



Le Tai Ji Quan en Héritage

Yang Jun, de la lignée Yang

Descendant de la prestigieuse lignée Yang, petit-fils de Yang Zhenduo et arrière-petit-fils de Yang Chengfu, Yang Jun a émigré aux Etats-Unis. Il nous raconte⁽¹⁾ les conditions de la transmission de son héritage familial.

propos recueillis par Manikoth Vongmany,
interprète pour l'américain : Hélène Lefort

Gtao : Dans quelles conditions avez-vous commencé la pratique du tai ji quan ?

Yang Jun : Je suis né en 1968. En raison d'un contexte lié à la Révolution Culturelle, mes parents ont dû partir travailler dans une autre ville. J'ai alors été élevé par mes grands-parents dès l'âge de trois mois. C'est avec mon grand-père, Yang Zhenduo, que j'ai ainsi commencé le tai ji quan (TJQ) à l'âge de six ans.

Est-ce spécial d'apprendre avec son grand-père ?

C'est une tradition pour notre famille de pratiquer le TJQ. C'est un art qui se transmet traditionnellement de père en fils, or les deux fils (mes oncles) de mon grand-père n'ont pas

vraiment eu la chance de le pratiquer : ils ont débuté jeunes et se sont arrêtés à cause du contexte social de l'époque... Ils ont recommencé, mais sont maintenant âgés. Mes parents pratiquent aussi mais ont débuté plus tard que moi. L'objectif de mon grand-père était de perpétuer l'enseignement familial du TJQ même en sautant une génération. Et comme je me retrouvais être le seul des trois garçons à vivre avec mes grands-parents, j'ai donc bénéficié d'un enseignement privilégié.

Comment vous enseignait votre grand-père qui est un éminent maître ?

A cette époque, mon grand-père m'enseignait d'une façon assez dure, qui n'est plus d'actualité. Il devait

utiliser une grande force de persuasion pour me pousser à pratiquer. Etant enfant, je n'avais pas encore conscience de la valeur du TJQ. Parfois, utiliser un peu de force est bénéfique pour transmettre quelque chose de valable... J'ai appris généralement seul avec mon grand-père, et il m'est également arrivé de m'entraîner avec ses élèves.

Avez-vous pratiqué d'autres techniques et sports ?

A l'école et à l'université, j'ai fait du basket, du football, une formation d'éducation physique et sportive. Mais aujourd'hui, je pratique uniquement le TJQ. Tous les jours, je fais la forme Yang traditionnelle complète.

Yang Jun à droite de la photo,
et son grand-père Yang Zhenduo :
deux générations les séparent,
quatre paumes les relient.



Selon vous, le TJQ est-il un art martial, un sport, une philosophie ou une technique de santé ?

Le TJQ est à l'origine un art martial, mais a intégré au fil de son évolution d'autres dimensions. La plupart des gens recherchent les bienfaits de la pratique pour leur santé. Le TJQ est aussi lié à la philosophie du *Yi Jing (Le Livre du Changement)* qui traite des principes d'équilibre global du yin-yang. Nous puisons ainsi dans la philosophie énergétique du yin-yang pour mieux maîtriser notre équilibre interne. C'est aussi une sorte de méditation, voire une pratique conviviale pour se faire des amis. On ne peut plus dire aujourd'hui que le TJQ soit uniquement un art martial, il présente en fait toute cette multiplicité, cette richesse de sens.

On dit parfois que les enseignants occidentaux sont plus loquaces

et plus doux que les enseignants chinois, car les élèves occidentaux ont besoin davantage d'explications verbales, tandis que les élèves chinois supportent mieux tacitement la répétition des exercices. Qu'en pensez-vous ?

Cela ne dépend pas uniquement des cultures, ni des époques, mais aussi de la personnalité des enseignants. Dans ma propre famille, certains ont été des enseignants durs, d'autres plus doux envers les étudiants. Les enseignants les plus durs ont peu d'élèves⁽²⁾ tandis que les plus doux

attirent davantage de gens. Ainsi mon arrière-grand-père, Yang Chengfu, avait un caractère très doux et patient; il a eu beaucoup d'élèves. Si le TJQ Yang est devenu aussi populaire, c'est en grande partie grâce à lui puisqu'il a enseigné à de nombreux élèves qui ont ensuite répandu le TJQ style Yang à leur tour dans le monde entier. Personnellement, à chaque fois que je donne un cours, je pense que nous avons tellement peu de temps à passer ensemble, qu'il faut que ce moment soit agréable pour tous. Je m'efforce donc d'être patient avec mes élèves car je souhaite qu'ils profitent au mieux des bienfaits du TJQ. Il est vrai qu'avec des élèves chinois j'ai moins besoin de parler, car le TJQ fait partie de leur «back-ground» culturel, alors qu'avec des Occidentaux, je m'efforce d'expliquer davantage, du fait justement de ces différences interculturelles.

