



FWS

Fédération de WuShu

CHARTE DU PRATIQUANT

Document édité par la Commission Ethique
de la Fédération de WuShu
Auteur : Charlotte Wihane

CHARTRE

Principes généraux pour la pratique

→ à travers *Votre Ecole*, les principes fondamentaux du *WuShu KungFu* :

A/ Règles Générales

La salle des Arts Martiaux est un lieu privilégié qui a toutes ses exigences, ses codes et son rituel. On peut parler de rituel et c'est souvent ce qui apostrophe les **non pratiquants** lorsque, pour la première fois, ils s'introduisent sur le lieu dit de la « Praxis Asiatique » le lieu qu'on appelle aussi communément un dojo (terme japonais) : au sein de cet espace clos qui ressemblerait, symboliquement, à un temple formateur et initiateur, on retrouve différents rituels qui semblent, au départ, exagérés, superficiels ou inutiles, mais en fait qui ont une importante primordiale car ils sont la garantie de la pérennité du WuShu et la garantie de votre excellente formation.

C'est pourquoi, il nous est utile, ici, de présenter de manière succincte, les principaux codes d'entrée et d'initiation à la pratique des arts martiaux chinois. Ceci pourrait être considéré comme un fil conducteur sur lequel on peut se reposer lorsqu'il s'agira de resituer notre pratique et de se repositionner en général.

ART CORPS

où

Chaque règle concerne la sécurité et le bien-être de tous

Le but ici est de guider les **premiers comportements** du pratiquant débutant dans notre école et pour les plus anciens de comprendre implicitement le rôle essentiel que jouent ces règles sur la progression spirituelle et physique.

La vie quotidienne est remplie de coutumes et d'usages qui permettent à chacun de communiquer et de réduire les risques de déception. Ceci est encore plus important dans une société où la violence apparente n'est tempérée que par **un code d'honneur strict**.

En entrant dans une salle de WuShu, vous pénétrez dans un monde différent, un monde de « guerriers et de guerrières » qui ont, toutefois, déposés les armes pour être pacifistes envers vous

C'est grâce aux règles de comportement que nous pouvons pratiquer en toute sécurité, sans tendance agressive, développer la compassion et le respect des autres et de soi-même dans la tolérance mutuelle.

Dans notre école, on ne doit pas étaler **son ego** (**Le pouce du salut** est courbé et attaché à l'index) mais élever et purifier son corps ainsi que son âme par un entraînement soutenu et régulier. Les règles suivantes sont indispensables au maintien d'une ambiance propice à l'étude du WuShu.

Article 1 : Identité immuable

Cette école fonctionne suivant des règles traditionnelles et immuables à tous les arts martiaux ou non martiaux chinois. C'est l'endroit consacré à recevoir l'enseignement du WuShu dispensé par votre Professeur.

Il est dans votre intérêt de respecter l'enseignement et la philosophie que contiennent le WuShu ou les arts chinois et la manière dont le Professeur les transmet

Article 2 : Identité corporative

Il est de votre devoir en tant qu'élève d'honorer et de suivre cet enseignement en respectant le Professeur et les autres élèves de l'école.

Vous faites partie d'une Fédération, celle du WuShu (FWS), et en tant que licencié vous faites aussi partie d'une école de vie qui lie le sentiment artistique corporel au sentiment éthique, spirituel et vertueux.

Acceptez les conseils du Sifu votre Professeur et essayez de les appliquer avec sincérité, du mieux que vous pourrez. Acceptez aussi les conseils des anciens qui ont été introduits avant vous sur le WuShu Guan l'équivalent du Dojo.

Article 3 : Unité du lieu de travail

Chaque élève peut participer à la création d'une atmosphère positive d'harmonie et de respect ; en arrivant à l'heure, en tenue recommandée par l'école.

Tous les pratiquants étudient les mêmes principes. Le désaccord ne doit pas naître au sein du Groupe, s'il n'est pas constructif ! et tous les pratiquants de notre école forment une famille :

[Le secret du Wushu est Harmonie.](#)

La tenue est longue, ample : elle favorise la liberté dans les mouvements et dans la pratique.

Pas de bijoux : c'est une question de sécurité et pour ne pas se blesser pendant l'entraînement.

Article 4 : Cotisations et licence

Le paiement du cours, l'assurance et toute autre cotisation telles que [la licence](#), la demande de certificat médical vous garantit un endroit protégé pour pratiquer en toute sécurité physique, juridique et civile.

La salle d'entraînement, le [wushuguan](#), ne doit pas être utilisée à d'autres fins que les cours prévus sans la permission du Sifu.

