



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

La face cachée du taijiquan

La transmission en cercles d'initiés
La transmission en tandem

Table des matières

Préalable.....	2
Avant propos.....	2
Transmission en cercles d'initiés.....	3
Quatre déroulements.....	5
1. En cercles d'initiés : le parc (la rue).....	5
2. En cercles d'initiés : en salle (le dojo).....	5
3. En cercles d'initiés : dans l'arrière salle (secret).....	6
En Occident.....	6
4. Transmission en tandem.....	7
La face cachée.....	7
Deux modes de transmission.....	8
1. La transmission en cercles d'initiés.....	8
2. La transmission en tandem.....	8

Préalable

Il n'y a pas un seul taijiquan. Il existe un très grand nombre de styles, d'écoles et de professeurs avec des techniques et des objectifs différents, mais ils proviennent tous d'un tronc commun qui date d'un siècle ou deux. Sauf de rares exceptions, tous les taijiquan proposent un enseignement de bonne qualité.

Voir : [Origines et floraison du taijiquan](#)

Il y a plusieurs légendes, histoires et interprétations concernant les origines et les développements du taijiquan. Les pages suivantes permettent d'en éclairer des aspects moins connus.

Avant propos

Des élèves demandent parfois pourquoi, contrairement à d'autres école, nous enseignons des techniques en position allongée ou assise avant d'entreprendre l'apprentissage des mouvements de taijiquan. Ces techniques que nous appelons la **face cachée** du taijiquan provient des modes de transmission du taijiquan.

Ce document met en évidence **deux grands modes de transmission du taijiquan**. Ce sont :

1. **En cercles d'initiés** : apprendre les mouvements d'abord, ensuite la face cachée du taijiquan
2. **En tandem** : apprendre simultanément les mouvements avec le face cachée du taijiquan

Anciennement, à l'instar de beaucoup de traditions chinoises, le taijiquan était enseigné en cours privés et son accès exigeait des aptitudes très particulières. Avec le temps, le taijiquan deviendra ouvert à tous et ne demandera aucun préalable. Ces traditions étaient majoritairement des pratiques gardées secrètes à l'intérieur des familles ou des petits groupes. Ces secrets étaient préservés précieusement, ce qui est la coutume dans les cultures orientales. En Occident, cela ressemble aux recettes de cuisine transmises quelquefois à un seul descendant et pas aux autres.

*Par définition, le wushu (tel que le kung-fu et le taijiquan) et la plupart des techniques de santé (tel le qigong), bien que pratiqués à grande échelle, mais dans un cadre restreint, ont longtemps subi le sceau du secret vis-à-vis des non initiés.
Georges Charles, pionnier des traditions chinoises en Europe*

La **transmission en cercles d'initiés** se décline avec l'enseignement dans le parc, en salle puis dans l'arrière salle. La **face cachée** désigne ce qui est réservée à quelques uns.

Avec la **transmission en tandem** la **face cachée** est accessibles à tous.

Transmission en cercles d'initiés

Le sceau du secret implique un enseignement en **cercles d'initiés**. D'abord enseigné **en privé** ou exclusivité du **cercle familial**, l'enseignement peut s'élargir aussi à un petit groupe, c'est le **cercle communautaire**. En l'élargissant encore, l'enseignement sera accessible à tous les Chinois en excluant les étrangers, c'est le **cercle national**, puis il sera **accessible à tous** sans exception. Plus le cercle est grand, plus l'enseignement qu'il contient est partiel. Le cercle d'initiés est un compromis qui permet de réserver certaines parties de l'apprentissage à quelques personnes seulement.

Les mésaventures de Bruce Lee sont une bonne illustration des contraintes inhérentes aux cercles d'initiés. Il est notoire que ce dernier a eu maille à partir avec des membres de sa communauté quand il a commencé à enseigner son kung-fu wushu aux « diables blancs » (étrangers non chinois). À la suite d'incidents semblables, les professeurs chinois de l'époque en sont venus à une espèce de consensus pour enseigner une partie de leur art aux étrangers, mais de réserver l'essentiel aux Chinois. Typiquement et encore quelquefois de nos jours, un expert chinois ne transmettra qu'à un ou deux de ses élèves talentueux la totalité de son enseignement.

