## Crésors des Arts Martiaux

Questions et réponses sur le Taiji Quan présente l'étude la plus complète sur les différents aspects de la pratique originelle du style Yang de Taiji quan.

Il est l'unique texte à recueillir l'enseignement oral de son fondateur, YANG CHENGFU. L'auteur, CHEN WEIMING, fut l'un des plus brillants disciples de ce grand maître ainsi que l'un des principaux artisans de la diffusion de son école en Chine.

Publié à Shanghai en 1929, Questions et réponses sur le Taiji Quan expose les principes énergétiques régissant l'enchaînement ainsi que les poussées des mains, sans négliger certains aspects supérieurs de la pratique relatifs au combat ou à la méditation.

Ce texte inédit a été traduit directement du chinois et complété par une étude historique retraçant l'apparition et l'évolution du Taiji Quan. En annexe figurent les listes des enchaînements lents et rapides de l'école Yang ainsi qu'une présentation de la méthode d'enseignement de Chen Weiming.

Cet ouvrage constitue une source inépuisable d'informations pour le pratiquant de Taiji Quan et une introduction idéale pour tout néophyte.