



École Gilles Thibault
taijiquan, qigong et kung-fu
5800 Saint-Denis, suite 222
Montréal, Qc H2S 3L5

Les accords du taijiquan

*la neige et le vent
remplissent de blanc
l'espace et le temps*

*les arbres et les rues
à perte de vue
se sont confondus*

*les chênes et les gens
fredonnent des chants
jamais entendus*

*mille chatoiements
l'immense océan
coule chaudement*



Table des matières

Avant-propos.....	2
Les accords en musique.....	3
Les accords du Cosmos.....	5
Les accords du taijiquan.....	6
1. Les accords mineurs.....	7
Les constituants structurels.....	7
Les constituants organiques.....	7
Les constituants subtils.....	7
2. Les accords intermédiaires.....	8
3. Les accords majeurs.....	9
L'Alchimie interne taoïste.....	10
Remarque.....	11
Le Son de la pluie.....	12

Avant-propos

Avec un détour par les accords de la musique et du Cosmos, les lignes qui suivent proposent un survol du taijiquan basé sur l'alchimie interne taoïste et la notion d'accord.

Tout d'abord qu'entendons-nous par « accord » ?

ACCORD

- *Union, harmonie.*
- *Rapport exact, suivant le diapason, entre les sons d'un même instrument ou entre plusieurs instruments mis au même diapason.*
- *Union ou convenance existant ou réalisée avec ou entre des choses.*

(CNRTL)

La musique permet de mieux éclairer la notion d'accord dont il est question ici.

L'accord existe à tous les niveaux dans le Cosmos et chez les humains. Les accords chez l'Humain sont à l'image des accords du Cosmos. Le taijiquan invite à participer à ces accords.

Les accords en musique

L'accord est important en musique, ainsi que dans le taijiquan.

En musique, l'accord est le grand responsable de l'harmonie. On peut envisager l'accord en musique de plusieurs façons.

- Avant de jouer d'un instrument, il convient de l'accorder.
- Quand on en joue, il s'agit de mettre en accord les possibilités de l'instrument.
- En jouer consiste aussi à accorder le musicien et l'instrument. Ce serait impensable de bien jouer en écoutant la télévision et en entretenant une conversation téléphonique par exemple.

Quand plusieurs instrument jouent ensemble, il est primordial qu'ils s'accordent entre eux. Dans un petit ensemble musical, un duo, un trio, un quatuor, etc., un des musicien est habituellement chargé de veiller à l'accord entre les musicien. Dans une grande formation le chef d'orchestre est celui qui met en accord par exemple d'abord les vents entre eux, puis les cordes entre eux, puis de tous les regrouper pour finaliser l'accord de l'ensemble des instruments.

Plus le nombre de musiciens est grand, plus l'accord de l'orchestre est complexe. La Symphonie no 8 en mi bémol majeur, dite « des Mille », de Gustav Mahler est un véritable exploit en terme d'accord. Lors de la première représentation de cette symphonie à Munich le 12 septembre 1910. Les huit solistes, les chœurs comprenant 850 chanteurs et l'orchestre se composant de 171 instruments, portèrent les effectifs de l'orchestre à 1029 personnes.

Mahler No. 8, Antoni Wit, Finale, "Chorus Mysticus", 2005

<https://youtu.be/qMiNk54qPno>

Que dire de cette performance gigantesque de 10 000 japonais qui s'unissent pour la finale de la 9ième symphonie Ludwig van Beethoven.

<https://youtu.be/X6s6YKlTpfw>

Les mots manquent pour parler du record mondial du "plus grand orchestre du monde". En effet, quelque 12 000 musiciens vénézuéliens ont interprété samedi le 13 novembre 2021 la Marche slave de Tchaïkovski.