Grâce à son accès privilégié aux experts de son époque, Henry Plée qui a ouvert en 1954 la première école de judo, de karaté, d'aïkido, et de kendo en Occident apporte des précisions¹ sur l'enseignement à des cercles d'initiés en Asie : « On m'expliqua bien qu'il existait toujours, en Art Martial, trois niveaux qu'à l'époque on me désigna sous les appellations de : l'Art Martial de la Rue (enseignement simplifié et mystifié, accessible pour tous ; d'ailleurs ces entraînements de la rue sont souvent montrés dans les reportages sur la Chine), l'Art Martial de Dojo (dans le passé on n'acceptait dans un dojo que ceux qui en paraissaient dignes, après des tests de sélection, des épreuves ou sur recommandation d'un Maître; certains dojos en Extrême-Orient poursuivent cette tradition et il est quasiment impossible d'assister à ces enseignements), et l'Art Martial secret (où seuls les plus doués physiquement et spirituellement étaient admis à des enseignements confidentiels, tels que ceux que décrit le Maître Funakoshi dans son autobiographie, entraînements se déroulant la nuit et en privé avec son Maître Itosu) ».

À l'intérieur de la famille Yang, le taijiquan comprenait plusieurs cercles d'initiés plus ou moins étanches. Par exemple : Yang Zhen Ming qui a aussi étudié auprès de son oncle Yang Shao-Hou enseigne un taijiquan plus guerrier dit « privé » de la famille Yang, tandis que ses trois plus jeunes

1 Cf. *Karate Bushido*, n° 236 - 12/99, reproduit à l'URL : <http://www.henryplee.com/chroniques.htm>

frères Zhen Duo, Zhen Guo et Zhen Ji diffusent le taijiquan plus sportif dit « public » de leur père Yang Chen-Fu. L'école « secrète » de Yang Lu-chan, Yang Jian-Hou, Zhang Qin-Lin et Wang Yen-nien d'où provient l'enseignement de Guo Chi, Vlady Stevanovitch et Gilles Thibault est un autre taijiquan « privé » de la famille Yang.

Questionné sur l'existence d'une école secrète de taijiquan, Zhen Duo, un des représentants actuels de la famille Yang, a nié son existence. Il pouvait ne pas le savoir; il pouvait aussi ne pas vouloir le savoir; pouvait-il l'admettre sans perdre la face ? Il est pourtant de notoriété publique que son frère aîné Yang Zhen Ming enseigne des techniques ancestrales qui lui sont inconnues.

La transmission du taijiquan dans les communautés chinoises s'effectue encore aujourd'hui selon la coutume des cercles d'initiés. Un professeur qui n'a eu accès qu'à une partie de l'enseignement de son propre professeur ne pourra que proposer un taijiquan simplifié... en toute bonne foi de sa part.

De plus, la diffusion de masse du taijiquan ne pouvait qu'entraîner sa fragmentation. Anciennement, le taijiquan n'était enseigné qu'à un petit nombre de personnes qui s'y engageaient à temps plein et souvent pour toute une vie. Ouvert à une large population à la recherche de loisirs, les multiples techniques et toutes les sophistications que comprenaient le taijiquan ont largement laissé la place à l'apprentissage d'une simple **chorégraphie de mouvement lents**.

Quatre déroulements

Dans le taijiquan, il est coutume de distinguer une **transmission en cercles d'initiés** qui se déroule de trois façons : dans le parc, en salle et dans l'arrière salle.

La transmission en tandem vient offrir une quatrième façon.

1. En cercles d'initiés dans le parc (la rue)
2. En cercles d'initiés en salle (le dojo)
3. En cercles d'initiés dans l'arrière salle (secret)
4. En tandem

	TRANSMISSION EN CERCLES D'INITIÉS	TRANSMISSION EN TANDEM
Mouvements sans explications	Le parc pour tous	
Mouvements avec explications	En salle pour tous	
Face cachée	Dans l'arrière salle sur invitation	
Mouvements avec explications et face cachée		En salle pour tous

1. En cercles d'initiés : le parc (la rue)

Le parc est pour tous et sans explications sur les mouvements mais sans la face cachée.

Encore aujourd'hui, si vous allez en Chine vous pouvez vous joindre à un groupe qui s'exerce dans un parc. On vous accueille gratuitement avec un sourire et vous apprenez en suivant le groupe dans ses mouvements. Il peut arriver qu'un professeur corrige un détail, mais la plupart du temps l'apprentissage se produit par la seule imitation. L'enseignement dans le parc est une transmission ouverte à tous.



