

# Femmes du TAO

## L'ÂME D'UNE FÉDÉRATION

Portée par une philosophie du mouvement, Anya Méot souhaite appliquer les principes de qualité du Taï Ji Quan dans son œuvre de développement des arts internes au sein de la FTCCG (Fédération de Taïchi Chuan & Chi Gong).



**L**e récent agrément accordé par le Ministère de la Jeunesse et des Sports pour les arts martiaux chinois internes et énergétiques, doit beaucoup à la persévérance de cette femme passionnée de traditions énergétiques. Qui est-elle ? Quel a été son parcours ? Pourquoi a-t-elle consacré sa vie actuelle à la fédération au point d'en faire une vocation ? Comment voit-elle l'avenir de cette nouvelle fédération ?



Par Delphine L'Huillier

## Un parcours influencé par la danse

- **New Génération Tao.** : Anya Méot, pouvez-vous nous faire partager des moments importants de votre vie ?

- **Anya Méot** : Je suis née par hasard en Algérie en 1941, pendant la guerre. J'ai vécu ma petite enfance en Afrique du Nord jusqu'en 1947 pour venir ensuite à Paris puis à Nice. Je suis retournée plus tard en Algérie de 1958 à 1962. Et là je dois signaler un événement important qui aujourd'hui encore influence ma vie : j'ai commencé la danse à l'âge de 6 ans, c'est-à-dire il y a 52 ans puisque je suis dans ma 58<sup>ème</sup> année. Entre 12 et 21 ans, je me suis essentiellement consacrée à la peinture, et à la poésie aussi, reléguant la danse au second plan. Après avoir suivi des cours du soir aux Arts Déco de Nice, et dès mon inscription aux Beaux Arts de Paris, j'ai éprouvé le besoin de me remettre à la danse. **Youra Loboff** est devenu mon professeur, très russe. De grands danseurs suivaient ses cours de



*En répétition de Tao Lu d'épée*

"classique", et parallèlement, j'ai goûté à d'autres styles de danse, notamment avec les compagnies américaines qui donnaient des stages à Paris ou Avignon. J'ai même écrit des articles sur la danse et les danseurs, sur les films d'art et d'essai et

sur la peinture. Grâce à l'Anglais, l'Italien, et l'Espagnol, je faisais des traductions pour gagner ma vie. J'aimais changer, varier... Peu à peu, à travers la danse, je me suis intéressée à l'énergie, via y compris l'astrologie qui me passionnait depuis l'âge de 17 ans par ses indications sur les mouvements provoqués par les énergies du Ciel et de la Terre.

- **N.G.T.** : L'énergie, puis les arts martiaux ?

- **A.M.** : J'avais entendu longtemps mon grand frère parler de judo. Quand j'ai rencontré mon mari, **Yan Méot**, aux Beaux Arts, il s'intéressait aux arts martiaux japonais. Quand il a commencé l'Aïkido, j'ai commencé le Tai ji Quan. En 1975, j'ai choisi le style Tung via mes certitudes "pifométriques", et donc le groupe d'**Henriette Nicolas**, avec pour professeur particulier, **Jacqueline Lassart** pour laquelle je garde affection, gratitude et admiration.



*Anya en compagnie de ses élèves*



*La main qui perce !*

Plus tard, j'ai éprouvé la nécessité de rencontrer **Tung Kai Ying**, qui avait été leur maître durant les cours de **Tung Hu Ling**, son père.

- **N.G.T.** : Le Tai Ji Quan s'inscrivait dans une continuité ?

- **A.M.** : En danse, tout ce qui avait trait à l'énergie m'intéressait. J'avais aimé travailler, au début, parallèlement au Tai Ji, avec une compagnie, "**Solaris Dance Theater**". Tous les danseurs y étaient 1<sup>er</sup> dan d'Aikido, et pouvaient porter l'Hakama. J'ai également trouvé, avec **Yoshi Oida**, un travail corporel qui allait du Nô à l'improvisation, travaillé la

*En danse, tout  
ce qui avait trait à  
l'énergie  
m'intéressait*

chorégraphie avec les Américains, et aussi pratiqué la giration (comme les Derviches, mais de façon non traditionnelle)...

### Vers une conscience de l'énergie dans le mouvement

- **N.G.T.** : Vous êtes finalement passée de la tradition japonaise à la tradition chinoise ?

- **A.M.** : J'avais besoin d'une "**tradition de l'énergie**" pour mettre de l'ordre dans tout ce que je ressentais dans le mouvement. Comme les parents dirigent trop tôt leurs enfants dans les cours de danse classique, **Youra Loboff** m'avait demandé de leur enseigner "autrement" pendant un an ou deux, avant de les initier moi-même à la première année de classique. Je leur proposais une danse simple, équilibrante et énergétique, proche de certains Qi Gong que j'ai découverts par la suite,

avec silence ou musiques médiévales, celtiques, occitanes... Conscience du mouvement naturel, de l'espace et de ses quatre orientés, de l'enracinement et de la spirale, des "fils" de l'énergie. Ces cours se sont aussi développés pour adultes et j'appelais cela "**Danse de la Vie**". Mais il me manquait de me relier à la tradition du "mouvement-avec-l'énergie", et il me semble que c'est la Chine qui l'a gardée, notamment à travers ses arts martiaux internes.

