



FWS

Fédération de WuShu

KUNGFU - TAIJI
SHAOLIN - BAGUA - SANDA
Changquan - Nanquan
Fanzequan - Tongbeiquan
Piguaquan - Huaquan - Hongquan
Paoquan - Chaquan - Huxingquan
Mizongquan - Baihequan
Tanglangquan - Yinzhuaquan
Wusong - Dachengquan - Yiquan
Baguazhang - Xingyiquan
Liuhequan - Shuaijiao - Hunggar
Choylayfut - Tamtoy
Wintsun - Wingchun...

Paris, mercredi 24 avril 2007

Les Arts Martiaux Chinois Traditionnels

« Ce n'est pas parce qu'on pratique un Art Martial Traditionnel qu'on hérite de la Tradition »

Pour qu'un Art Martial soit considéré traditionnel (véhicule donc une tradition), on a besoin de remplir trois conditions sine qua non, c'est-à-dire avoir un **historique**, véhiculer une **transmission** (l'enseignement), et pour finir celle-ci doit être assurée par une **lignée** à travers la relation Maître - Disciple

En effet les Arts Martiaux Chinois ont plus de deux mille ans d'histoire, il existe des traces de ceux-ci à partir des dessins représentant des lutteurs avec des casques à cornes datant de cette période, un système ancien de la lutte chinoise appelée Go Ti ancêtre du Shui Jiao ou lutte chinoise actuelle.

On peut retracer l'existence des postures et mouvements utilisés dans les arts martiaux et surtout dans le Tao Yin (forme énergétique et gymnastique chinoise) datant de 5000 ans découverts dans la tombe de l'Empereur Ma Wang Ti, il s'agit d'une bannière qui enveloppait le sarcophage du fameux « Roi Cheval ».

En effet depuis les débuts de l'humanité l'homme à chercher à résoudre cette double équation qui est la Vie face à la mort où la sexualité face au combat, deux constantes dans la recherche du bonheur mais surtout de l'immortalité si chère à la philosophie chinoise.

Cette constante s'est développée tout au long de l'histoire des arts martiaux traditionnels chinois à travers la dualité interne et externe (Nei Jia- Wai Jia), énergie et forme, Essence et force (Jing – Li).

C'est au temps de la dynastie Yuan pendant la période des royaumes combattants que les arts Martiaux connurent une interdiction formelle dans tout le Royaume (qui avait été fortement encouragé durant la dynastie de Tang et notamment introduits dans les examens mandarinaux à travers de la notion de Wu De ou vertu martiale), et ceci jusqu'à l'arrivée de la dynastie Ming, époque où on dénombrera près de 130 écoles reconnues.

Car avant cette période la transmission des enseignements de l'art martial fut toujours assurée de Maître à disciple et seulement de façon orale, c'est au XVI siècle que les écoles firent leur apparition, après l'expérience d'interdiction durant la dynastie Yuan les Maîtres décidèrent de perpétuer l'enseignement à travers les écoles, c'est-à-dire un lieu sûr pour assurer la transmission en créant de systèmes bien définis de chaque style, une forme de progression leur étant propre.

On assiste à l'apparition des formes (Tao Lu) ainsi que des « chants de boxes » ou « poèmes » qui identifient la méthode précise de chaque école, autrement dit on passe du système oral à un système mixte (oral et écrit) ce qui permet aux écoles de se développer d'une façon plus riche et rapide et attirant de plus en plus de pratiquants et d'avoir ses représentants donc l'apparition des lignées spécifiques tout en gardant le système ancien de Maître à disciple mais d'une façon plus élargie par rapport à la façon ancienne « un Maître un Disciple » ce qui va permettre d'assurer la transmission des principes mais en même temps permettre l'émergence des différentes branches pour un même style ainsi que l'apparition des nouvelles écoles et nouveaux styles ; C'est une période de grande richesse et créativité dans les arts martiaux traditionnels chinois.

C'est à cette période que la différence Nord –Sud deviendra une constante entre les écoles et suite à l'influence des deux courants majeurs de la philosophie chinoise (Bouddhisme et Taoïsme) elle sera poussée jusqu'au paradoxe à travers ses représentants Le Mont Song Shan (monastère de Shaolin) pour le Bouddhisme et le Mont Wu Dang pour le Taoïsme.

Comme nous avons vu les arts martiaux traditionnels chinois ont une histoire mais aussi une transmission, ce qui est transmis dans les écoles d'arts martiaux traditionnels ce sont les principes inhérents à ces écoles, elle sont de deux sortes ; les principes de santé et ceux du combat pour faire ainsi développer chez le pratiquant un esprit chevaleresque correspondant au système et en deuxième lieu une théorie qui permet de comprendre les principes de l'école mais aussi une philosophie de vie qui doit permettre aux pratiquants de résoudre en Lui l'équation Vie- Mort, sexualité et combat afin d'obtenir une longue vie.

