

LE TAO
de la transmission

GRAINES

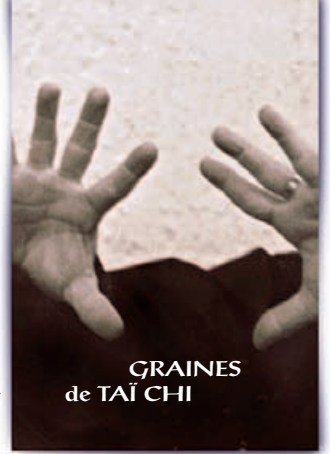
de TAÏ CHI



**Une connaissance
traditionnelle orientale,
une mémoire qui se
perpétue, un art de vie
qui se transmet au sein
d'une famille française.**

Après avoir quitté Paris tôt dans la matinée, les neurones un peu fatigués, j'avais rejoint la ville de Grenoble où m'accueillirent Michèle Roldes et ses enfants. En 66, intéressés par la macrobiotique, Michèle et son mari Jean-Claude, kinésithérapeute de métier, se tournent vers le Japon. Ils y rencontrent de grands maîtres comme Taisen Deshimaru (pour le Zen) ou Morihei Ueshiba (pour l'Aïkido). En 68, une amie kinésithérapeute et astrologue, Mme Nicolas, affirme à Michèle que son destin est de pratiquer et d'en- ▶

par Delphine L'HUILLIER



GRAINES
de TAI CHI

Les Maîtres

NGT : Quel a été votre apprentissage avec Mary Chu ?

MR : Peut-être dû à sa paralysie, sa pratique mettait en correspondance les mouvements avec le fonctionnement des organes. Chaque fois, elle me montrait que tel mouvement faisait travailler le foie, tel autre les reins, etc. Comme il existait un problème de langage, elle me mimait. Par exemple, pour les nuages, elle prenait une éponge, la trempait dans l'eau et elle me montrait que les nuages agissaient sur les reins.

NGT : Que retenir-vous de l'enseignement de Tung Fu Ling ?

MR : Nous pratiquions au rez-de-chaussée d'un temple bouddhiste. Je n'ai jamais entendu le son de sa voix. Toujours vêtu de blanc, il avait une présence, un charisme...



seigner le Tai Chi. Elle part en 70 à Los Angeles étudier auprès de Mary Chu qui se dit initiée par Maître Tung Ying Kit. Après qu'il l'ait guérie d'une paralysie, Mary Chu reste en Chine pour apprendre la forme de Tai Chi du Maître pendant douze années. Puis son maître lui conseille de partir diffuser son enseignement. Michèle pourra en bénéficier.

*Michèle ROLDES
en compagnie du
Maître DESHIMARU
au tout début de son
oeuvre de diffusion
du bouddhisme ZEN
en Europe*

Dans la foulée, Michèle part en stage avec son mari et deux autres amis à Hawaï pour recevoir l'enseignement de Tung Fu Ling, le fils de Maître Tung Ying Kit. Elle poursuivra son apprentissage à Los Angeles auprès de son fils Maître Tung Kai Ying que Michèle fera venir pour la première fois en France en 1983. Trois générations de Maîtres, dont une "par procuration", se seront succédé.

Entre-temps, quatre enfants sont nés, nourris "au biberon" par la pratique du Tai Chi. Depuis plus de 30 ans, Michèle Roldes consacre sa vie à la pratique, l'enseignement et la diffusion du Tai Chi en France. Elle crée en 1988 le Comité National de Tai Chi Chuan grâce à l'ouverture de la Fédération de la Danse, suite à son spectacle sur l'art du mouvement et une chorégraphie inspirée par la pratique du TCC.

*Mary Chu, après
avoir été guérie
d'une paralysie par
Tung Ying Kit,
resta en Chine et
se passionna pour
l'art de guérison que
peut représenter
le Tai Chi Chuan.*





... Vous le deviniez dans la salle avant de le voir. Avec lui, c'était du mimétisme. Pendant une posture, il venait près de vous, ne disait pas un mot, et vous corrigait. Il paraissait sévère. On n'a jamais rien su de lui, on ne faisait qu'apprendre. Il m'a laissé une impression mystérieuse et un sentiment de profond respect. Son Taï Chi très aéré m'a beaucoup marqué.

