



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)