*Dans le Tai Ji, le seul  
repère que l'on ait resté  
le mouvement.*

- **N.G.T.** : Plus concrètement, que vous a apporté cette découverte du Tai Ji Quan ?

- **A.M.** : Le Tai Ji Quan a recentré cette dispersion tournée vers les arts, la recherche essentielle et le mouvement.

Dans le Tai Ji, le seul repère que l'on ait resté le mouvement. La société a peur du mouvement. Alors qu'on ne peut pas fuir le mouvement de la vie... Pas plus qu'on ne peut être en dehors de la société. On ne peut qu'y participer, et devancer, accompagner ou suivre ce mouvement. Dans les cours, par exemple, les élèves cherchent à repérer et apprendre des positions, mais le Tai Ji n'est pas la posture. C'est le passage d'une posture à l'autre. Je mets cette idée en mouvement concret, en application, dans ma vie et autour de moi. Toujours aller de l'avant, ne pas dire "je m'arrête" ; l'arrêt n'est qu'au centre, au calme, même dans l'action. Les pratiquants peuvent ressentir des douleurs dans cette pratique, et s'en débarrassent dès qu'ils cessent d'élaborer leur gestuelle de manière statique, comme une succession de postures plutôt que comme un processus dynamique. Dans la vie, c'est pareil : si l'on se dit "C'est un mouvement", cela passe.

### Le principe féminin, les femmes et les arts martiaux

- **N.G.T.** : Dans la perspective chinoise, vous sentez-vous proche du Taoïsme ou du Confucianisme ?



*Anya lors d'une conversation détendue avec Maître Tung Kai Ying*

**A.M.** : Les deux sont complémentaires. Le Taoïsme est intérieur et le Confucianisme est social, il permet l'adaptation à la société. Il existe un échange entre soi et la société et si cet échange n'existe pas, il y a "blocage de l'énergie".

- **N.G.T.** : Vous ne vous sentez pas plus d'affinité pour l'un que pour l'autre ?

- **A.M.** : Le Taoïsme est magnifique, grandiose, et à la fois "tout simple et naturel". L'attitude confucianiste m'a toujours demandé un effort. Mais je m'intéresse à toutes les traditions, je ne les mets pas en opposition les unes avec les autres. Je pense que chacune porte une partie de la dimension d'un être humain. J'aime aussi l'époque médiévale avec ses alchimistes, ses moines et templiers, ses femmes Hildegarde Von Bingen, Aliénor d'Aquitaine et Christine de Pisan, ses hommes, Bernard de Clairvaux, Avicenne, Maimonide, jusqu'à Paracelse... J'aime la Kabbale, les traditions de l'Inde et celles des Celtes...

- **N.G.T.** : Et dans votre pratique, quelle part accordez-vous à la féminité ?

- **A.M.** : Le principe féminin, dans des traditions comme le Taoïsme ou la Kabbale, est souligné : ces traditions expriment que quelque chose de féminin est à l'origine, bien sûr. Le Tao Te King dit "Mère abyssale, mère profonde" là où la sphère de Binah est dite par exemple : "Mère brillante". Cela m'intéresse comme compréhension de la vie. Et le Tao c'est la Vie qu'on ne peut nommer. Quant à la place des femmes dans les arts martiaux, on est encore un peu "machos" en France : il faut décompter les représentants des "féminines" dans les fédérations

sportives, comme l'on décompte les espèces animales en voie de disparition. Mais si elles sont nombreuses en Tai Ji, elles sont encore en voie d'apparition dans leur passion pour ses aspects martiaux, pour le Quan, le poing bien concret, la main !

*J'aime dans le Tai Ji  
cette part de sensibilité,  
de plus en plus subtile,  
de plus en plus ronde et  
féminine, et en même  
temps, cette "force" de  
plus en plus grande.*

-**N.G.T.** : Vous devez ces découvertes à votre enseignement ?

- **A.M.** : J'enseigne le Tai Ji Quan depuis 1979, principalement dans l'association Toum fondée en 1983 et dans les groupes Toum que mes anciens et actuels élèves ont créés. Mais depuis 1979, je n'ai pas arrêté de me recycler. Puis je suis allée deux fois par an en Californie, ou au Danemark travailler avec Tung Kai Ying, petit-fils de Dong Ying Jié, le rencontrer régulièrement, en l'invitant à Paris. Tung est l'ancienne traduction, Dong est la transcription pinyin. C'est la même famille.

*Préparation du simple fouet*





- **N.G.T.** : Vous n'avez pas eu envie d'explorer d'autres lignées ?

- **A.M.** : Non, car il y a beaucoup à pratiquer encore et à approfondir sur ce chemin. Faire une chose "bien" me semble préférable à en faire trois moyennement. J'aime le "style Tung" avec plusieurs très beaux enchaînements de base, Yang et Tung, au travail complémentaire... Comme le grand père de **Tung Kai Ying** avait étudié avec un

nous ont rejoints, soutenus, aidés, rassurés par leur présence dans les moments difficiles.

