

# Taiji,

## Faire du Taiji ou pratiquer la Voie ?

Est-ce du fait de la diversité culturelle chinoise et de sa complexité qu'il soit parfois si difficile pour un Occidental de s'y retrouver lorsqu'il s'agit de taiji ? Pour éclaircir le sens de la pratique, et ses différents courants, il est parfois nécessaire de trouver les mots simples pour en parler.

par Georges Charles



**A**u début des années 70, lorsqu'on voulait pratiquer le Taijiquan en France, il y avait trois solutions. Soit se contenter de ce que l'on trouvait sur place, et les très rares cours étaient alors destinés aux initiés d'un milieu très restreint et très fermé, soit se tourner vers les USA où la discipline était très en vogue dans le mouvement hippie et chez les anciens du Vietnam, soit se rendre en Chine, et plus particulièrement à Taiwan et à Hong-Kong où les maîtres les plus réputés avaient trouvé refuge.

### Quand le taijiquan arrive en France...

Après avoir successivement épuisé les trois hypothèses: en soudoyant fortement un professeur sino-vietnamien pourtant réputé pour ne l'enseigner qu'aux anciens de son école, en séjournant sur le campus de l'Université de Philadelphie puis à San Francisco, et en effectuant plusieurs voyages aux sources, il me fut alors possible de transmettre,

à mon tour, un enseignement enthousiaste auprès de quelques passionnés. La majorité d'entre eux était alors des enseignants d'arts martiaux japonais ayant déjà, pour la plupart, une longue expérience et souvent des responsabilités fédérales. Cet enseignement s'effectuait alors parallèlement à de la «gymnastique taoïste» qui ne se nommait pas encore «Qigong». Ces deux pratiques trouvèrent ainsi un écho très favorable dans ce milieu particulier qui ne tarda pas à se les accaparer avant même que le «Kung-fu», alors nommé «Boxe chinoise», ne fasse son apparition officielle sur le marché sportif. Cela permit, ensuite, de faire venir les premiers enseignants chinois en France. Cela n'empêchait pas, d'ailleurs, la présence de quelques enseignants asiatiques qui enseignaient discrètement au sein de leurs communautés et à quelques occidentaux. Au milieu des années 80, il était alors déjà possible de pratiquer divers styles, méthodes et écoles de Taijiquan et d'établir des contacts sérieux avec des écoles chinoises du continent ou de la diaspora

qui se firent rapidement représenter par quelques experts qualifiés.

### Trois courants, trois manières de pratiquer

Trois conceptions fort différentes de la pratique se développèrent. La première, issue généralement de la diaspora, représentait un courant martial avec poussées de mains, techniques d'applications en combat et pratique d'armes. La seconde, issue du continent, se voulait exclusivement axée sur un travail sportif, postural et chorégraphique. La troisième, au demeurant plus occidentale, se tournait vers un aspect mystique lié au courant taoïste. Et entre les trois, toute une multitude de variations.

### Qu'entend-on par taijiquan ?

Les divers systèmes de transcription des caractères chinois donnèrent parallèlement lieu à de multiples appellations plus ou moins fantaisistes, mais qui étaient censées différencier ces courants. Mais qu'il s'agisse de T'ai-ki k'iuan, de Tai tchi tchuan, de Tai chi chuan, de Taidji

kuen, ou de Taijiquan, il s'agit bien, à chaque fois, des mêmes caractères chinois que l'on peut traduire par «Poing du grand faite: *Taiji*, dit le *Dictionnaire Impérial de Kang Hi*, est l'extrême poutre de l'épine dorsale d'une maison. Le caractère *Taiji* n'a jamais eu d'autre signification dans l'antiquité que le faite d'un toit, et plus précisément encore la jonction entre la poutre du faite et la toiture. Cette poutre perpendiculaire est nommée *Liang*. L'extrémité supérieure de cette poutre se nomme *Taiji* ou Grand faite. Les gens d'à présent nomment ainsi tout ce qui est haut et extrême. Le faite extrême engendre les deux principes des ténèbres et de la lumière; car tous les commentaires du *Yijing* s'accordent pour dire que les caractères *Liang Yi* signifient les principes *yin yang* (G. Schegel). Cela implique simplement que le *Taiji*, comme la poutre et le toit, se compose d'un *yin* et d'un *yang*. La poutre soutient le toit, mais le toit protège la poutre. *Taiji* est donc un terme classique utilisé en architecture, en énergétique, en philosophie et, aussi, dans les Arts du poing.