<https://youtu.be/JyyFzBIe6xQ>

Information additionnelle :

[Le rythme dans le taijiquan](#)

[La mélodie du Taijiquan](#)

[La merveilleuse musique du naturel -les rythmes](#)

Par comparaison avec un musicien qui joue de son instrument, dans le taijiquan, la personne qui exécute le taijiquan est à la fois musicien et instrument. La partition correspond à la technique du taijiquan et l'œuvre est à l'image de la Vie.

Pour préciser d'avantage la comparaison, les instruments d'un orchestre, correspondent aux constituants organique et le musicien aux constituants subtils du taijiquan. Quand aux constituants structurels, ils s'apparentent à la partition de l'œuvre jouée et l'exécution de l'œuvre est à l'image du déroulement de la Vie.

Les accords du taijiquan célèbrent la Vie et révèle le tout qui englobe ses parties.

Information additionnelle :

[Architecture du taijiquan](#)

[Méthode des Treize qui se répartissent en constituants structurels, organiques et subtils.](#)

[L'apprentissage de l'art du taijiquan – la connaturalité](#)



Par Pymouss — Travail personnel, CC BY-SA 3.0,
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=6077205>

Les accords du Cosmos

L'accord existe à tous les niveaux dans le Cosmos ainsi que chez les humains.

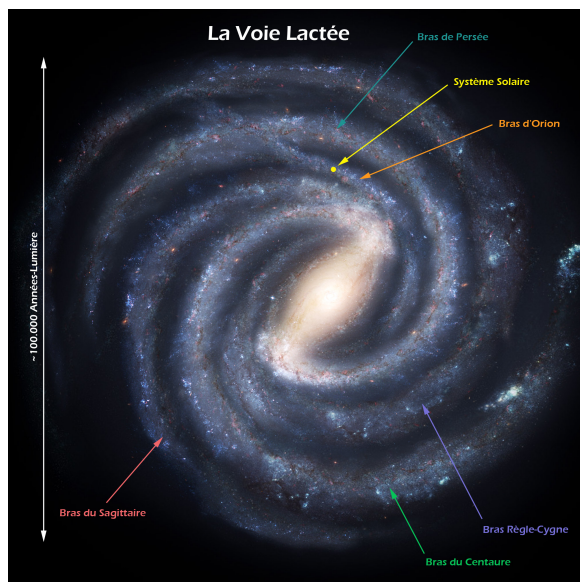
Il y a les harmonies du **macrocosme**. Les planètes sont toutes organisées autour d'une étoile, elles sont accords avec elle. De même, les étoiles s'organisent en galaxies qui portent le nom d'elliptique, de spirale, de lentille et d'irrégulière. Les galaxies se lient entre elles par leur force de gravitation former des amas de galaxies. Les amas de galaxies s'organisent ensuite eux-mêmes en superamas. La trame du Cosmos toute entier est constituée de filaments, comme un réseau tridimensionnel en toile d'araignée.

Il y a les harmonies du **microcosme** : les atomes sont tous organisée avec un noyau et des électrons en accords avec lui. Tout ce qui existe est composé d'atomes.

Les **lois** et les **forces** qui régissent l'Univers s'organisent en **accords** complexes. Dans les règnes minéral, végétal, animal, du plus grand au plus petit, tout dans le Cosmos fonctionne tel une symphonie où chacune des partie est en union, en harmonie et donc en accord avec toutes les autres.

Les accords chez l'**Humain** sont à l'image des accords du macrocosme et du microscope. Selon l'historien Mircea Eliade, « les peuples primitifs divisaient le temps en époques de chaud et de froid, de sécheresse et de pluie, de semailles et de moissons. etc. » De nos jours, le temps est divisé en années et en saisons. Ceux-ci rythment notre existence et le temps des fêtes de Noël et du Nouvel An marque le changement de saison et l'accord le plus célébré de tous les accords du Cosmos.

En y regardant de près, on peut dire que Noël, le Jour de l'An, le père Noël, les cadeaux, les sapins, les décorations et les festivités de circonstance sont en bonne part un rappel des accords qui régissent notre existence et le fonctionnement même du Cosmos. Dans ce sens, le **Temps des Fêtes est une grande célébration des accords**.



