

# La Dissymétrie dans les formes Traditionnelles de Taijiquan

par José de Almeida

et Georges Saby

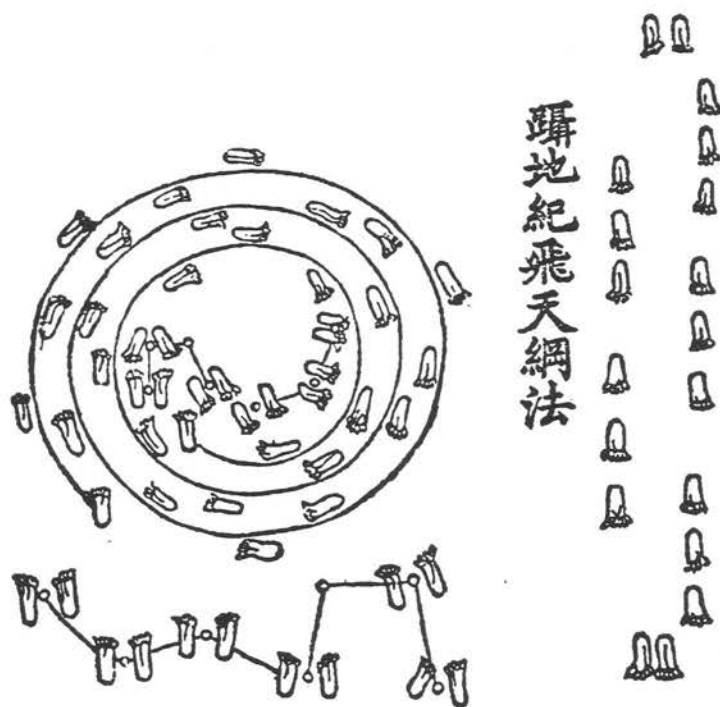
## RAPPEL HISTORIQUE

Pour autant qu'on puisse observer les formes telles qu'elles étaient pratiquées jusqu'au début de ce siècle, il semble qu'aucune n'ait été conçue de manière symétrique, c'est à dire que de nombreux mouvements ne s'effectuent que d'un coté, et n'ont pas leur symétrique de l'autre durant l'exécution de la forme !

## UNE VUE TAOISTE

"Le passage des portes des cioux est symbolisé par la marche sur les étoiles, danse stellaire apparentée au pas de Yu, le héros qui aménagea un monde nouveau en ouvrant les passes et en pratiquant la danse extatique.....la marche sur les étoiles, encore qu'elle se rattache au thème universel des danses labyrinthiques et exorcisantes et rappelle la circumnambulation autour du temple, semble être originale et propre au Taoisme."

*extrait de Méditation Taoïste de Isabelle Robinet*



Ainsi envisagées les formes du Taijiquan deviennent un rituel, une sorte de danse magique, productrice de mieux-être; la répétition de formes gestuelles engendrant des vibration karmiques et psychiques favorables, ce qui expliquerait l'absence d'une symétrie mieux élaborée.....

De nos jours, la symétrie s'avère très recherchée . Les anciens experts ne semblaient pas animés par cette motivation créatrice.....L'élaboration d'un ensemble symétrique à partir des 108 mouvements apparait réalisable par l'inversion de certaines directions, par de légers ajouts et suppressions ici et là. Mais cela accompli il ne resterait pas grand chose de la forme en tant que structure "mystique"; à savoir :

- la préférence pour le côté droit, porteur de chance....
- la succession des mouvements soumise à la succession des points cardinaux
- la correspondance des points cardinaux avec les 5 éléments
- les corrélations avec les 8 trigrammes et le Yi King

