 대화가 되었다.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
.العربية :المعتمدة هي الصينية النسخة
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

같은 날 오후 다시 Wallaga Lake 에 섰다. 썰물의 물결무늬는 금실처럼 펼쳐지고 Camel Rock 과 검은 암초가 대비를 이루었다. 흰 옷과 검은 부츠로 한 다리에 서서 한 검은 하늘로, 다른 검은 아래로 펼쳤다. GPS 와 나침반은 방향과 시간을 기록했다. 이것이 호주에서 검과 주먹으로 시간을 재는 나만의 방식이다.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.



2026 년 7 월 14 일 오전 7 시 05 분 Batehaven 전망대에 섰다. 금적색 아침빛이 구름과 바다를 물들였다. 동쪽을 향해 궁보를 취하고 쌍검을 펼쳤다. 해가 완전히 뜨기 전 검법은 새로운 하루와 대화하는 의식이 되었다.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

2026 년 5 월 2 일 오후 1 시 53 분, 캔버라 Acton 의 24 University Ave 잔디밭에 섰다. 황금빛 가을 낙엽이 땅을 덮어 따뜻하고 고요한 풍경을 만들었다.

대학 가로수길에서 붉은 방한 재킷을 입고 북서풍을 맞으며 궁보로 한 손의 검을 앞으로 뻗었다. 붉은 검술은 가을빛과 노란 잎 사이에서 돋보였다. 주변에 사람이 있어도 내 리듬에 몰입했다.

사진은 캔버라의 가을 수련을 기록하며 좌표(35.2767°S, 149.1200°E), 고도 583.8 미터, 주소를 보존한다. 나에게 검 수련은 무술 수양이자 서로 다른 도시와 계절에서 몸으로 이 땅과 대화하는 방식이다.

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

부록: 관련 글 및 문헌 링크

다음 항목은 첨부 데이터 표에서 선별했으며 쌍검 수련, 신체 구조, 무학 전승, 호주 무술 실천과 직접 관련된다. 링크 우선순위는 NLA/TROVE, AWA, 웹사이트, 포럼이다.

1. 『공부는 곧 삶이다』 / Kungfu Is Life

참장, 태극, 형의, 태극쌍검, 눈을 감은 단체 독립, 무근보, 생활 속 개과를 중심으로 스마트워치 데이터와 신체 감각을 결합해 공부가 일상에 스며드는 과정을 기록한다.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248294418

2. 『권·검·창으로 형의태극의 참뜻을 단련하다』

형의권, 태극권, 태극쌍검, 춘추대도, 태극 대간, 마보참의 장기 실수련을 통해 공통 신체 구조, 전신 발력, 병기와 맨손 수련의 상호 검증을 논한다.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248229812

3. 『호주 Jeffi Chao Hui Wu 의 무학 사맥 전승』

30 여 년의 실천, 전통 사승, 신체 실증 기록을 바탕으로 네 전승을 정리하고 기공, 진식·오식 태극, 경오태극, 차식형의권의 호주 발전을 기록한다.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4246730486

4. 『호주에 뿌리내린 형의권』

중국 동북부에서 선전, 홍콩을 거쳐 호주에 이르는 조씨형의권과 조씨형의태극의 전승과 발전을 기록한다.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4248231099

5. 『눈을 감은 단체 독립 75 분 이상』

1 시간 15 분 32 초 연속 수행 기록. 균형 상실이나 체력 고갈이 아니라 몸·호흡·의식이 안정된 상태에서 스스로 종료했다.

NLA/TROVE: https://nla.gov.au/nla.obj-4255643360

6. 『태극쌍검』

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
العربية: المعتمدة هي الصينية النسخة.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.

단검, 태극권, 기공, 참장, 형의권을 기초로 한 쌍검의 발전과 좌우 손의 독립·통일, 서로 다른 궤적과 공간 제어를 기록한다.

웹사이트:

https://times.net.au/cn_epochal/er_pages/er_v11/epochal11_article_03.html

7. 『호주 조씨형의태극』

조홍위 종사가 직접 전한 교육 체계, 수련 요결, 체감 교정, 무학 관점을 중심으로 호주 조씨형의태극의 전승을 기록한다.

포럼: http://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=699116

8. 『나의 무학 체득』

장기간의 무술과 기공 실천을 바탕으로 일상 수련, 신체적 체득, 구조적 경험을 장기 보존 가능한 문자 기록으로 전환한다.

포럼: https://www.australianwinner.com/AuWinner/viewtopic.php?t=697413

English: The Chinese version shall prevail.
Français: La version chinoise prévaut.
Español: La versión en chino prevalece.
В качестве основы использовать китайский текст
중국어 원문을 기준으로 함
日本語: 中国語版を正とします。
المعتمدة هي الصينية النسخة :العربية.
Chinesische Originalfassung maßgeblich.