Article 5 : Respect et discipline

Respectez le Professeur et ses enseignements tels qu'ils vous sont transmis. Vous devez fidélité (Principe de la confiance) et loyauté à votre Professeur et à votre Ecole : ce n'est pas une fidélité « bornée » et sans fondement mais un principe vertueux qui vous lie, pour l'instant de la pratique « ici et maintenant », à un enseignant.

A l'extérieur du Dojo, il vous est libre d'appliquer ou non ce que vous avez appris !

Respectez vos instruments de travail et respectez-vous mutuellement. La hiérarchie est importante pour votre apprentissage car [en tant que débutant, vous êtes un Apprenti](#) et un apprenti reste sous silence (ce silence n'est pas négatif : il vous construit et vos questions seront plus judicieuses dans l'observation) avant toute initiative pour apprendre et comprendre. Un ancien ou une ancienne pratiquante peut vous conseiller si vous êtes débutant.

Les règlements de conflits personnels sont interdits dans la salle. Le WuShu apprend à maîtriser ses passions, ce n'est en aucun cas « du combat de rue ». Vous êtes dans cette école pour transcender et purifier vos réactions premières, agressives, pour adopter l'esprit d'un véritable guerrier « l'Artiste Martial »

Article 6 : Hiérarchie et égalité

Dans l'école et pendant un cours, un certain protocole est de rigueur : Les élèves les plus anciens doivent se trouver à la gauche du Professeur, les nouvelles recrues se placent le plus à droite rang par rang et ce dans l'ordre chronologique d'arrivée : ce sera le chemin de l'apprenti au maître.

Vous ne pouvez démontrer ou enseigner une forme (TAO LU) à un autre élève même s'il appartient à notre école, sans l'autorisation expresse du Professeur.

Il est de la seule responsabilité du Professeur de décider qui pourra bénéficier de l'apprentissage des formes.

Article 7 : Ponctualité

La régularité et la ponctualité sont de rigueur dans notre école et vous devez informer le Professeur de vos éventuelles absences : elles doivent être justifiées.

La régularité est un succès de réussite dans la progression de votre art : être assidu fait parti de la vertu du pratiquant.

Article 8 : Maîtres-assistants et Assistants

Si le Professeur est en retard ou absent, c'est à son assistant qu'il revient le privilège de donner le cours. Les élèves lui doivent la même marque de respect. Au cas où tous les deux seraient absents, c'est le pratiquant le plus ancien qui devra prendre en charge l'entraînement.

Article 9 : la technique au service de l'art

Chacun a des possibilités physiques et des raisons différentes pour pratiquer le Wushu. Elles doivent être respectées, le Wushu véritable est l'application correcte et souple de la technique appropriée dans n'importe quelle circonstance. Vous devez veiller à n'occasionner aucune blessure. Il faut protéger votre partenaire et vous-même.

Il n'y aura pas d'esprit de compétition et de rivalité lors de nos entraînements. Le but du Wushu n'est pas de vaincre un adversaire mais de lutter contre vos propres instincts agressifs. La force du Wushu n'est pas dans la seule puissance musculaire mais dans la souplesse, la communication, le contrôle de soi et la modestie. Vous pratiquez en groupe et vous êtes en compétition avec vous-même et non pas seul et en compétition avec les autres.

Article 10 : sous réserve du secret

Chaque pratiquante s'engage moralement à ne jamais utiliser une technique du Wushu, à l'extérieur, pour blesser autrui ou manifester son ego. Ce n'est pas une technique de destruction mais de création et d'élévation de l'esprit. C'est l'outil visant au développement d'une société meilleure, perfectible à travers celui de la personnalité de chacun. Nous avons pour objet l'amélioration de nos réflexes et le perfectionnement de notre esprit.

B / Comportements particuliers

Le Salut (Bao Quan Li)

En entrant dans la salle d'entraînement et en la quittant, vous devez saluer votre Professeur et les autres élèves. (cf : voir texte sur les valeurs du WuShu)

(Ching Li) Point droit dans la main gauche

Saluez toujours en direction du Professeur au début et à la fin de chaque cours. Ce salut typique des arts martiaux chinois possède une grande et longue histoire.

Les Outils

Respecter vos instruments de travail. La tenue d'entraînement est obligatoire, celle de l'Ecole.

Pour certaines Ecoles, par exemple la **tenue noire aux marques de votre école. Chaussures blanches et légères. Ceinture selon votre grade.**

Votre tenue doit être propre et en bon état, celui qui ne l'apportera pas ne pourra pas suivre le cours sauf accord spécial du Professeur. Les armes doivent être rangées quand elles ne sont pas utilisées.