NGT : *Et quelles différences avez-vous remarqué entre les pratiques de Mary Chu et de Tung Fu Ling ?*

MR : Le Taï Chi de Mary Chu était thérapeutique, basé sur l'écoute et la pratique. Elle était chaleureuse et souriante. Avec Tung Fu Ling, grâce à la visualisation, on était obligé de passer de la forme au fond. Il fallait observer au maximum sinon on ne savait rien. Comme Obélix, nous étions trempés dans une potion magique. Les cours de groupe duraient deux ou trois heures sans interruption. On commençait par effectuer les trois parties (81 mouvements en 45 mns), et puis on refaisait 15, 20 fois le même mouvement.

NGT : *Comment s'est déroulée la rencontre avec Maître Tung Kai Ying ?*

MR : Pendant l'hiver 71, Maître Tung Fu Ling était accompagné par un jeune chinois, son fils, qu'il est parti aider à s'installer à Los Angeles. En 73, j'étais à Los Angeles et par une succession de hasards, nous sommes tombés sur l'adresse d'un certain Tung Kai Ying qui enseignait le Taï Chi ...



Maître Tung Fu Ling

Et c'était le fils de Maître Tung Fu Ling. Quel accueil ! Je reverrai toujours ce geste ... Au fond d'une grande salle, il marchait, il a levé la tête et il m'a ouvert les bras. Je me suis sentie pleine de douceur et d'amour et me suis dit, il va m'enseigner le Taï Chi, et avec lui, le feeling (l'énergie), ne pourra que passer. Je me suis donc retrouvée à pratiquer le Taï Chi pendant 8 heures par jour, d'un côté avec Mary Chu, et de l'autre avec Maître Tung Kai Ying.

NGT : *C'était une nouvelle forme de transmission ?*

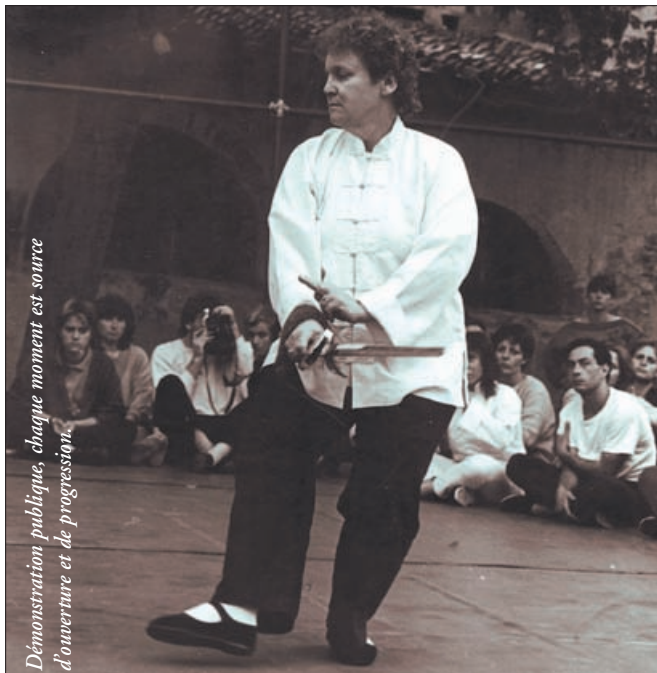
MR : Il m'a demandé de montrer ce que je savais faire avec le sabre. Après deux mouvements, trou de mémoire ... Il m'a dit : "Je vais vous apprendre le sabre et vous ne l'oublierez plus jamais de votre vie". Il me l'a, selon l'expression consacrée, fixé. Vous restiez dans une posture, il vous laissait, vous attendiez, et quand vous étiez bien fatigué, il passait et il vous montrait les correspondances, l'alignement ... Il m'a fixé l'épée et le sabre de cette manière. Il m'a tout donné. Il était disponible pour m'enseigner et il a pris le temps. J'ai suivi des cours de groupe et des cours privés. En cours privé, tu pratiques un mouvement par jour et tu dois le répéter 50 à 100 fois.

NGT : *Et vous vous êtes mise à enseigner.*

MR : Bien plus tard. Je pratiquais beaucoup seule, souvent poussée par mon mari et je me recyclais régulièrement.

L'intensité de suivre la voix du Maître Tung Kai Ying se lit sur le visage de Michèle.





Démonstration publique, chaque moment est source d'ouverture et de progression.