2. En cercles d'initiés : en salle (le dojo)

La salle est pour tous et avec des explications sur les mouvements mais sans la face cachée.

En Chine toujours, si vous revenez plusieurs fois dans le parc on vous dira que les cours avec des explications se donnent dans une salle moyennant une contribution financière. Effectivement, dans la salle on vous donnera des corrections détaillées sur les mouvements. L'enseignement en salle est une transmission ouverte à tous.



3. En cercles d'initiés : dans l'arrière salle (secret)

L'arrière salle est accessible sur une invitation et porte sur la face cachée.

Quand le professeur identifie un élève talentueux et assidue de plusieurs années, il l'invite dans l'arrière salle, où avec un **groupe restreint** il apprend des techniques spéciales qui viennent enrichir et nourrir les mouvements. Ces techniques s'apprennent d'abord séparément, en **position assise, couchée ou debout**, puis viennent s'ajouter dans les mouvements. Ce sont les techniques de la **face cachée** du taijiquan. L'enseignement dans l'arrière salle est accessible sur invitation seulement.



En Occident

En Occident, des professeurs chinois utilisent la transmission en cercles d'initiés. Il y a eu feu Tam Cheuk-Yin (de la lignée de Yang Chen-fu) et feu Leong Irving (de la lignée de Wu Jian-Quan), deux professeurs émérites de taijiquan des années '80 à Montréal.

À quelques reprises, un élève avancé de monsieur Tam ou de monsieur Leong est venu frapper à la porte de l'école Gilles Thibault pour recevoir l'enseignement de la face cachée qu'il connaissaient de réputation mais à laquelle il n'avait pas accès, même après plus d'une décennie d'apprentissage assidu. Quelques années plus tard, certains ont rappelé pour nous annoncer fièrement qu'ils recevaient maintenant cet enseignement.

Ainsi, quelquefois, après plusieurs années de perfectionnement de la forme, il arrive que certains élèves reçoivent l'enseignement la face cachée du taijiquan.

À cause des barrières linguistiques quand l'enseignement s'adresse à des occidentaux et aussi par simple réflexe culturel des cercles d'initiés, l'enseignement des professeurs chinois est donc souvent limité aux séances dans le parc et en salle dans la grande majorité des cas. Quand un élève devient professeur sans avoir reçu la face cachée, il enseigne ce qu'il a reçu, ignorant de bonne foi l'existence même de la face cachée.

Souvent, l'enseignement du taijiquan d'aujourd'hui se résume à des mouvements lents, tel la forme des 108 postures.

4. Transmission en tandem

Dans la transmission en tandem l'enseignement est ouvert à tous avec des explications. Les mouvements sont enseignés simultanément et progressivement avec la face cachée.

La transmission en tandem est la façon de procéder à l'école Gilles Thibault.

Contrairement à la **transmission en cercles d'initiés** où les mouvements de taijiquan sont enseignés de longues années avant d'offrir la face cachée à quelques élèves seulement, la **transmission en tandem** propose dès le départ, à tous les élèves, un enseignement qui contient tout, mais graduellement.

Par exemple, avec la forme des 11 postures, les premiers mouvements sont appris avec les premières techniques de la face cachée.

Ensuite, l'enseignement graduel de la face cachée se poursuit avec des mouvements plus complexes mais en nombre limités. Par exemple, avec la forme des 24 postures.

Plus tard, le perfectionnement de la face cachée s'effectue avec des mouvements plus complexes et plus nombreux. Par exemple, avec la forme de 108 postures.

Après plusieurs années, l'enseignement comprend de plus grandes subtilités de la face cachée avec des mouvements plus anciens. Par exemple avec la forme des 6, des 13 et des 127 postures.