Assiduité et ponctualité

Vous devez être présent en tenue dans une salle, quelques minutes avant le cours. **La ponctualité** est une règle indispensable de politesse vis-à-vis de votre professeur. Il est important et essentiel d'être à l'heure pour y participer mais si vous arrivez en retard, ou si vous devez partir en avance ; attendez au bord du tapis que le Professeur vous fasse signe de vous joindre ou de quitter le cours. Saluez-le en montant ou en sortant du tapis. Veillez aussi à ne pas perturber le cours. Effectuez alors les 30 tractions et les 50 abdominaux si votre Professeur estimera bon de le faire.

Observation et silence

Lorsque le Professeur (Laoshi) vous invite à vous asseoir dans la salle pour permettre à un ou plusieurs élèves d'effectuer un enchaînement ; asseyez-vous en tailleur, n'allonger jamais les jambes et ne vous adossez pas au mur ou à un poteau, vous devez être disponible à chaque instant.

Ne quittez pas la salle d'entraînement pendant un cours sauf en cas de blessure ou de malaise avec l'accord du Professeur. Celui-ci doit toujours savoir où vous trouvez.

Quand le Professeur démontre une technique, un enchaînement, une application ; vous devez regarder attentivement en respectant le silence. Après la démonstration, regagnez votre place ou votre partenaire ; saluez le et commencez à travailler.

Dès que la fin d'une technique est annoncée par le Professeur, arrêtez immédiatement votre mouvement, saluez votre partenaire et rejoignez les autres pratiquants pour la suite du cours.

Questions

Lors d'un cours, un pratiquant ne peut stopper son entraînement sans l'accord préalable du Professeur, quelle que soit la nature de l'enchaînement travaillé.

Si pour une raison ou pour une autre, vous devez absolument poser une question au Professeur, allez vers lui, ne l'appellez jamais : saluez-le avec respect et attendez qu'il soit disponible (un salut debout suffit dans ce cas)

Quand le Professeur vous montre un mouvement en particulier pendant le cours, regardez attentivement et saluez-le lorsqu'il a terminé. Quand il corrige un autre pratiquant, vous pouvez arrêter de travailler pour regarder.

Si vous connaissez le mouvement et que vous travaillez avec une personne qui ne le connaît pas, vous pouvez le guider, mais n'essayez pas de corriger votre partenaire si vous n'avez pas le niveau requis.

Respect d'autrui et du lieu

Respecter les pratiquants les plus anciens. Ils sont vos guides quoiqu'il arrive même si votre niveau physique les dépasse, ils resteront à tout jamais vos anciens. N'oubliez jamais que vous êtes là pour travailler et non pour imposer vos idées aux autres.

Parlez le moins possible dans la salle d'entraînement, le WuShu est une expérience intérieure avant de s'affirmer extérieurement.

Ne vous prélassiez pas avant ou après le cours, la salle est réservée à ceux qui désirent travailler et progresser.

Chacun est responsable de la propreté de la salle d'entraînement. Il est interdit de manger, boire, fumer, mastiquer du chewing-gum en dehors et pendant les cours dans cette salle et le port de bijoux est interdit pendant l'entraînement

Le cours commence et se termine aussi par une cérémonie formelle qui est le salut (**Bao Quan Li**)

C/ Conclusion

Bien qu'il y ait de nombreuses règles de comportement à assimiler, elles viendront naturellement avec une pratique régulière, **pour un passage de l'initié apprenti à l'initié confirmé.**

« Plus le bambou grandit, plus il se courbe »

Le WuShu est une éducation et un perfectionnement de l'esprit. On ne vous demandera pas d'adhérer à une doctrine mais seulement de garder une ouverture large d'esprit.

Il n'y a pas de juste ou de faux dans le Wushu, si le mouvement obéit aux lois physiques de l'univers, il est correct. En suivant ces principes naturels, votre attitude sera juste et vous suivrez la parole de vos aînés.

Le WuShu n'est donc pas seulement un apprentissage de la technique, c'est l'apprentissage de la vie voire de la sagesse.

Dans votre école de WuShu, vous rencontrerez des personnes provenant de tous les milieux sociaux, de cultures, de langues, de convictions politiques différentes. Ils ne viennent pas se mesurer les uns aux autres ou imposer leurs idées aux autres mais pour apprendre à s'écouter et à communiquer. Dans la salle, nous ne pouvons dissimuler notre véritable personnalité, nos points forts et nos points faibles finissent toujours par apparaître.

Votre identité vous pouvez la construire au fur et à mesure de vos entraînements : ainsi **la nature de votre engagement technique et martial sera de vous rendre perfectible.**

A vous de trouver votre prochain chemin – Tao.

*

**