Je suis assez fière, pour nos pratiques, qu'elles n'aient pas accepté, sans broncher, la situation qui leur était faite.

**Il aura fallu 9 ans, un cycle chinois...** D'ici deux ans, nous espérons voir les arts énergétiques, les arts martiaux internes et aussi... externes, fonctionner et avancer tous ensemble.

- **N.G.T.** : Et l'avenir ?

- **A.M.** : Il faut continuer à rassembler les forces en présence, à discuter, à créer d'une manière taoïste dans des structures confucianistes. L'idée fédérale a gagné l'Europe, elle s'est mise en route, la "Taïchi Chuan & Qigong Federation for Europe" (TCFE) est fondée à Utrecht, je souhaite aller en Juillet prochain en Hongrie au 3e congrès forum européen.

A propos de la fédération

maître de l'Ecole **Hao**, avant de devenir l'assistant (et co auteur du livre) de **Yang Chen Fu**, nous avons "hérité" de cet enseignement rare, du pur style Yang traditionnel, sur fond de **Hao**, intégrant des façons de faire que je retrouve dans des formes qui se disent plus anciennes. Des mouvements longs et assez bas pliés, étirés doucement, et il y a aussi des changements de vitesse, du jeu, une créativité possible dans ... la tradition. C'est cohérent et complet.

- **N.G.T.** : Que pouvez-vous nous dire sur les arts martiaux chinois internes, aujourd'hui en France plus particulièrement, et sur votre rôle au sein de la fédération ?

- **A.M.** : Je peux dire que j'ai été l'âme de cette fédération. C'est peut être un grand mot, mais j'ai eu l'idée (soufflée à plusieurs reprises, il est vrai, par **Masamichi Noro**, maître fondateur du **Kinomochi**). Une trentaine de "fédérations" fleurissaient dans la plus grande incohérence. Il en fallait une vraie, qui unisse tout le monde. Mes élèves m'ont dit "Tu la veux ? Faisons-la". Nous nous sommes tous soutenus là-dedans. **Hugues Deriaz** le président, **Roger Mastini**, le vice-président avec son côté très "juriste" et bon "négociateur" et moi avons été le trio-clé. Mais quelques autres, beaucoup d'autres,

*Il y a eu un vrai combat, ensemble, celui d'être reconnus, de sortir les arts martiaux chinois internes et énergétiques de leur étouffoir japonais.*

### Des émotions dans le corps

- **N.G.T.** : Travaillez-vous sur la dimension émotionnelle dans le Taï Ji Quan ?

- **A.M.** : Les gens tiennent sur leurs deux pieds, mais en Taï Ji Quan, debout, ils ont par exemple, peur de tomber. En contact à deux, Tuishou, ils ont peur de l'autre. L'attitude corporelle change quand il y a une émotion mal canalisée.

- **N.G.T.** : Vous avez connu cette peur ?

- **A.M.** : Je l'ai ressentie, comme bien d'autres émotions, trouvées dans mes attitudes, je me suis interrogée : Pourquoi suis-je bloquée là ? Un ostéopathe, un kinésologue, ou la médecine énergétique, expliquent très bien les rapports entre les

émotions, les attitudes mentales et les organes, les os, les muscles, les tendons...

- **N.G.T.** : Développement personnel et Taï Ji Quan, vous faites un lien ?

- **A.M.** : Je n'en parle absolument pas dans mes cours. Pour moi la philosophie, la sagesse, sont corporels, corps et actions. Dans le mouvement et même dans la poussée des mains à deux. Dans la mise en pratique quotidienne, je fais confiance au Taï Ji Quan (et au Tao) pour que les gens n'aient pas besoin de discours et qu'ils comprennent. Leur corps change... et leur tête change. Leurs cellules s'enracinent (dans le Ciel-Terre cher aux pères du Taoïsme) leur idéal s'enracine à son tour. Les idées sans une mise en pratique sont néfastes.

*Pour moi la philosophie, la sagesse, sont corporels, corps et actions.*

- **N.G.T.** : Vous auriez envie d'ajouter quelque chose pour conclure ?

- **A.M.** : Ce qui m'intéresse dans l'enseignement, tout en laissant grande liberté aux gens, tout en disant qu'il n'y a pas de règles, sinon peut-être des règles rondes, qui se succèdent les unes aux autres, se complètent même si elles semblent s'opposer (encore le Yin/Yang !)... c'est que continue chez les élèves le goût pour un approfondissement à long terme, pour une recherche fine et subtile. Ce que j'appelle le goût pour la Vie. Le goût de vivre. C'est peut être un peu égoïste : être entourée de personnes qui ont ce goût-là, quel rêve à enraciner !

**D.L.H.**

**Photos d'André Duclos**

\* Pour connaître les activités des groupes **Toum & Amis** : 74, rue Jean Jacques Rousseau - 75001 Paris - tél : 01 42 60 21 01