

# Dr. Yang Jwing-Ming

« L'art, c'est la vie. »

propos recueillis par Arnaud Mattinger  
photos : Pascal Plée

Invité à Paris par Pascal Plée et l'Y.A.A.M., le Dr. Yang Jwing-Ming nous partage sa vision du Tai Ji Quan et de l'enseignement: de Yang Cheng Fu à Dark Vador...



## PORTRAIT

Né en 46 à Taiwan, pratiquant depuis son plus jeune âge auprès de son grand père, Yang Jwing-Ming découvre et se spécialise dans le style de la Grue Blanche auprès de Jin Shao-Feng. A l'âge de 16 ans, il découvre le Tai Ji Quan. En 1974, il émigre au Etats-Unis pour étudier. Travaillant chez Texas Instrument, en 1982 il fonde la Yang's Shao-Lin Kung Fu Academy à Houston, puis en 86, la Yang's Martial Arts Academy à Boston. Il est régulièrement invité en France et dans beaucoup d'autres pays pour donner des séminaires. Il est également l'auteur de nombreux livres dont la plupart sont disponibles en version française.

### GTao : Quand avez-vous découvert le Taiji ?

Dr. Yang Jwing-Ming: J'ai commencé la pratique à neuf ans, après la guerre de Corée. La nourriture manquait alors souvent à la maison. J'ai développé un ulcère. Jusqu'à mes 15 ans, j'ai pratiqué assidûment avec mon maître qui a vu que je n'allais pas bien. Il m'a conseillé la pratique du Tai Ji Quan.

### GTao : C'est surprenant !

Dr. Y. J. M.: En effet, surtout à cette époque où aller voir un autre maître était synonyme de trahison car on pouvait livrer les secrets. Mais heureusement, ce dernier avait l'esprit ouvert. Il fut cependant difficile de



Un des fondements de l'enseignement du Dr. Yang Jwing-Ming: « On n'apprend pas l'art martial, on le ressent ».

trouver un maître qui veuille bien m'apprendre. Il ne s'agissait pas de trouver un professeur et de le payer comme on le fait ici. Traditionnellement, il n'y a pas de rapport d'argent entre le maître et l'élève. C'est un rapport de personne à personne, donc

d'un engagement personnel pour l'un et l'autre. Heureusement, il y avait à côté de mon école un jeune professeur qui a accepté de m'enseigner le Tai Ji Quan. Six mois plus tard, je n'avais plus mal au ventre ! Si j'ai continué le Taiji, ce n'est donc pas parce que j'aimais, j'étais trop jeune, mais parce que cela m'avait fait du bien ! Je suis parti ensuite à Taipei pour mes études universitaires et c'est là que j'ai suivi mon maître.

### GTao : Quelle forme avez-vous appris ?

Dr. Y. J. M.: Celle-ci venait de Yang Ban Hou; elle est différente de celle de Yang Cheng Fu. Dans les classiques du Taiji, on peut lire: « Le corps bouge comme des pièces de monnaies le long d'une ficelle ». — Ndlr: les pièces de monnaies chinoises ayant un trou en leur centre, elles pouvaient être enfilées sur une cordelette —. C'est exactement l'image des vertèbres et du mouvement de fouet de la colonne vertébrale. Mais Yang Cheng Fu a enlevé cette notion en 1928. Il a changé les postures et surtout a éliminé les mouvements de la colonne vertébrale. Etant le premier maître de Taiji à avoir enseigné à des non Chinois, la société conservatrice l'a obligé à retenir son enseignement, et c'est ainsi qu'il a trouvé un compromis. Or sans mouvement de la spirale, il n'y a pas de jin. Sans



jin, on ne peut pas se servir du Tai Ji Quan.

### GTao : Dans vos séminaires, utilisez-vous des termes chinois ?

Dr. Y. J. M. : J'essaie toujours de mixer. L'important dans les termes chinois est de comprendre leur sens. Si les élèves connaissent les mots sans en connaître la signification, ça n'a aucun intérêt. Les Chinois utilisent le Chinois parce qu'ils en comprennent le sens. Aujourd'hui, beaucoup de gens veulent apprendre l'acupuncture. Ils apprennent les points de méridiens : 6 VB, 14 GI... mais ça n'a aucun sens. Chaque point à un nom très clair et précis en Chinois qui apporte une grande précision quand à la nature du point lui-même. Comment voulez-vous avoir cette précision en entendant 6VB, 14 GI ? Vous perdez le contact.

