



## Publication de l'Institut WUWEI-WUJI

Collection « *Autour du TAIJQUAN* »

William BOURIAUX – le 17 mai 2017

### ☯ **TAIJQUAN : un art de l'Art ?**

L'Art, d'après le Littre peut être "une manière de faire selon certains procédés". La pratique du TAIJ QUAN me paraît être un "art de l'Art". Il s'agit de s'exercer, par le biais de la lenteur notamment, à développer des manières de faire pour améliorer sa manière de faire, c'est à dire des manières d'améliorer sa propre réalisation du chef d'œuvre que constitue à nos yeux le Grand Enchaînement.

### ☯ **TAIJQUAN et ZEN : un lien de parenté ?**

Traditionnellement, les voie Taoïste et Bouddhiste sont souvent présentées comme différentes et parfois même contradictoires. Je trouve, pourtant, une grande similitude entre la pratique du TAIJQUAN, telle que je l'ai reçue et telle que je la pratique actuellement, et la Voie du Zen (notamment la voie de l'exercice ou "Gyo" qui peut être le tir à l'arc, la peinture, le sabre ...). D'après **K.G. DÜRCKHEIM**<sup>1</sup>, lorsqu'un pratiquant est arrivé à maturité dans le Grand Art (Voie Zen), son savoir-faire est l'expression même de la transformation de l'Être.

La sensation de présence, de naturel, de fluidité ressentie lors de ma pratique, davantage perçue encore en regardant pratiquer les Grands Maîtres de TAIJ QUAN, me conforte dans cette impression de similitude. L'état d'esprit (non-agir), la répétition inlassable des mêmes gestes avec une vivante attention et une pleine présence comme "neuve et spontanée" à chaque fois, la recherche du "centre", ... me semblent être notamment des caractéristiques communes.

### ☯ **TAIJQUAN et méditation :**

**YANG CHENG FU**<sup>2</sup> affirmait même que la pratique du TAIJ QUAN, de manière lente et continue était équivalente à l'assise immobile pratiquée dans le Zen. Il précisait que l'attention et la concentration requises par la lenteur et la continuité du mouvement pouvait être un avantage.

Mon expérience du TAIJ QUAN m'a confirmé qu'il n'était absolument pas possible de pratiquer de manière lente et

continue et "de conduire et d'être conduit simultanément" dans l'accomplissement de l'Enchaînement de TAIJ QUAN en étant submergé par un état apathique ou de somnolence ou d'errance que certains débutants vivent lors de l'assise immobile. La rupture est perceptible très rapidement et offre l'opportunité de se réajuster et de "rentre" à nouveau dans le "courant".

<sup>1</sup> **Karlfried Graf DÜRCKHEIM** : *L'expérience de la Transcendance*, Albin Michel, 1994 : chap. IV : Sens et valeur des exercices orientaux.

<sup>2</sup> **Jean GORTAIS** : *TAIJQUAN, l'enseignement de LI GUANG HUA*, Le Courrier du Livre, 1999



Etre éveillé au TAO et le laisser rayonner par le « non-agir » tel est le but de tout exercice [...] Ainsi dans l'esprit oriental, l'exercice est au service du Devenir, libérateur de l'Être véritable le plus intime, ... son but essentiel n'est pas la performance, mais l'homme qui l'accomplit.

Karlfried Graf DÜRCKHEIM  
*L'expérience de la Transcendance*