Le Tāi Chi de la transformation : une leçon de vie

NGT : *Qu'est-ce-que la pratique du Tāi Chi a transformé en vous ?*

MR : Il m'a permis de parler. J'étais assez silencieuse. J'observais mais je ne m'exprimais pas. Je souffrais, je gardais tout pour moi. A l'âge de 9 ans, j'ai été séparée de ma famille, je me suis alors sentie abandonnée, et depuis, je ne pleurais plus. Le Tāi Chi a permis de déclencher ces colères enfouies au fond de moi, de libérer certaines émotions. Je ne connaissais pas la tendresse et le Tāi Chi m'a apporté cette tendresse. Dans un mouvement, il y a un tel amour que l'on peut donner : respecter l'autre, ne pas rentrer dans sa sphère mais le conduire à quelque chose, en douceur, et en le touchant le moins possible. C'est cette forme de délicatesse dans le contact avec l'autre que j'ai découverte. Et puis aussi que l'on est tout et que l'on n'est rien. On est tout bonnement un être humain et l'accepter, c'est le plus grand cadeau que l'on puisse se faire.

NGT : *L'authenticité passe par la répétition ?*

MR : Par le mimétisme et par l'application. Par le Tāi Chi j'ai découvert des principes que l'on ne m'a pas enseignés mais dont je suis convaincue ; que tout est vague, cercle, parabole. Et on retrouve cette vie dans tout, la façon dont pousse une plante, la façon dont s'ouvre une fleur, la façon dont un animal court. Vous marchez sur un chemin, et tout à coup vous voyez une pierre qui roule et vous la regardez. Elle a une façon spéciale de rouler, même

Le jeune Maître Tung Kai Ying dirigeant un stage en France à l'initiative de Michèle.

si vous l'avez heurtée. Vous découvrez tout, une petite fleur cachée, une herbe qui pousse sur un roc.

NGT : *Le Tāi Chi crée une écoute.*

MR : Une écoute de soi, une écoute de l'autre, de l'environnement. On est tout, on n'est rien, mais on fait partie d'un tout. L'individu oublie parfois qu'il est fait de gestes, de mouvance. On est en perpétuelle transformation. C'est le mouvement de la vie. On est envahi par les clichés, or tu ne transformeras pas un chêne pour en faire un roseau. On n'accepte pas chez un être humain ce que l'on accepte dans la nature. Tout est beau.

NGT : *Le Tāi Chi c'est aussi la liberté ?*

MR : Une liberté limitée parce qu'il y a une chorégraphie parfaitement orchestrée. Tu démarres au nord, tu te tournes à l'est, tu reviens au nord, tu passes à l'ouest. Les mouvements sont codifiés.

NGT : *L'éducation de l'enfant est elle-aussi codifiée ?*

MR : Oui et non. Tu lui montres et il le fait. Il ne faut pas vouloir la perfection tout de suite, il faut qu'il s'épanouisse. ▶

Certainement le premier spectacle culturel en France s'inspirant de la gestuelle chorégraphique du Tāi Chi Chuan





Le Taï Chi de la transmission

NGT : Quand la transmission à vos enfants a-t-elle commencé ?

MR : Pendant la gestation peut-être. Avec Taï Lee par exemple, on a la même attirance pour les amérindiens. En 70, nous sommes allés voir les Hopis et j'étais enceinte de Taï Lee. Un chef indien appela sa fille : "Chuenka !". Plusieurs années après, Taï Lee baptisa spontanément une poupée que je lui avais offerte : "Chuenka". J'avais totalement oublié ce nom. Autre exemple, j'étais enceinte de Zenko quand je suis allée au Japon et bien plus tard il me fit la description précise d'un Bouddha. Et il me répétait sans cesse qu'il était sûr être d'allé au Japon, intriguée j'ai finalement retrouvé sur des photos le Bouddha que j'avais visité quand j'étais enceinte de Zenko et alors, je me suis souvenue de tout. Le foetus arrive à tout ressentir, tant la beauté des choses que les colères, les tensions, et il vivra avec ces impressions parce qu'elles vont imprégner ses cellules. Il est là, il voit, il entend, il sent. Il se développe en toi, tu le couves, mais il reste un être à part entière. C'est peut-être lui qui t'emmène découvrir le monde. Pourquoi suis-je partie à la rencontre de Mme Nicolas enceinte de



Zenko, du Taï Chi Chuan aux virtuosités du nunchaku popularisé par Bruce LEE il n'y avait qu'un pas...

forcés à apprendre le Taï Chi. Ils étaient libres de faire ce qu'ils voulaient. C'était un jeu. Enceinte de Taï Lee, Laurence à 2 ans et demi se fourrait entre mes jambes pour faire le même mouvement et Yannick à 6 ans dans son coin me regardait. En fait, je ne leur ai pas appris le Taï Chi, ils l'ont fait. Ils ont regardé, ils ont apprécié, ils ont déprécié, ils ont pratiqué, ils se sont arrêtés, ils ont recommencé. S'ils avaient envie de le faire, j'étais prête à le faire avec eux.

NGT : Et les quatre s'y sont mis ?