Les accords du taijiquan

Anciennement plusieurs comptines permettaient aux adeptes du taijiquan de se rappeler certains points importants. Une des plus célèbres comptines appelée les « Six accords » se déclinait comme suit :

« Le cœur (**xìn**) est en accord avec l'agir et le non-agir (**yi**)
L'agir et le non-agir (**yi**) sont en accord avec la respiration.
La respiration est en accord avec le **qì**.

La main est en accord avec le pied.
Le coude est en accord avec le genou.
L'épaule est en accord avec le bassin. »

Auteur inconnu

La comptine ne donne que quelques accords du taijiquan, lequel repose tout entier sur la notion d'accord.

Pour en comprendre toute les dimensions, il faut tenir compte que la pensée chinoise est toute axée sur la polarité, le premier de tous les accords.

« Un des aspects essentiels de la pensée chinoise classique, c'est la pensée par polarités. C'est très intéressant parce que notre pensée par rapport à cela paraît très isolante ou monopolisante. On a pensé l'être, on a pensé l'atome, on a pensé Dieu, donc des instances isolées, alors que la pensée chinoise, elle, pense par relations, c'est à dire par polarités : chaud et froid, haut et bas, ciel et terre, yin et yang, etc. Et donc toujours par un couplage. Qu'est-ce que c'est qu'une polarité ? C'est quand on a à la fois des termes opposés et complémentaires, donc une interaction. »

François Jullien

Le taijiquan consiste à déceler puis à jouer de ces accords. Ce qui suit est un survol des principaux accords touchés par le taijiquan.

On peut classer les accords en mineurs, intermédiaires et majeurs.

En musique et en taijiquan l'accord mineur correspond la **préparation**, l'accord intermédiaire consiste à l'**exécution** et l'accord majeur réalise l'**accomplissement**.

1. Les accords mineurs

Les constituants structurel du taijiquan correspondent à la partition en musique, les constituants organiques et subtils du taijiquan correspondent respectivement à l'instrument et au musicien.

Les constituants structurels

En musique, la partition utilise un certain type de notation musicale, celle-ci combinant des signes, des notes, des silences, des nuances, des signes de dynamique, destinés à traduire pour l'interprète l'intention du compositeur. En taijiquan, la partition qui appartient à la tradition orale comprend des phases, des manœuvres, des postures et des formes.

- Les **phases** s'accordent dans la manœuvre. *Exemple : dans la manœuvre, l'inspire se produit dans la première partie et l'expire dans la deuxième partie de chacune des manœuvres.*
- La **manœuvre** s'accorde dans la posture. *Exemple : les manœuvres « Séparer la crinière à gauche » et « Séparer la crinière à droite » sont conforme à la posture « Séparer la crinière ».*
- Les **postures** s'accordent dans la forme. *Exemple : les postures se succèdent dans un ordre bien spécifique dans la forme.*

Les constituants organiques

En musique, pour le piano par exemple on compte le clavier avec ses touches noires et blanches et ses pédales. Le taijiquan tient compte de la détente, de la respiration, de l'alignement, du mouvement et du qi.

- Avec la **détente**, le relâchement s'accorde avec la contraction, le lourd avec le léger, le plein avec le vide. *Exemple : une jambe travaille au maximum et supporte tout le corps tandis que l'autre jambe est complètement relâché à ne rien faire.*
- Avec la **respiration**, l'inspiration s'accorde avec l'expiration. *Exemple : l'un et l'autre alternent avec douceur et facilité.*
- Avec l'**alignement**, le vertical s'accorde avec la sinueux. *Exemple : grâce à la bascule du bassin, le creux lombaire et le creux cervicale s'atténuent et s'accroissent.*
- Avec le **mouvement**, le centré s'accorde avec le fragmenté. *Exemple : la mouvement provient du bassin (du Dantian) et se propage pour réguler toutes les autres partie du corps.*
- Avec le **qi**, la circulation s'accorde avec la stagnation, l'accumulation avec la dispersion, le dense avec le ténu. *Exemple : le qi est quelquefois plus fort et quelquefois plus faible, le qi monte dans le dos et descend sur le devant du corps.*

Les constituants subtils

L'intérêt, le goût et le plaisir du musicien correspondent au shi du taijiquan. Son talent et ses efforts correspondent au yi du taijiquan. Son esprit, ses sens et sa personne correspondent au zhi du taijiquan.

