

## LI et JIN, Force externe et Force interne

Les pratiquants de TAI JI QUAN opposent souvent les expressions «force externe» et «force interne». En chinois, ces termes correspondent aux sinogrammes **LI** (4<sup>ème</sup> ton) et **JIN** (4<sup>ème</sup> ton). Le pictogramme LI représente un «tendon ou une fibre musculaire» d'après Kyril Ryjik ("L'idiot chinois" aux éditions Payot). Pour Wang Hongyuan ("Aux sources de l'écriture chinoise", éditions Sinolingua Beijing), il s'agirait plutôt d'un bras :



LI signifie «force», «capacité», «puissance», et évoque dans le cadre du TAI JI QUAN la force qualifiée d' «externe» ou «dure» purement musculaire. Par exemple, c'est la force utilisée pour soulever un objet lourd : les muscles sont alors tendus et bandés. On lui oppose l'idéogramme JIN :



Sur la droite, on reconnaît «force» LI vu précédemment. Sur la gauche, c'est l'élément JING (1<sup>er</sup> ton) :



Il s'agit d'après Kyril Ryjik d' «un homme debout en train d'examiner le réseau des eaux sous le sol», signifiant «réseau de forces ou d'influx». Les chinois utilisent le terme JIN dans des expressions comme JIN GONG (GONG «arc» 1<sup>er</sup> ton) qui fait référence à la force d'un arc puissant, ou JIN FENG (FENG «vent» 1<sup>er</sup> ton) qui fait référence à la force d'un vent violent. Le terme JIN est parfois traduit «force interne» ou «force souple» par les pratiquants de TAI JI QUAN . On constate que la force n'est pas liée ici à un seul muscle (comme dans LI), mais à tout un réseau. JIN est une force fluide et sans forme, produite par le travail détendu du corps dans tout son ensemble.

