

Dominique Mondor

Ouvrir la malle aux trésors des arts martiaux par Delphine L'huillier

Dominique Mondor est formateur d'enseignants de taï ji quan et qi gong dans la région de Montpellier. Sa vocation ? Transmettre l'essence du taï ji, c'est-à-dire faire découvrir sa nature profonde à chacune des personnes qui fait appel à ses compétences. Sa particularité ? Enseigner dans un langage compréhensible par tous. Ici, il n'est plus question d'appréhender la technique en des termes chinois mais de trouver un langage compréhensible à chacun de ses élèves.



Ses recherches commencent dès l'âge de 15 ans. A la disparition de sa mère, il commence la pratique des arts martiaux. Quelques années plus tard, il se lance dans la vie active et au cours d'un séjour d'un an aux Etats-Unis, il découvre le taï ji quan et surtout le qi gong qu'il intègre à sa pratique du karaté. De retour en France, il s'isole quelques temps pour approfondir ses recherches. Les questions qui étaient restées en suspens pendant quinze ans lui reviennent en tête : qu'est-ce-que la nature humaine ? ce que signifie "être vivant" ? Il cherchera surtout dès lors à comprendre et à faire sienne toutes les théories traditionnelles auxquelles il est confronté : "Je ne peux qu'expliquer et enseigner ce que j'ai compris... et surtout ce que je maîtrise. Je respecte les ancêtres chinois qui ont su préserver un patrimoine précieux mais leur terminologie n'est hélas pas adaptée à notre culture et à notre

temps. Tout peut s'expliquer si simplement, en utilisant des images concrètes et scientifiques appliquées à l'homme".

Au cours de ses nombreuses années d'enseignement pendant lesquelles Dominique Mondor verra défiler des élèves venus de tous horizons, des plus novices aux plus expérimentés, il se rend compte que beaucoup d'entre eux, s'ils ont acquis certaines connaissances techniques dans leur pratique, n'en ont pas pour autant goûté l'essence même du taï ji : "Il y a une différence évidente entre savoir jouer du piano et être musicien. Le virtuose nous donne des frissons. C'est la même chose pour les arts martiaux. Le taï ji quan n'est pas une simple gymnastique, c'est beaucoup plus que cela. Certes, la pratique peut développer beaucoup de vertus, mais qui se cachent dans le fond, et non dans la forme".

Au travers de sa formation, Dominique Mondor s'évertue ainsi à transmettre à ses élèves les aspects fondamentaux du taï ji quan en s'appliquant à démontrer que l'aspect philosophique ne suffit pas pour appréhender de façon juste le taï ji quan : "La pratique est un instrument de travail pour une prise de conscience. J'ai compris la différence entre faire les choses et l'état dans lequel il faut les faire, la différence entre la volonté et la conscience. Pour être en harmonie avec la terre, il faut pouvoir intégrer que l'homme en dépend et surtout comprendre comment elle fonctionne, mais pas uniquement de façon intellectuelle. Un bûcheron ou un berger sait tout cela parce que sa vie en dépend. C'est ancré dans sa nature profonde. Pour atteindre la conscience des choses et pratiquer le taï ji, tout doit devenir spontané et sans limites. Pour cela, il faut accepter de se mettre à nu et ouvrir son esprit à la découverte de nouvelles expériences".

La pédagogie de Dominique Mondor se résume ainsi à tenir compte des acquis, de la sensibilité et de l'âge de chacun de ses élèves et à leur démontrer des théories directement applicables. Son souhait le plus profond est de transmettre tout ce que lui a appris le taï ji quan. C'est là toute l'âme et tout l'art d'un authentique pédagogue.

■ **D. L'h.**

Dominique Mondor propose toute l'année des formations professionnelles (centre agréé) au taï ji quan et au qi gong :
C. E. T. Q. Domaine du Roc Nantais 12130 Nant
tél. : 05 65 59 42 62 & 06 12 44 80 74
email : mdc@millau-clic1.com
site : <http://mdc.millau-clic1.com>