### GTao : La culture occidentale s'attache plus à l'image qu'au mouvement. N'est-ce pas une limite pour l'apprentissage ?

Dr. Y. J. M. : Absolument, le concept principal est la sensation (*feeling*). Les cultures occidentales façon McDonald mangent pour le goût, par pour la sensation. Pour la pratique, c'est la même chose. Les Occidentaux veulent apprendre mais pas s'entraîner, ils veulent le goût mais pas la sensation. C'est très superficiel. Et c'est un problème de mentalité. On n'apprend pas l'art martial, on le ressent. Regarder est superficiel, comme étudier dans les livres. Car êtes-vous pour autant devenu un Jedi ? Non. Il vous manque la sensation. Dans *Star Wars*, Luke deman-

de à Yoda : « Quand pourrais-je être un Jedi ? ». Yoda lui répond qu'il lui faudra affronter Dark Vador. Alors Luke fait un rêve dans lequel il l'affronte. A la fin, Dark Vador retire son masque, et Luke voit son propre visage. Voilà le message : « Tu dois te conquérir toi-même » ! Apprendre est une chose, mais ce n'est pas se conquérir. Apprendre une forme, c'est simple, on peut le faire très rapidement, mais ce qui manque souvent, c'est le feeling. Dans les temps anciens, lorsqu'on étudiait auprès d'un maître, on n'apprenait pas seulement à bouger, on s'imprégnait aussi de sa façon de penser, de son rythme de vie. Ce que le fils apprend de son père, ce n'est pas par la parole, c'est par la sensation, tous les jours à tout moment. Ca vient directement du cœur. Car l'art c'est la vie.

### GTao : Quel est le lien entre les spirales et le Qi ?

Dr. Y. J. M. : C'est un vaste sujet. Si on revient au Yi Jing, entre le rond et le yin-yang, on trouve la spirale. Il y a plusieurs milliers d'années, les Chinois comprenaient déjà que dans cet univers, il existe une force qui fait bouger les choses à partir du vide. Les sciences modernes appellent matière et antimatière ce qui peut être créé à partir du vide, et qui une fois réunis devient à nouveau le vide. A l'Est, on appelle cette puissance du Taiji, le Dao, la voie naturelle. Ici, on l'appelle Dieu. Dans *Star Wars*, c'est « la force ». Mais ce symbole du Taiji et du yin-yang est une représentation en deux dimensions. Si vous en rajoutez une troisième, vous obtenez un vortex. C'est une manifestation que l'on retrouve à toutes les échelles de l'univers.

### GTao : Que devient ce concept dans le Tai Ji Quan ?

Dr. Y. J. M. : Avant tout mouvement, il y a Wuji, sans haut ni bas, juste un point. Dès que vous bougez apparaissent des dimensions. C'est le yin-yang. Mais qu'est-ce qui m'a fait bouger ? C'est mon esprit. Mon intention guide l'énergie, ce qui produit l'action. L'esprit est interne, l'esprit est le « dieu » du corps, la force qui fait bouger. L'esprit est très puissant, il n'a pas de frontière. Il peut aller rapidement à l'autre bout de la galaxie, revenir à hier, et imaginer demain. Il est donc très important que les gens comprennent que le Tai Ji Quan est une manifestation de l'esprit dans des mouvements spiralés. Alors cela devient un Art martial. Sans cela on ne peut pas comprendre l'essence du Tai Ji Quan.

### GTao : Quels sont vos projets ?

Dr. Y. J. M. : La création du « Qi Gong public research foundation ». Il a pour but de traduire tous les anciens documents. Ces traductions devraient être enrichies de commentaires occidentaux. Il concerne aussi l'expérimentation pour la santé, à savoir étudier les bienfaits du Qi Gong sur les maladies dégénératives et/ou cardiaques entre autres. Enfin il concerne l'étude des pollutions radio-magnétiques. Les temps modernes ont développé des technologies qui ont fondamentalement changé notre environnement électromagnétique et cette pollution est mésestimée, voire niée par les gouvernements et les industriels. Pourtant on sait que l'exposition à certains champs favorise le développement de cancers.

Pour en savoir plus, consulter le carnet d'adresse p. 66.