

陈式太极剑四十八式

Chén Shì Tàijí Jiàn Sì Shí Bā Shì

1. 预备式 /启式/	Yùbèi shì /Qǐ shì/	Kezdő forma /A forma megnyitása/
2. 仙人指路	Xiānrén zhǐ lù	A „Halhatatlan” megmutatja az utat
3. 叶底盘花	Yèdǐ pánhuā	Virág a levél tövében
4. 丹凤朝阳	Dānfēng chāoyáng	A „Cinóber szél” a Nap felé fordul
5. 劈剑探海	Pījiàn tàn hǎi	A hasító kard a tenger fenekén kutat
6. 青龙出水	Qīngóng chūshuǐ	Az Azúr Sárkány kiemelkedik a vízből
7. 左右护膝	Zuǒyòu hùxī	Jobbról és balról védeni a térdet
8. 转身闭门	Zhuǎnshēn bì mén	Megfordulni és bezárni a kaput
9. 青龙出水	Qīngóng chūshuǐ	Az Azúr Sárkány kiemelkedik a vízből
10. 翻身劈剑	Fānshēn pījiàn	Megfordulni és hasítani a karddal
11. 跟步刺剑	Gēnbù cìjiàn	Saroklépés és szúrás a karddal
12. 斜飞式	Xiéfei shì	Ferdén repülő forma
13. 凤凰展翅	Fènghuáng zhǎnchì	A Főnix kiterjeszti a szárnyát
14. 凤凰点头	Fènghuáng diǎntóu	A Főnix biccent /a fejével/
15. 哪吒探海	Nǎzhà tàn hǎi	„Nazhà” a tenger fenekén kutat
16. 白猿献果	Báiyuán xiàn guǒ	A „Fehér Majom” felajánlja a gyümölcsöt
17. 倒卷肱	Dàojuǎn gōng	Visszafelé gördülő alkar
18. 穿林展翅	Chuānlín zhǎnchì	Áthaladni az erdőn kitárt szárnyal
19. 翻身斩蛟	Fānshēn zhǎnjiāo	Megfordulni és levágni
20. 金鸡独立	Jīnjī dúlì	Az „Arany Kakas” egy lábra áll
21. 拔草寻蛇	Bá cǎo xún shé	A fűvet kitépve kígyót keresni
22. 野马跳涧	Yěmǎ tiàojiàn	A vadló átugorja a gátat
23. 白蛇吐信	Bái shé tǔxìn	A fehér kígyó kiölti a nyelvét
24. 二龙戏珠	Èrlóng xì zhū	Két sárkány a gyönggyel játszik
25. 黑熊反背	Hēixióng fǎnbèi	A Fekete Medve hátrafordul
26. 鹰熊斗智	Yīngxióng dòuzhì	A Sólyom és a Medve bölcsen viaskodik

27. 大鹏 展翅	Dàpéng zhǎnchì	A „Nagy Madár” (a legendabeli óriásmadár) kiterjeszti a szárnyát)
28. 灵猫捕 鼠	Língmāo bǔshǔ	A fúrge macska megfogja patkányt
29. 金鸡 抖翎	Jīnjī dǒulíng	Az „Arany Kakas” megrázza a tollait
30. 哪吒 探海	Nǎzhà tànǎi	„Nazhà” a tenger fenekén kutat
31. 苏 秦 背剑	Sū Qín bèijiàn	Sū Qín a hátán viszi a kardját
32. 古树 判根	Gǔshù pàngēn	Az öreg fa gyökerét elvágni
33. 斜 飞 式	Xiéfei shì	Ferdén repülő forma
34. 左右 托 千斤	Zuǒyòu tuō qiān jīn	Balra és jobbra 1000 jīn-t megtartani
35. 左右 剪 腕	Zuǒyòu jiǎn wàn	Balra és jobbra vágni a csuklót
36. 金针 倒 挂	Jīnzhēn dàoguà	Az arany tűt fordítva felakasztani
37. 横 扫 千 军	Héng sǎo qiān jūn	Ferdén elsöpörni ezer sereget
38. 白猿 献果	Báiyuán xiànguǒ	A „Fehér Majom” felajánlja a gyümölcsöt
39. 左右 落花 式	Zuǒyòu luò huā shì	Balra és jobbra lehulló virág forma
40. 弓步 上 刺	Gōngbù shàng cì	„Íj állás” és szúrás felfelé
41. 转身 大 刺	Zhuǎnshēn dà cì	Testfordítás és nagy szúrás
42. 斜 飞 式	Xiéfei shì	Ferdén repülő forma
43. 伏身 探海	Fúshēn tànǎi	Lehajolva a tenger fenekén kutatni
44. 鹞子 翻身	Yàozǐ fānshēn	A Karvaly megfordul
45. 黄龙 出洞	Huánghóng chūdòng	A „Sárga Sárkány” kimegy a barlangból
46. 磨盘 剑	Mòpán jiàn	„Malomkő kard”
47. 指 南 剑	Zhǐ nán jiàn	Délre mutató kard
48. 收式	Shōu shì	Záró forma