Comment percevez-vous l'héritage familial de toute cette lignée de maîtres prestigieux ?

C'est au fil du temps que le TJQ est devenu plus accessible au grand public. Les anciennes générations ont travaillé tellement dur que je ressens profondément le devoir de promouvoir le TJQ afin que de nombreuses personnes puissent y goûter. J'ai deux types d'engagement : l'un envers mes ancêtres pour perpétuer l'enseignement,

Yang Jun, dans une posture classique du style Yang appelée : «Frapper le tigre», que l'on retrouve dans tous les autres styles avec des variations.



photos: Jean-Marc LeFebvre

La Voie du Mouvement

Yang Jun à son tour se doit de transmettre la tradition. Il est symbolique en Chine de signifier la transmission du taiji par le contact en tuishou, où l'énergie du maître passe directement à l'élève par les mains. Ci-contre avec Duc Nguyen.



photos: Jean-Marc Lefèvre

et l'autre vis-à-vis des gens pour améliorer leur santé, parce qu'ils ont besoin de quelque chose pour se détendre. C'est mon devoir, et j'en suis très heureux.

Avez-vous le projet de créer une autre forme ?

La forme Yang de TJQ que l'on m'a transmise et que je transmets est déjà suffisante en soi, mais c'est la façon de l'enseigner qui doit évoluer.

Vos enfants pratiquent-ils le TJQ ?

Oui, ma fille de 11 ans a déjà fait des démonstrations dès l'âge de 7 ans. Elle est très bien. J'évite de lui mettre de la pression, elle apprend en s'amusant, elle me suit, c'est tout. C'est comme cela qu'elle apprend. Comme mon grand-père est récemment venu nous rendre visite aux USA, il lui a mis un peu de pression et donné à travailler dur (sourire), ce qui lui a néanmoins permis de s'améliorer !



La famille de Yang Jun au grand complet.

Est-ce possible que la tradition se transmette par votre fille ?

Oui, nous avons l'esprit plus ouvert aujourd'hui. J'ai deux enfants dont un fils de 8 mois. Ils peuvent transmettre cette connaissance traditionnelle tous les deux.

C'était un problème de ne pas avoir un garçon comme héritier, mais plus maintenant.

Si votre fille devient «l'héritière», serait-elle la première femme dans la famille Yang à enseigner le TJQ ?

Non, car j'ai un grand-oncle dont les trois filles ont enseigné le TJQ. Si mon fils ne veut pas, ce sera donc ma fille l'héritière. Avant, c'était un problème de ne pas avoir un garçon comme héritier, mais plus maintenant. D'ailleurs, on retrouve dans le style Sun de TJQ la fille du fondateur, Sun Jian Yun, comme représentante. Après elle, on retrouve le fils de son frère, le neveu. On garde en quelque sorte le nom de la famille⁽³⁾.

On connaît l'importance de la «face» dans la mentalité chinoise. Votre grand-père avait-il peur de «perdre la face», de ne pas pouvoir transmettre son savoir à sa descendance par exemple, pour vous avoir autant «poussé» ?

Selon moi, ce n'était pas pour une question de «face». Il voulait plutôt me transmettre la tradition pour nos ancêtres et pensait surtout que le TJQ était bon pour l'humanité et de ce fait pour moi. Il ne pensait pas à lui mais vraiment à moi, il m'a aidé à trouver ma voie.

Malgré toute cette contrainte dans votre apprentissage, est-ce finalement votre désir d'enseigner le TJQ familial ?

C'était à la fois dur et un choix d'apprendre avec mon grand-père. C'est aussi mon choix d'enseigner. Je remercie mon grand-père de m'avoir appris le TJQ. J'enseigne depuis 1987, et je ne cesse de rencontrer tant de gens qui aiment le TJQ. C'est une belle récompense. —

⁽¹⁾ Nous avons interviewé Yang Jun en américain en présence de ses élèves du Centre Yang Chengfu de Paris, Carole & Duc Nguyen.

⁽²⁾ Yang Jun semble faire référence au frère aîné de Yang Chengfu, Yang Shaohou, réputé pour son tempérament belliqueux et dur.

⁽³⁾ Dans la tradition chinoise, une femme, même mariée, garde le nom de son père.