

## SEMINARIO CON LUIS MOLESA EL 21 Y 22 DE MARZO

Después de llegar a Huelva, al sitio donde tuvo lugar el seminario, dio tiempo para sacar una fotografía desde un lugar alto en el divisamos la ría que baña a Huelva y como no, una foto para tener de recuerdo.

Aunque me pareció frío y distante Luis Molera, debo reconocer que solo fue la primera impresión ya que demostró no ser así, sino que fue dinámico, cercano y de muy buen humor, es más, tuvo un montón de paciencia con todos, habló y se puso con todos.



Empezamos la clase con un tao de 18 de tai chi chi kung el cual me pareció fácil de hacer y práctico, acto seguido empezamos los 20 primeros movimientos, dentro un mismo movimiento está dividido en tres o más secciones, así podemos ver paso a paso la esencia del tai chi al estar tan desmenuzado, entre medias de movimiento y movimiento nos explicaba cómo hacer y donde darle el toque guay para que sea efectivo dichos movimientos, a mitad de la mañana hicimos un paréntesis, seguimos con la clase y según entramos en materia se nos iba pasando la mañana sin darnos cuenta.

Después de comer continuamos con las clases en la cual terminamos los 20 movimientos y después empezamos a disfrutar con unos ejercicios de enraizamiento unos individuales y otros en parejas y algunos que otros trucos para el tui shou.

Al día siguiente empezamos volviendo hacer tai chi chi kung y de nuevo repasar la forma. Una vez que la volvimos a repasar, tuvo

unos momentos de explicaciones y algunas anécdotas y de vuelta a la forma, esta vez seguimos hasta mas delante de los 20 movimientos para ver la transición de la forma,



después estuvimos haciendo ejercicios de tui shou en parejas y con eso terminamos el seminario que fue bastante satisfactorio y muy bien asimilado ya que las explicaciones que hace son tan bien expuestas que se hace fácil el aprender.



*Juan José Vázquez Fernández alias JJ*

## ***SEMINARIO EN HUELVA... “La choquera” CON LUIS MOLERA***

Había oído hablar del maestro Luís Molera, aparte de lo leído en Internet, (como casi todo el mundo) por comentarios realizados por practicantes de aquí del Sur y de Madrid que llevan mucho más tiempo que yo en esta común práctica que nos apasiona a tantas personas, Luis ya había estado por el Sur o Andalucía Occidental en varias ocasiones, que yo sepa en el Santuario de Regla en Chipiona incluso con el maestro Willian C. C. Chen según me contó mi instructor y amigo Daniel Palacios y las clases fueron magistrales, tanto en la descripción de las formas, como en la energía o “Chi” que desprende este gran maestro alumno directo del mítico Chen Man Ching, y por lo visto el maestro Willian Chen a sus 76 años goza de una agilidad increíble.



Bueno pues de Sevilla pa Huelva, menos mal que vivo en Castilleja de la Cuesta, justo al lado de la A-49, y la verdad que se llega bastante rápido, aparezco por el centro más de media hora antes y hago tiempo tomándome un cafecito, llega Nena con todo el grupo, las presentaciones de rigor y a trabajar. El calentamiento lo realizamos con un Chikung - Tai chi compuesto de 18 ejercicios bastante completo y armonioso, según mi opinión y directamente a la formas.

Yo practico otro estilo de Tai chi, concretamente Xin yi, pero la verdad que el del maestro William C. C. Chen es de lo más completo que he visto, y realizado por el maestro Luís Molera es de una belleza increíble, (ojo que no estoy dando coba..) las cosas como son, también “hice migas” con un chico de Badajoz, el cual tiene una agilidad y una forma física mu buena, Juan José, del cual disfruté de su grata conversación durante esta jornada y media. Llevo un “montón” de seminarios, todos relacionado con este “mundillo”, al año, puedo hacer siete u ocho de estos seminarios... (una pasta Oiga) y la verdad, la gente mas “loca” y también la más entrañable y cariñosa participa en ellos.



Otra cosa que me llamo la atención con respecto al maestro Luís en el Tui Shou fue que siendo de complexión delgada, de hecho me confirmo Nena que es vegetariano, el enraizamiento que tiene. Yo personalmente observaba que incluso sus brazos desprenden fuerza, debe ser tantos años de práctica aunque su aspecto aparentemente sea frágil.



Resumiendo, que todo salió muy bien según mi modesta opinión, lastima una comida de hermandad, ya que el recinto y el día se prestaba a ello, lo único ¡raro! fue que “la Nena” en complicidad con Carmina se fueron con el maestro Luis Molera a ponerse “Puos” de langostinos con total premeditación y alevosía, y servidor, el que suscribe a bocata con latita de atún y pepsi de la maquina a un € por lo demás se trabajo de forma seria y rigurosa...¡jele!

Terminamos con las fotos de rigor o de grupo en el exterior, que la verdad es que éramos pocos, 17 creo recordar, Carmina no se notaba, o sea no sé hacia ver... y muy interesante la charla que nos dio el maestro al final, yo le interpele con unas preguntas referente a la rodilla, y aparte de contestarme a mi entera satisfacción nos dio una charla magistral sobre cada tema puntual sobre el que preguntáramos. Recomendando por tanto a quien su tiempo y “bolsillo” se lo permita acudir a los próximos seminarios que imparta este maestro. Y a “la Nena”, un “10” en lo tocante a la organización del evento e instalaciones y a los compañero/as mi agradecimiento y disculpas por si les resulte demasiado preguntón, no me quiero justificar, pero hace tiempo que aplico el dicho que dice: *Quien pregunta durante cinco minutos, puede parecer indolente todo ese tiempo, pero quien no pregunta nunca y se calla, es necio toda la vida.*

Y ya para terminar deciros que no me pienso perder el próximo seminario de maestro Sun Junqing (el bolsillo creo que me lo permitirá, y la Sra. me dará permiso), además quiero disfrutar de la compañía de tan buena gente... los “Huelvanos”... *y espero que la Nena, esta vez me invite a langostinos.*



**Un Abrazo.-**

**Antonio... Zin Yi del Zur (visto desde Triana)**