La face cachée

La face cachée est composée de techniques beaucoup plus anciennes que les mouvements du taijiquan. Ils proviennent des traditions chinoises plusieurs fois millénaires. Par exemple :

- Anqiao : renouvellement par la respiration consciente
- Cunshen : préservation de l'esprit
- daoyin : conduite vers la non-conduite
 - . Anmo daoyin : conduite par le massage
 - . Huxi daoyin : conduite par la respiration
 - . Shizi daoyin : conduite par les postures
 - . Songjing-gong daoyin : conduite par la détente
 - . Yinian daoyin : conduite par l'écoute et la sensibilité
- Dazuo : retour à l'unité
- Dimmak (dianmai, dimshuei, dianxue) : l'art des points vitaux
- Donggong : exercices dynamiques
- Jinggong : exercices lents
- Jinzuo (zuoChan, dhyâna) : culture de l'écoute et la sensibilité
- Neigong : culture du qì sans le mouvement
- Qigong : culture du qì par le mouvement
- Tuna : culture de la respiration
- Waigong : exercices externes
- Wushu : techniques contre la violence et la guerre
- Xiulian : culture de l'essentiel
- Yijingking : nettoyage des muscles et des tendons
- Yisuijing : purification de la moelle et des sinus

- Zhouchan : culture de l'écoute et la sensibilité en position assise
- Zhanchan : culture de l'écoute et la sensibilité en position debout

Dans la face cachée du taijiquan, il y a d'une part les techniques qui concernent les cycles et les phases de la détente, de la respiration, de l'alignement, du mouvement centré et du qi (énergie vitale), puis d'autre part le subtil qui comprend le shi, le yi, et le zhi et le xin.

Il y a plusieurs centaines d'années en Chine, en combinant des techniques très anciennes puis en les mixant dans certains mouvements on a ainsi inventé le taijiquan. Dans le taijiquan d'aujourd'hui, on se limite souvent aux mouvements, quant aux techniques de la face cachée, on va même jusqu'à oublié leur existence.

L'équivalent de la face cachée existe au Japon. Par exemple, le *daruma taïso* et le *Ki no Kenkyukai* pour le karaté et l'aïkido sont enseignés dans des écoles qui l'offrent sans mouvements de karaté et d'aïkido. La Ki Society procédait de la même façon durant plusieurs années. Aujourd'hui la même société utilise la transmission en tandem, comme au temps de son fondateur Morihei Ueshiba.



Au cœur de la face cachée on trouve le qi (énergie interne)
 Les techniques du qi sont appelées :
 qigong interne, neigong, art du chi, alchimie interne taoïste

Deux modes de transmission

Chacun a ses avantages et ses inconvénients.

1. La transmission en cercles d'initiés

On apprend et perfectionne les mouvements du taijiquan, cela prend plusieurs années. Ensuite, on peut apprendre la face cachée qui vient s'insérer dans les mouvements.

Avantage

- L'apprentissage peut rejoindre plus de personnes, car il est basé sur les mouvements qui sont plus visibles et des mécanismes plus faciles que ceux qui concernent la face cachée.
- L'apprentissage élude temporairement la face cachée qui pourrait rebuter certains.

Inconvénients

- L'apprentissage risque de rester incomplet, car la face cachée est réservée à quelques élèves choisis.
- Quand la face cachée est enseignée après avoir intégré les mouvements, il peut s'avérer difficile de modifier les mouvements pour les incorporer à la face cachée.

2. La transmission en tandem

Dès le départ, on apprend les bases de la face cachée avec quelques mouvements de taijiquan. La face cachée et les mouvements sont ensuite perfectionnés conjointement.

Avantage

- L'intégration entre la face cachée et le mouvement est assuré car il s'installe dès le début.
- Tous les élèves ont accès à la face cachée.

Inconvénients

- Bien que progressif, l'apprentissage des mouvements avec la face cachée peu apparaît compliqué pour certaines personnes.
- La progression dans les mouvements est plus lente et peut s'avérer moins motivante, car dans l'entendement populaire, l'objectif du taijiquan consiste à apprendre des mouvements.

Dans l'entendement populaire, le taijiquan se limite à des mouvements lents... des exemples :

Le taijiquan est une pratique physique traditionnelle caractérisée par des mouvements détendus et circulaires associés à un contrôle de la respiration et à l'entretien d'un esprit neutre et droit.

Inscrit en 2020 (15.COM)
sur la Liste représentative du patrimoine culturel immatériel de l'humanité.
<https://ich.unesco.org/fr/RL/le-taijiquan-00424>

Le tai-chi est une gymnastique énergétique globale qui consiste à réaliser un ensemble de mouvements continus et circulaires exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli.

<https://www.passeportsante.net>