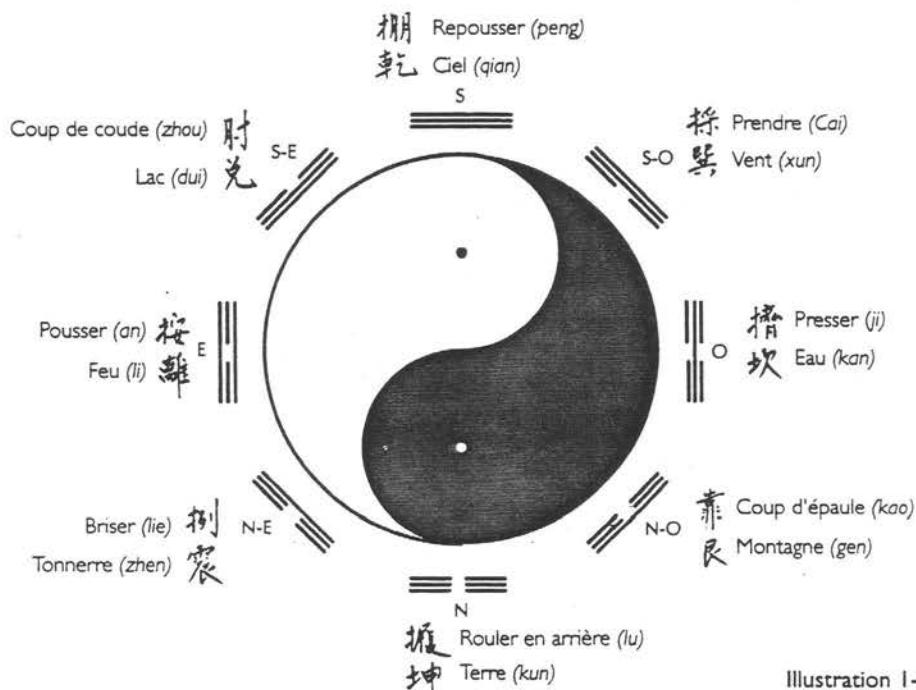


Illustration 1-4.

## UNE FORME SYMETRIQUE

Une forme symétrique fut créée à la demande du gouvernement de Chine Populaire afin de permettre aux convalescents, aux personnes âgées de pratiquer un Taijiquan plus simple : la forme en 24 mouvements dite de Pékin. Notons :

- que les experts qui y travaillèrent pratiquaient en majorité le Hsing Yi Quan.....
- que de nombreux pratiquants d'arts martiaux plus durs la pratiquent comme échauffement
- qu'elle est vidée de son contenu martial la plupart du temps
- qu'elle apparait vide d'effet interne pour les vrais pratiquants de Taijiquan, à moins qu'on ne la répète plusieurs fois de suite

Créer un enchaînement symétrique pourrait à première vue favoriser une meilleure coordination motrice, mais il faudrait analyser et progresser dans cette forme à la lumière de l'expérience des anciens experts.....

## LA DISSYMETRIE ENERGETIQUE

En fait l'être humain n'est pas symétriques son côté gauche ne ressemble pas à son côté droit, ses deux moitiés de son visage sont extrêmement différentes le plus souvent. Pour le vérifier regardez votre visage dans une glace en cachant une moitié de votre visage avec une feuille de papier, puis après l'autre.....

Un coté du corps abrite le foie et 3 lobes de poumon, l'autre la rate, le coeur et deux lobes de poumon.

Un bras, une jambe sont plus forts , plus longs, le cerveau lui-même n'abrite pas les mêmes fonctions de chaque côté.

Du point de vue de la sensation interne le côté gauche et le côté droit du corps sont deux mondes qui reflètent une "image interne" très différente au point qu'une telle sensation (qui découle d'une attention soutenue) parait la première fois effrayante tant on y perçoit un déséquilibre. ce déséquilibre est d'ailleurs probablement un des moteurs de" l'agitation animale."

Les anciens n'ont pas créé les formes à partir d'une logique strictement intellectuelle, mais aussi à partir de sensations corporelles intimes, et aussi sous l'influence de modalités pratiques du style la main gauche pour parer, la main droite pour attaquer. En fonction de leurs dissymétries individuelles ils donnèrent préférence à telle ou telle technique, exécutée préférentiellement de tel ou tel côté.

## LA FORME DE YANG CHEN FU

Elle présente une succession irrégulière de mouvements droite et gauche, avec parfois des mouvements orientés uniquement à droite ou uniquement à gauche. Son harmonie réside sur le fait que chacun des mouvements à une action préférentielle sur tel ou tel système énergétique en résonance avec les méridiens d'acupuncture. On peut même utiliser (lorsque l'on sait) le Taijiquan pour se soigner et rééquilibrer les méridiens.....

Chacune des parties de cette forme Terre, Homme ou Ciel a aussi un impact en résonance sur 3 hauteurs ou 3 profondeurs énergétiques.

Le choix de pratiquer en s'orientant face au nord ou face au sud découle de la transmission de la famille Chen à la famille Yang. Parmi les motivations de ces orientations on peut retenir 2 grandes raisons

Une orientation face au soleil, l'autre la nuit pour le travail du regard en combat (l'un des entrainements ayant lieu à midi, l'autre à minuit)

Une orientation par rapport au champ magnétique terrestre en vue d'une pratique mystique ou de santé

Nous notons que peu de personnes sont encore capables de tirer parti de l'entrainement orienté dans le champ magnétique terrestre, car elles ne le sentent tout simplement pas.....Que, de plus, celui-ci est totalement perturbé dans les lieux cablés électriquement.....

Le débat n'est donc pas clos, bonne réflexion.....