

Le TAI CHI du PACIFIQUE



En 2004 et en 2005, maître Wen était déjà venu en France, invité par son élève David Florentin pour animer deux semaines de stages de Tai Chi de style Chen.

Cette année encore maître Wen revient enseigner son art avec simplicité et humilité.

Les particularités de maître Wen ?

Il habite à Tahiti sous les cocotiers, et maîtrise les rudiments de notre langue, ce qui en fait un interlocuteur privilégié pour les participants à ces stages.

Mais comment cela se passe un stage avec maître WEN?

Visite guidée...

Le premier stage 2005 s'est déroulé au sein d'un cadre verdoyant, tout proche de la capitale des Alpes : Le moulin des acacias (Le Fontanil, Isère).

C'est dans le parc qui entoure cet ancien moulin, à l'ombre des montagnes que les stagiaires se retrouvent le Lundi après-midi. Maître Wen est présenté aux élèves par David Florentin, élève du maître et professeur à Grenoble. Une partie des stagiaires avait déjà eu la chance de rencontrer Maître Wen lors de son précédent séjour en France (En 2004, maître Wen donnait une série de stage pour la première fois en France). Pour les autres, c'est l'occasion de constater la puissance tranquille qui émane de lui dès la première rencontre.

Au programme de cette semaine : « Étude des cinq séries de TUISSHOU ». Après le travail de préparation du corps, les exercices de bases autour des forces PENG, LU, JI, AN, CAI, LIE, ZHOU et KAO, les exercices de TUISSHOU débutent dès le Lundi avec l'étude de DINGBU TUISSHOU (Poussée des mains avec les pas fixes). C'est le moment pour les participants du stage de « croiser » les avant-bras. Comme certains se rencontrent pour la première fois, c'est aussi l'occasion de découvrir de nouveaux partenaires, et ainsi d'enrichir son TUISSHOU





Biographie de Maître Wen

Maître WEN est officiellement reconnu comme douzième génération du Tai ji quan Style Chen, (branche du grand Maître Chen Zheng Lei), il est membre du Bureau de Propagation de Tai ji quan style Chen auprès du Grand Maître Chen Zheng Lei. Il est diplômé de la « Chinese Wu Shu Research Institute », Prix d'Excellence au deuxième Championnat international de Tai ji quan en Chine, diplômé d'Etat et professeur du Tai ji quan, il a aussi obtenu différents certificats pour sa performance au niveau de l'Art Martial chinois. Maître WEN est également élève du Grand Maître Feng Zhi Qiang , dixième génération du Tai ji quan style Chen.

Il est maintenant installé à Tahiti depuis plusieurs années, ce qui lui a permis d'apprendre la langue française et d'en maîtriser ses rudiments. Il est ainsi un vrai plaisir pour nous francophones de pouvoir s'entretenir directement avec un authentique Maître sans avoir besoin d'interprète. Il a aussi passé avec succès un BEES 1^{er} degré.

à l'écoute des mouvements de chacun.

Maître Wen insiste d'ailleurs dès le début sur ce point : Il faut écouter et s'adapter à son partenaire. Le TUI SHOU n'est pas une chorégraphie millimétrée qui s'exécute à deux. Le but de ces exercices est de développer l'écoute, jusqu'à ce que l'intention du partenaire se révèle avant même qu'il ait entamé son mouvement.

Le Mardi est consacré à l'étude de HUOBU TUI SHOU

JIN LŪ TUI LŪ (Poussée des mains en avançant d'un pas et reculant d'un pas). Maître Wen surveille patiemment le travail de chacun, et intervient pour corriger ou expliquer certains points. Sa maîtrise de la langue française et sa disponibilité facilite grandement les échanges.

Le Mercredi met les participants à rude épreuve, puisque c'est DA LŪ TUI SHOU (grand LU) qui est étudié : Chacun travaillant à la hauteur qu'il peut !

Le Jeudi est consacré à

HUAJIAOBU TUI SHOU (Poussée des mains avec pas changeants). Les stagiaires sont de plus en plus libres dans leurs mouvements, ce qui oblige tout le monde à se concentrer sur l'écoute. Le Vendredi permet aux participants de revenir sur tous ces exercices, et de profiter de la présence du Maître pour poser des questions. Ce dernier après midi se termine par la traditionnelle remise des « certificats de participation », et c'est sous les applaudissements des stagiaires que le maître clos ce premier stage.



Les stagiaires durant le travail de Laojia Yi Lü

Le stage de week-end qui suit se déroule en altitude, aux portes de la Chartreuse (Mt St Martin, Isère). Les stagiaires font rapidement connaissance, car l'entraînement commence dès le Samedi matin. Le programme, « perfectionnement de LAO JIA YI LÜ » (premier enchaînement ancien du style Chen, ou 74 mouvements). Le matin est consacré aux révisions. Certains élèves de maître Wen ont fait le voyage depuis Tahiti (Où maître Wen habite, et où il a ouvert une école en 1991). C'est l'occasion d'échanger de nombreuses perspectives ensoleillées ! La pause de midi permet à

certains élèves de défier Maître Wen à la pétanque, ce qui permet de passer un moment convivial avec le Maître. Tout le monde se remet à l'étude de l'enchaînement en début d'après midi. La puissance qui se dégage du Maître quand il montre un mouvement étonne, car cela paraît d'une légèreté et d'une simplicité à le voir. Il communique à chacun l'envie de travailler. « Il faut répéter, encore et encore » dit-il souvent aux stagiaires, « Il n'y a pas de secret, il y a le travail et encore le travail ». Puis il circule au milieu des étudiants et corrige, conseille ou encourage. La soirée est conviviale, mais

personne ne veille tard... Une bonne fatigue pousse chacun vers son lit. Tout le monde est logé sur place. Le rendez-vous est donné le lendemain matin, pour les échauffements matinaux avant le petit déjeuner.

Le Dimanche passe très vite, et tout le monde avance dans l'enchaînement à son rythme. La journée se termine sous les applaudissements des stagiaires, et quelques présents sont offerts à maître Wen. Chacun à l'occasion de le remercier, quelques adresses et numéro de téléphone sont échangés... Tout le monde se dit déjà : « A l'année prochaine ! ».



Maître Wen travaillant Da Lu avec un de ses élèves (ci-dessus)



David Florentin entraîné à réaliser La Jeune femme de jade à la navette (Yu Nu Chuan Suo)
Photo ci-contre



Maître Wen entraînant à réaliser Xie Xing (Posture oblique)

Les dates des stages 2006 :

Stage de Taiji Quan Style Chen les 15 et 16 avril 2006

Stage de Taiji Quan Style Chen du 26 juin au 30 juin 2006 avec Maître Wen.

Stage de Taiji Quan Style Chen les 1^{er} et 2 juillet 2006 avec Maître Wen

Vous pouvez prendre des cours à Grenoble et dans les environs avec l'association Taiji Wushu Club Grenoble

-20 rue Guynemer à Grenoble
-Gymnase Aristide Bergès : Limite Fontaine/Seyssinet (Salle Oisans)
-Moulin des acacias : Le Fontanil Cornillon (à 10mn de Grenoble)

Site web:

<http://www.taiji-grenoble.com>