Le système de santé

Il est important de pouvoir améliorer le potentiel de santé des pratiquants d'une école d'arts martiaux car si on est malade on aura du mal à combattre et on ne pourra pas s'entraîner et préparer aux principes de combat de l'école et encore moins atteindre une longue vie.

Deux principes sont utilisés dans les écoles :

Le Qi Gong ; ou travail du souffle, sert à améliorer la capacité à faire circuler l'énergie, à Défaire les « nœuds » du corps à tonifier les organes et à travailler la capacité respiratoire, permet de « calmer » l'esprit et d'accéder aux formes supérieures comme le Jing Gong (travail de l'essence à travers la méditation et ainsi développer le pouvoir de concentration).

Le Nei Gong ; ou travail interne, si le Qi Gong permet de « calmer » le Nei Gong a pour but de « stresser » l'énergie avec le but de mobiliser la force, l'utilisation du Hu Yuan Chi ou la force entière à travers la coordination de tout le système nerveux du pratiquant, un premier travail consiste à développer le Fa Li (la sortie de force) et dans un deuxième temps le Fa Jing (mobilisation de la force interne).

Il s'agit essentiellement de tonifier les tendons, la peau les os et le cœur (à travers le travail musculaire) permettant d'assurer une bonne endurance au pratiquant durant le travail martial.

Le système de combat

Il s'agit avant tout de former le esprit, les écoles traditionnelles commencent par une progression du plus concret au plus subtil, et contrairement à ce qu'on pourrait croire le combat (San Shou) ne fait pas partie, car l'enseignement est conçu de manière qu'à la fin de l'étude on soit capable de combattre car rien ne ressemble en rien à un vrai combat.

L'enseignement du martial se développe de la façon suivante :

Les bases (Ji Ben Gong) ; C'est la partie la plus essentielle du travail, l'étude des bases, le bon placement, garantit la réussite du combat, le travail consiste essentiellement sur les postures, le travail d'enracinement, le développement de la puissance et la compréhension des principes de base dans les blocages et les attaques, il insiste sur la façon de faire du style et ainsi donner « le goût » de l'école.

Apprendre à se déplacer, à se positionner selon les principes de l'école, il faut refaçonner le nouveau pratiquant lui faire oublier ses vieilles habitudes et tout réapprendre à nouveau de cette nouvelle façon, c'est une étape décisive, c'est ici dans cette étape là que se cache la vraie tradition de l'école.

Les Formes (Tao Lu) ; Elles sont le « livres » de l'école, c'est dans les formes qu'on enseigne les principes de l'école, chaque école développe ses propres formes ; elles ont pour but de dynamiser les principes appris pendant les bases de les rendre intelligibles aux pratiquants ; les formes (Tao Lu) sont les passages de la puissance à la force, elles vont du plus simple au plus complexe et permettent de dévoiler la progression des élèves.

Les Applications (Gong Fan) ; C'est le moment d'appliquer les principes de l'école de les tester souvent à vitesse réelle, apprendre à utiliser la force et à la contrôler, c'est un exercice très important qui ne peut pas être négligé dans une école traditionnelle, elle représente le cœur de l'enseignement car c'est le pourquoi, le où et le comment.

La différence qui existe par exemple avec le Wu Shu moderne (après 1949), est que tout le système est solidaire d'une théorie qui lui est propre et qui est capable d'expliquer chaque principe de l'école, et non seulement l'expliquer mais le prouver, et c'est pour cette raison que le San Shou n'est venu que plus tard, quand les écoles traditionnelles sont restées aux formes et oublié leur application qu'il a fallu tester les principes et les adapter a travers le combat.

Les écoles traditionnelles insistent plus sur les principes que sur les formes, dans le cas des écoles évolutives (par rapport aux écoles orthodoxes), les formes évoluent mais aussi des nouvelles formes sont apportées ou créées au sein de ces écoles mais on ne change jamais les principes !

Toutes les théories dans les arts martiaux traditionnels ont une base commune correspondant à la pensée chinoise, c'est-à-dire le Yin et le Yang, les cinq éléments et les huit trigrammes et bien sûr ont pour but de développer la force interne, de améliorer la santé et d'accroître la vie.

Une autre caractéristique des écoles traditionnelles est la recherche d'un dépassement de soi à travers le raffinement de l'esprit et la pensée à travers de techniques dites supérieures comme l'alchimie interne ou Nei Tan, la vision interne ou Nei Kouan par la méditation ou Jing Gong assise ou début afin de fortifier l'esprit (enlever les doutes et la peur), durant le combat (il n'y a rien de mystique la dedans !!).

On pourrait conclure en disant que les caractéristiques de l'art martial traditionnel sont l'amélioration de la santé, la capacité de combattre et l'esprit chevaleresque.

La commission des Styles Traditionnels.



John Squier
Responsable Commission Interne



Hervé Baudoux
Responsable Commission Externe