### L'incroyable diversité !

A l'origine, le Taijiquan serait né de la rencontre des pratiques énergétiques taoïstes proches du Daoyin (écrit aussi Tao Yin), incluant des formes d'éveil et de méditation, avec des pratiques de combat issues du Mont Wudang. Par la suite, vers le milieu du 17<sup>e</sup> siècle, le Taijiquan se serait transmis héréditairement au sein de la Famille ou du Clan Chen du village de Chen Jiagou. La transmission s'est ensuite diversifiée à partir de Yang Luchan (1799-1872), un disciple de Chen Chanxing (1771-1853), qui aurait eu l'autorisation de fonder sa propre école qui, elle-même, éclatera par la suite en plusieurs styles et en de nombreuses tendances. Au début du 20<sup>e</sup> siècle, les Clans Chen, Yang, Sun, Guo, Wu, Li proposeront chacun leur propre vision dans des formes longues, moyennes et courtes auxquelles viendront s'ajouter des formes sportives simplifiées et de multiples synthèses. En un mot comme en cent, la diversité chinoise dans toute sa splendeur et sa complexité ! Il est généralement admis que le Taiji-

quan du Clan Chen est donc le plus ancien, et celui qui aurait conservé de nombreuses applications liées aux pratiques de combat. Le Taijiquan du Clan Yang, à l'instar du Shotokan en Karaté, demeure malgré tout le plus connu et le plus répandu en Chine et en dehors de Chine. Les autres styles, si on excepte le Taijiquan du Clan Sun, fondé par Sun Lutang (1861-1932), bien développé dans

**Si le Tao engendre l'Unité, celle-ci, par le Taiji, se transforme en dix mille choses.**

la diaspora asiatique et américaine, demeurent plus confidentiels. Au sein de chacun de ces styles se sont peu à peu développées de multiples tendances : formes anciennes, orthodoxes, originelles, secrètes, traditionnelles ou, au contraire, modernes, simplifiées, officielles, nationales. Elles se définissent même, parfois, par le nombre de mouvements inclus dans la forme enseignée: 36, 72, 108, 360 mouvements, et se différencient également par le nombre des enchaînements étudiés, la Forme fondamentale (Bai shi), le Grand déplacement (Da lu), les Treize postures (Shi san she) ainsi que les poussées de mains (Touei shou), les applications (San shou), les formes d'armes (épée, sabre, bâton, éventail) et, dans certains cas, les compétitions. Toujours cette extraordinaire diversité à la chinoise encore quelque peu accentuée ici par l'individualisme à l'occidentale.

### Comment faire son choix ?

Il est donc parfois difficile de faire un choix, surtout lorsque les motivations personnelles ne sont pas strictement définies. Bien souvent on a simplement envie de «faire du Taiji», puisque c'est à la mode, comme d'autres, en touristes, font la Thaïlande ou les Pyramides ! Ou au contraire de s'immerger totalement dans une voie mystique permettant à la fois l'éveil et la libération du Karma ! Ou d'envisager, après un certain âge, de continuer ou de parfaire une pratique martiale sans pour autant dépenser une fortune chez son ostéopathe. Ou de renforcer, par une pratique personnelle, le travail de son acupuncteur. Tout cela est possible grâce au Taijiquan, car si le Tao engendre l'Unité celle-ci, par le biais du Taiji, se transforme en dix mille choses (Laozi). Sachant cela, il convient simplement, soit de rechercher la pratique qui semble le mieux convenir

à son évolution personnelle, soit de se contenter de ce que l'on trouve en bas de chez soi. En réalité, le Taijiquan que vous pratiquerez sera un peu comme la fameuse auberge espagnole où l'on trouve et partage ce qu'on a apporté. Mais l'essentiel demeure avant tout la qualité humaine de l'enseignant et sa capacité de transmettre sa passion. Lorsqu'on débute, il n'est pas nécessaire de rechercher un grand maître. Lorsqu'un enfant apprend à parler, il n'a pas besoin d'un agrégé en littérature, mais de quelqu'un qui sache simplement parler. Par la suite, il sera toujours possible de se perfectionner grâce à des stages spécifiques et de rechercher, enfin, le professeur avec lequel on se sentira le plus d'affinités. Attention, il est parfois possible d'en prendre pour plus de vingt ans !

### ONT PARTICIPÉ A CE DOSSIER :

#### YOGA

Jean-Louis et Francis Gianfermi sont élèves de Swami Satyananda. Ils enseignent depuis plus de vingt ans le Hatha yoga, le Raja yoga, le Kundalini, le yoga Nidra, comme systèmes principaux. Leurs connaissances s'étendent aussi sur les autres formes. Ils sont également à l'origine d'une série de trois Nidras originaux qu'ils transmettent à l'association Shankara qu'ils ont fondée.

#### ZEN

Jacques Brosse a côtoyé les grands maîtres contemporains du zen, discipline qu'il enseigne et pratique depuis les années 70. En 1996, il fonde l'association zen Dôshin. Il est à la fois philosophe, naturaliste, encyclopédiste, et spécialiste des traditions spirituelles d'Orient et d'Occident. Avec son épouse, ils ont créé deux réserves naturelles en France.

#### TAIJI

Georges Charles est l'un des pionniers de la pratique du tai ji quan en France. Pratiquant et enseignant, il est spécialiste de la discipline, des arts martiaux chinois et de la civilisation chinoise. Il est l'auteur de nombreux ouvrages et fondateur des Arts classiques du Tao.