

## Poema de las 13 Posturas de la Forma de Sable

- |             |                                       |  |
|-------------|---------------------------------------|--|
| 1. 七星跨虎交刀势  | Qi Xing Kua Hu<br>Jiao Dao Shi        | Siete Estrellas para Montar al Tigre,<br>Esgrimiendo las Formas de Sable.                |
| 2. 腾挪闪展意气扬  | Teng Nuo Shan<br>Zhan Yi Qi Yang      | Brincar y Despejar para Deslumbrar y<br>Golpear con Voluntad y Espíritu Elevado.         |
| 3. 左顾右盼两分张  | Zuo Gu You Pan<br>Liang Kai Zhang     | Mirar a la Izquierda, Contemplar a la<br>Derecha, Ambos Componentes se Separan.          |
| 4. 白鹤亮翅五行掌  | Bai He Liang Chi<br>Wu Xing Zhang     | La Grulla Blanca Extiende sus Alas a la<br>Palma de los Cinco Elementos.                 |
| 5. 风卷荷花叶里藏  | Feng Juan He Hua<br>Ye Li Cang        | La Brisa revuelve la flor de loto para<br>Esconderla en las Hojas.                       |
| 6. 玉女穿梭八方势  | Yu Nv Chuan Suo<br>Ba Fang Shi        | La Doncella de Jade Trabaja en el Telar<br>Mirando las Ocho Direcciones.                 |
| 7. 三星开合自主张  | San Xing Kai He<br>Zi Zhu Zhang       | Las Estrellas Triples se abren, cierran y se<br>Extienden a su voluntad                  |
| 8. 二起脚来打虎势  | Er Qi Jiao Lai Da<br>Hu Shi           | Las Dos Piernas se levantan y vienen a<br>Golpear al Tigre                               |
| 9. 披身斜挂鸳鸯脚  | Pi Shen Xie Kua<br>Yuan Yang Jiao     | Arropar el Cuerpo, colgarse en diagonal, y<br>Patear como Patos Ancianos.                |
| 10. 顺水推舟鞭做篙 | Shun Shui Tui<br>Zhou Bian Zuo<br>Gao | Con la corriente, empujar la canoa, el látigo<br>puede ser una pértiga.                  |
| 11. 下势三合自由招 | Xia Shi San He Zi<br>You Zhao         | Con la Postura Baja, Combinada Tres Veces,<br>la libertad llama a enlistarse.            |
| 12. 左右分水龙门跳 | Zuo You Fen Shui<br>Long Men Tiao     | Dividir la corriente a la izquierda y a la<br>derecha para coronar la puerta del Dragón. |
| 13. 卞和携石凤还巢 | Bian He Xie Shi<br>Feng Huan Chao     | El Anciano Bian-He recupera su piedra y el<br>Fénix regresa al nido.                     |