- Avec le **shi**, le jeu est l'accord de la discipline et le loisir. *Exemple : on exécute la taijiquan avec application mais avec le même état d'esprit qu'un loisir. Le sérieux s'accorde avec le plaisir.*
- Avec le **yi**, le volontaire s'accorde avec le spontané, l'agir avec le non-agir. *Exemple : l'inspiration volontaire accompagne l'expiration spontanée.*
- Avec le **zhi**, le concevable s'accorde avec l'inconcevable, le perceptible avec l'imperceptible et le personnel avec l'impersonnel. *Exemple : comprendre une posture mais aussi fréquenter une posture, percevoir une posture mais aussi laisser une posture devenir familière, distinguer une posture mais aussi se dissoudre dans la posture.*

2. Les accords intermédiaires

L'exécution musicale correspond à celle du taijiquan.

Les constituants structurels

Suivre la partition en musique correspond en taijiquan à respecter la succession des phases dans chaque manœuvre, des manœuvres dans chaque posture et de chaque posture dans la forme.

- Les **phases** s'accordent entre elles dans toutes les manœuvres. *Exemple : retrouver les quatre phases qui se trouvent dans chacune des manœuvres. Ce sont : naissance, croissance, enracinement et absorption.*
- Les **manœuvres** s'accordent entre elles dans toutes les postures. *Exemple : retrouver la manœuvre avec ses phases dans chacune des postures.*
- Les **postures** s'accordent entre elles dans toute la forme. *Exemple : retrouver la séquence des postures qui se succèdent.*

Les constituants organiques

Utiliser les composantes de l'instrument en musique correspond en taijiquan à tenir compte des interactions entre la respiration, la détente, l'alignement, le mouvement et le qi.

- Dans la **détente** par exemple, le relâchement des épaules, des coudes et des poignets (avec la bascule) alterne avec leur contraction (en perdant la bascule).
- Dans la **respiration** par exemple, l'inspiration (en perdant la bascule) alterne avec l'expiration (avec la bascule).
- Dans l'**alignement**, par exemple, la bascule du bassin alterne avec la perte de la bascule.
- Dans le **mouvement** par exemple, des bras qui montent (en perdant la bascule) alterne avec les bras qui descendent (avec la bascule).
- Dans le **qi** par exemple, le flux qui monte dans le dos (en perdant la bascule) alterne avec le qi qui descend sur le devant du corps (avec la bascule).

Les constituants subtils

En musique et en taijiquan, l'intérêt, le goût et le plaisir conduisent à exprimer le talent et les efforts, lesquels amènent la contribution de l'esprit, des sens et de la personne, ce qui favorise l'Un.

- Le **shì** prépare le **yi**.
- Le **yi** prépare le **zhi**.
- Le **zhi** prépare le **xin**.

3. Les accords majeurs

En musique et en taijiquan, les accords majeurs constituent l'ambitieux fleurissement et l'imprédictible fruit des accords mineurs et intermédiaires. En musique et en taijiquan, durant l'exécution, le corps, l'esprit et le Cosmos s'accordent pour former un tout.

- Les différentes parties du corps s'éveillent et s'accordent entre eux.
- Les différentes composantes de l'esprit s'affinent et s'accordent entre eux.
- Le corps et l'esprit s'accordent pour former un corps-esprit.
- Le corps-esprit s'accorde au Cosmos pour former Tout.

