



延年太極扇譜

YANNIAN TAIJI SHAN PU

Nom des gestes de l'éventail du Taiji de Me Wang Yen-nien

預備式 - 起式

0. YUBEI SHI - QI SHI

Préparation - Ouverture

白鶴亮翅

1. BAI HE LIANG CHI

La grue blanche déploie ses ailes

青龍出水

2. QING LONG CHU SHUI

Le dragon vert surgit des eaux

左化右扇

3. ZUO HUA YOU SHAN

Parer à gauche, éventer à droite

上步推扇

4. SHANG BU TUI SHAN

Faire un pas, pousser avec l'éventail

轉身背扇橫掃

5. ZHUAN SHEN BEI SHAN HENG SAO

Se retourner, passer l'éventail dans le dos et balayer latéralement

探海式

6. TAN HAI SHI

Explorer la mer

烏龍擺尾

7. WU LONG BAI WEI

Le dragon noir agite sa queue

魚腹藏扇

8. YU FU CANG SHAN

Dissimuler l'éventail dans le ventre du poisson

犀牛望月

9. XINIU WANG YUE

Le rhinocéros observe la lune

青龍探爪

10. QING LONG TAN ZHUA

Le dragon vert explore avec ses griffes

指天擊地

11. ZHI TIAN JI DI

Pointer vers le ciel, frapper vers la terre

獅子搖頭

12. SHIZI YAO TOU

Le lion secoue la tête

轉身背扇橫掃

13. ZHUAN SHEN BEI SHAN HENG SAO

Se retourner, passer l'éventail dans le dos et balayer latéralement

順水推舟

14. SHUN SHUI TUI ZHOU

Pousser la barque dans le courant

流星趕月

15. LIN XING GAN YUE

L'étoile filante poursuit la Lune

鳳凰三點頭

16. FENGHUANG SAN DIAN TOU

Le phénix dodeline trois fois de la tête

左右飛扇

17. ZUO YOU FEI SHAN

L'éventail flotte à gauche et à droite

左右落花  
18. ZUO YOU LUO HUA  
Les fleurs tombent à gauche et à droite

橫掃擠頂  
19. HENG SAO JI DING  
Balayer latéralement, frapper le sommet

白蛇吐信  
20. BAI SHE TU XIN  
Le serpent blanc darde sa langue

力劈華山  
21. LI PI HUA SHAN  
Fendre avec force le mont Hua

魁星式  
22. KUEI XING SHI  
La posture du dieu de la Littérature

轉身烏龍攪柱  
23. ZHUAN SHEN WU LONG JIAO ZHU  
Se retourner, le dragon noir s'enroule autour du pilier

靈貓捕鼠  
24. LING MAO BU SHU  
Le chat agile attrape le rat

引進落空  
25. YIN JIN LUO KONG  
Attirer dans le vide

三環扇  
26. SAN HUAN SHAN  
Trois cercles avec l'éventail

上下三刺  
27. SHANG XIA SAN CI  
Piquer trois fois en haut et en bas

回頭望月  
28. HUI TOU WANG YUE  
Tourner la tête et observer la Lune

大鵬展翅  
29. DA PENG ZHAN CHI  
Le grand roc déploie ses ailes

左右搖扇  
30. ZUO YOU YAO SHAN  
Agiter l'éventail à gauche et à droite

轉身背扇橫掃  
31. ZHUAN SHEN BEI SHAN HENG SAO  
Se retourner, passer l'éventail dans le dos et balayer latéralement

白猿獻果  
32. BAI YUAN XIAN GUO  
Le gibbon blanc offre des fruits

燕子入巢  
33. YANZI RU CHAO  
L'hirondelle rentre dans son nid

風掃梅花  
34. FENG SAO MEI HUA  
Le vent balaie les fleurs de prunier

上步指南  
35. SHANG BU ZHI NAN  
Faire un pas, pointer le sud

抱扇合太極  
36. BAO SHAN HE TAIJI  
Embrasser l'éventail, atteindre l'unité avec le Taiji

完  
WAN  
Fin

*Les mouvements de l'éventail seront aussi légers et souples que le vol du phénix. Les poignets, les coudes, les épaules, la taille, les cuisses, tous seront légers, souples et relâchés. Que les mouvements soient d'avance, de recul ou d'esquive, ou qu'ils soient des sauts, tous seront légers et souples aussi bien que stables et fermes.*

*Wang Yen-nien (1914-2008)*