MR : Les 4 oui, mais ils ont tous pratiqué d'autres arts martiaux : Zenko le judo, Laurence la boxe française, Taï Lee le kung Fu, Yannick le taï kwaen do et l'aïkido.

NGT : Chacun avec son propre style ?

MR : Yannick me rappelle le travail de Tung Kaï Ying, Zenko Tung Fu Ling, Laurence, Tung Fu Ling et Tung Kaï Ying, et Taï Lee a un mélange de Tung Fu Ling et de Mary Chu.

NGT : Vous l'expliquez comment ?

MR : Par leur naissance. Yannick a la rigueur du mouvement, il n'en fait ni trop ni pas assez. Il avait 3 ans quand j'ai commencé le Taï Chi et il l'a ►



La lignée féminine de la famille Roldes autour de Maître Tung

Laurence ? Pourquoi suis-je allée à Hawaï quand j'étais enceinte de Taï Lee ou au Japon enceinte de Zenko ? Peut-être qu'ils voulaient m'emmener voir leurs racines ?

NGT : Et l'apprentissage concrètement, il s'est fait comment ?

MR : Je n'ai pas beaucoup parlé avec eux. Ils m'ont écoutée pendant les cours quand ils m'accompagnaient. Ils m'ont vu fonctionner au quotidien, avec mes élèves, mes amis, avec les gens qui m'ont fait souffrir, avec mon travail. Et je ne les ai jamais



Michèle en grande concentration lors d'une démonstration



reçu comme un apport extérieur. Il en va de même pour Zenko. Quant à mes deux autres enfants, je pratiquais déjà quand j'étais enceinte. Laurence a le mouvement très fluide de Tung Fu Ling. Et Taï Lee, elle a fait son premier stage avec Tung Kaï Ying à l'âge de 12 ans. Elle a sa fluidité, son placement, et cette espèce d'harmonisation féminine de Mary Chu. Ils sont liés à mon expérience du moment. Mais ils sont tous eux-mêmes.

NGT : Et la transmission aux élèves est-elle différente ?

MR : Parfois je leur apprend quelque chose et ça ne passe pas. Je demande à un ancien de le faire à ma place. Et là, ça passe par personne interposée. A ce moment-là, il faut être suffisamment humble. Je cherche à favoriser l'apprentissage avant tout. La transmission est plus forte. Les élèves donnent énormément en travaillant et en progressant. Il faut les laisser libres.

NGT : Diffuser l'enseignement, c'est important ?

MR : Je transmets tout mon amour dans mon travail. Je me déplace beaucoup. Il faut laisser l'élève chercher avec son propre vécu. Je donne les mouvements mais quant au fond, il faut qu'il travaille sa forme pour le découvrir. Le but est de rendre la personne autonome. Il faut transmettre parce qu'on n'a pas beaucoup le temps. La vie nous est prêtée, et tu dois faire profiter de ce que tu as fait.

Taï Chi Family : une mère avec ses enfants

NGT : Vous vous souvenez de vos premiers mouvements de Taï Chi ?

Taï Lee : J'ai beaucoup regardé. Quand j'ai commencé à pratiquer, j'ai eu l'impression de faire un pas en avant. Les mouvements sont venus spontanément. Je me suis sentie tout de suite bien



Yannick, lors d'une des innombrables leçons où se mêlent l'enseignement du Maître et l'intimité du fils avec sa mère...

Les cours particuliers, moments de grande remise en question pour l'élève, mais aussi source de profondeur pour la propre progression de l'élève.



dedans. Notre mère nous a tout offert. Je n'ai eu qu'à regarder et à assimiler.

NGT : Vous avez senti des facilités ?

MR : Le Taï Chi, c'est une culture, comme une langue étrangère, mais c'est un mouvement, un geste.

Laurence : On a appris le Taï Chi comme on va se laver les mains, comme on prend des habitudes quotidiennes. Ça fait gagner du temps. Maman m'a appris à lire aussi.

Pour moi, c'est la même chose. Elle avait une connaissance qu'elle m'a enseignée et qu'elle m'a expliquée. L'avantage que l'on a eu je crois par rapport à d'autres personnes qui commencent à l'âge adulte est que l'enfant n'a pas de blocages, pas d'à priori. Il prend ce qui vient, et il laisse faire. C'est beaucoup de ressenti. L'enfant prend modèle pour tout. Il copie.

MR : Et il faut lui laisser le temps. Aujourd'hui, je suis fascinée quand je les regarde travailler. Ils découvrent des choses que j'ai mis des années à comprendre. Tu leur montres un mouvement 3 fois et c'est acquis. Je pense qu'il peuvent vivre le Taï Chi plus profondément, plus intensément que moi.