Plus loin, quelques explications concernant l'alchimie interne taoïste permettront de lever un coin du voile sur les accords dans le taijiquan.



Diagramme de l'alchimie taoïste interne nommée nei tan, où l'alchimiste utilise son propre corps comme atelier.

L'Alchimie interne taoïste

Le taijiquan peut être pratiqué tel un sport, une mise-en-forme, un loisir ou tout ce qu'on voudra, mais fondamentalement il appartient à la vieille tradition de [l'Alchimie interne taoïste](#). On peut décrire le taijiquan en terme « d'accord » parce qu'il provient de l'Alchimie interne taoïste.

Selon les traditions ancestrales de la Chine, la réalité est un tout indivisible, non composée de « chose ». D'ailleurs, les sciences de la Relativité et du Quantique tirent depuis peu les mêmes conclusions. D'une part, la réalité est Un, et ce qui est quelquefois appelé le « moment présent », apparaît sporadiquement dans les moments d'émerveillement. D'autre part, la réalité comporte aussi des aspects Multiples, tel que décrit par le langage et la science. L'Un et le Multiple coexistent et constituent une ambiguïté d'une grande importance dans la compréhension de la condition humaine. L'Alchimie interne taoïste et du taijiquan célèbre l'accord entre les deux.

Dans un excellent livre, Albert Low, le regretté directeur du Centre Zen de Montréal, suggère la tandem de l'Un et du Multiple (dualité), du centre et de la périphérie. Il dit notamment :

« Étant simultanément au centre et à la périphérie, bien qu'indivisible de par notre nature même, au cœur de chacun de nous s'ouvre un conflit fondamental, un schisme, une blessure béante. Cette blessure bénie, comme certains l'ont qualifiée, est à la fois la source de notre souffrance et celle de notre félicité, de notre joie. »

Albert Low, *Créer la conscience*, Le Relié Poche, 2012.

Le taijiquan, propose d'accorder l'Un et le Multiple. Selon l'expert chinois de réputation internationale Chungliang Al Huang, le terme même « **tài jí quán** ». *tài* (centré), *jí* (morcelé), *quán* (l'accord) signifiait anciennement :

L'être humain est à la fois centré (*tài*)
et à la fois morcelé dans la complexité naturelle des pôles opposés (*jí*).

La main (*quán*) et le corps (*quán*), sont un moyen (*quán*)
on peut accorder le *tài* et le *jí* pour établir un équilibre parfait.

[Détails...](#)

Le processus alchimique lui-même appartient à l'Un, il est donc indescriptible, imperméable à une compréhension intellectuelle. Malgré cela, si on tente de le décrire, tout ce qu'on peut en dire appartient au Multiple et reste donc laconique, voire incompréhensible et même quelque peu faux. La métaphore et l'allégorie peuvent cependant apporter un certain éclairage dans l'exécution du taijiquan. Veuillez donc lire les propos à ce sujet en tenant compte de ces restrictions.

Information additionnelle :

[La Terre, le Ciel et l'Homme : jargon, éléments et étapes du Taijiquan](#)

[Le Taijiquan et la méditation](#)

[Embrasser avec le corps et l'esprit](#)

[l'Unité et le Morcellement](#)

Remarque

Le taijiquan est essentiellement un savoir-faire (Savoir et savoir-faire !), un art qui se transmet dans l'action et la présence physique (L'indispensable présence physique). Les propos à son sujet, tels ceux qui précèdent, ne constituent donc pas un savoir en soi (Le rasoir d'Occam), car ils sont uniquement destinés à mieux procéder dans ce savoir-faire.

PAR EXEMPLE

Dans un cours de mathématique, si le professeur demande « Votre frère vous donne 3\$ et vous en avez déjà 2\$ combien vous avez après la transaction ? », il importe peu que vous ayez un frère ou non. Aussi, les propos précédents concernant la musique ou la structure du Cosmos sont donc à prendre pour ce qu'elles sont.

Le Son de la pluie

Jingqing et le Son de la Pluie