J'ai vécu la découverte, la recherche. Ils ont ma recherche et la leur. C'est un plus. Et c'est la même chose pour mes petits enfants.

NGT : Ce que vous avez retenu de la transmission de votre maman ?

TL : J'ai encore tout à retenir. Ma mère en Taï Chi a le fond et la forme. Elle a la direction, les couleurs, le vent, la circulation d'énergie, le travail suivant le physique des gens. Pour moi, elle a tout compris. On apprend tous les jours.

MR : Le Taï Chi, c'est l'école de la vie, de la patience et de la persévérance. On ne comprend pas toujours et puis un jour, le dé clic. On n'était pas dans son mouvement, on était ailleurs. Et on a le droit d'être ailleurs, on a le droit de se tromper, de ne pas être parfait.



GRAINES
de TAÏ CHI

NGT : Et vous pensez transmettre à votre tour ? Vous avez l'impression d'avoir reçu un patrimoine familial ?

L : Quand on aime, on partage.

Yannick : C'est une lignée qui continue. Mais pour enseigner, il faut être bon. Pour mon fils, c'est mamie qui lui enseigne et moi je le corrige. Il a son sabre, et il en prend soin.

MR : Cela fait partie de la mémoire cellulaire. Il y aurait peut-être quelque chose en vous qui mourrait si vous ne le transmettiez pas. C'est comme si tu donnais à manger à quelqu'un qui a faim. Un proverbe chinois dit : "C'est très bien de donner à manger un poisson à quelqu'un qui a faim, c'est encore mieux de lui apprendre à pêcher". Et moi je pense que c'est très bien de montrer le Taï Chi à son enfant mais c'est encore mieux de lui apprendre à en faire et à l'enseigner.

Un Taï Chi humaniste

NGT : Vous pensez que l'enseignement du Taï Chi est un enseignement humaniste ?

MR : Oui. Quand on enseigne un mouvement, on respecte la personne, son identité, avec amour, et ça peut transformer l'humanité. A partir du moment où j'ai appris, je ne peux pas rester ignorante. S'il y a une cause à défendre, je me sens concernée.

NGT : La Pratique a-t-elle créé des différences ?

TL : Il faut parfois faire comprendre que tu pratiques le Taï Chi mais que tu es un être humain. Tu as ton caractère. Et je ne suis pas une sainte.

NGT : Comment vous pourriez définir le Taï Chi ?



Taï Lee à gauche et sa soeur Laurence à droite

YANNICK,
34 ans, et son fils
Jimmy âgé de
8 ans.

ZENKO,
32 ans, et son fils
Alex, âgé de
3 ans.

LAURENCE,
31 ans

TAÏ LEE,
29 ans.



TL : En un mot : totalité.

MR : C'est vraiment un art. C'est une forme de création, la création de soi-même. On a mis une graine, cette graine produit des fruits. Il y a cette parabole de Lao Tseu : "Si tu plantes un arbre, est-ce que tu espères qu'il donnera des fruits ? Si tu ne plantes rien, qu'espères-tu ?". Si tu fais le Taï Chi, tu espères que naisse quelque chose de nouveau, une transformation, une acceptation. J'ai souvent tendance à transposer les choses comme ça. C'est une nourriture qui me convient. Tout est Taï Chi. C'est le fait de prendre conscience de son mouvement, quel qu'il soit.

NGT : Comment vous regardez la pratique du Taï Chi en occident ?

MR : Nous sommes des archives vivantes. L'occident à l'heure actuelle a la capacité de garder ces archives. Et un jour l'Orient viendra rechercher ces archives. C'est un cercle qui tourne tout le temps, comme la terre tourne.

Michèle concluait notre entretien. Je regrettais de n'avoir pu rencontrer Zenko, mais son travail l'avait retenu en-dehors de Grenoble. Il était un peu moins de sept heures du soir et il me fallait reprendre le train, les neurones toujours engourdis mais l'esprit plus éveillé et le coeur joyeux.

D.L.

Jimmy en posture, comme quoi les principes du "Taï Chi" peuvent être intégrés dès notre plus jeune âge.



Les 1ers stages de Maître Tung Kai Ying en France de 1983 à 1991.



Le plus petit pratiquant de la famille, Alex

Prochains stages les 1er et 2 mai à Grenoble, les 8 et 9 mai à Seyne-les Alpes, et du 3 au 7 juillet à Chambéry.

Pour tous renseignements, contacter Michèle Roldes au : 04 76 33 03 67

BP 2342 /

38033 Grenoble Cedex 2