



Editorial

On pense quelquefois qu'une absence de quelques semaines voire de quelques mois est préjudiciable à la pratique du Tai Chi Chuan et du Qi Gong. On doit se dire que ces absences sont concomitantes à la pratique. Car, comme le dit le "Dao de Jing".

chap. 41. (trad. Liou Kia-hway)

...
*le chemin du progrès paraît rétrograde,
le chemin uni paraît raboteux,*

...
Ainsi comprenez bien qu'il est naturel et même logique que la pratique ne s'inscrive pas dans une progression linéaire.

« *primum non nocere* »

Sommaire

Lettre de Christoph Eberhard

Lettre de Christoph Eberhard

Cheminer sur la Voie - Étape Première

Je suis en Chine pour une première immersion dans les arts martiaux chinois. Après deux mois de pratique de Kung Fu de Shaolin et de Tai Chi Chuan, je décide de me consacrer entièrement à la pratique du Tai Chi Chuan.

Ayant déjà appris la forme 24 de Tai Chi Chuan simplifié dite de Pékin, mon Maître décide de m'enseigner la forme 42 en journée. Parallèlement, j'apprends la forme 83 du style Chen avec un autre Maître les matins et soirs. On m'enseigne le parcours. Puis la consigne est : pratiques ! Je pratique un jour, deux jours, trois jours, une semaine, deux semaines, trois semaines.

Au bout de trois semaines un ancien, me fait remarquer une erreur dans un mouvement. Ce n'est pas possible ! – me dis-je : ça fait trois semaines que je pratique cette forme à longueur de journée et mon Maître ne m'a pas corrigé. Ce n'est pas possible que mon mouvement soit faux.

Ne parlant pas chinois et mon Maître n'étant pas très bavard, je décide cette fois-ci, d'aller le voir avec un traducteur pour clarifier la question... et honnêtement aussi pour montrer à l'ancien qu'il avait tort et que j'avais bien raison. Nous posons donc la question au Maître : j'ai tort, mon ancien avait bien raison !

Les mois passent. Un nouveau fait une forme. Il fait une erreur. Je la lui fait remarquer. Il va demander au Maître et revient : non, le Maître m'a dit que mon mouvement était bon. Je ne comprends pas. Je vais voir le Maître pour clarifier. Je lui montre les deux variantes : laquelle est la bonne ? Il m'indique que la manière dont je pratique est la bonne et non celle que je lui montre que fait mon ami.

Quelques années plus tard, de retour en Europe, je suis dans mon cours de Tai Chi Chuan. Mon professeur est aussi chinois. Mais quand allons nous enfin pratiquer ? Cela fait bien cinq minutes que nous avons interrompu la pratique et que s'est engagée une discussion qui n'a rien avoir avec notre pratique, ni même de près ou de loin avec le Tai Chi Chuan. Le temps d'entraînement est précieux ! Je passe un temps non négligeable, après une longue journée de travail, dans les transports publics pour venir m'entraîner. Pourquoi perdons-nous ainsi notre temps ? Là, je n'en peux plus : je laisse tout le monde discuter et pars dans un coin pour continuer à m'entraîner en attendant que les autres reviennent aussi à la pratique. Décidément !

Quel chance : j'ai la possibilité d'aller approfondir la pratique avec mon Maître. Nous sommes chez lui. C'est l'hiver. Nous pratiquons dans son salon. Nous tentons d'explorer le changement du Yin et du Yang dans les mouvements du Taiji. Nous venons de commencer à pratiquer quelques exercices élémentaires. Et voilà que mon Maître interrompt la pratique et attire mon attention sur une calligraphie chinoise accrochée dans son salon. Il me demande de la regarder et me dit que c'est une très bonne calligraphie. Je ne lis pas le chinois. Je vois plus un gribouillis. Le caractère n'est pas bien tracé. Le tracé de l'encre n'est pas régulier. Il ne correspond pas au standard de ce que j'imagine être un travail appliqué et bien fait. Je ne dis rien. Il attire mon attention sur le tracé du caractère. La perfection de la calligraphie réside justement dans son

rythme entre Yin et Yang qui se reflète dans le tracé du pinceau qui n'est pas homogène mais suit l'impulsion du Tao.



Des années plus tard, je suis à Wudang Shan – enfin : c'était un rêve que je voulais réaliser ! Je suis dans le cours des séniors, avec accent sur le Qi Gong et le Tai Chi Chuan. Les cours ne ressemblent pas à ce que nous avons l'habitude de voir en Europe. Après un échauffement en groupe, tout le monde travaille ce qu'il a envie de travailler : différentes formes de Taiji, de Qi Gong, d'épée, de sabre... Certains se regroupent à plusieurs pour pratiquer. D'autres s'entraînent en solo. D'autres encore – me semble-t-il apprécie surtout de longues pauses où ils regardent les autres travailler en bavardant et en sirotant leur thé. Là, nous sommes en train de faire notre travail d'échauffement en groupe où nous pratiquons les bases. Le Maître de l'école observe les différents groupes qui travaillent sous la guidance d'un ancien. Il est devant la porte d'entrée du bâtiment administratif de l'école et nous regarde de loin. Nous pratiquons une marche de Taiji. Ça semble lui donner des envies de bouger. Sur place il commence à légèrement bouger ses jambes. Je me dis : Christoph, ne sois pas bête ! Il n'a pas tout d'un coup la bougeotte – il montre ! Presque en même temps la pensée est bousculée par la suivante : non, tu n'as rien vu ! Tu es un élève sérieux, bien concentré sur ton travail. Tu n'es pas en train de regarder au loin ton Maître. Tu es ton ancien. Mais, enfin ? Suis-je stupide ? Est-ce bien sérieux de se prétendre tellement sérieux pour ignorer ce que montre le Maître ? Je décide donc de faire comme il fait et de ne pas suivre ce que fait le reste du groupe et notre ancien. Un pas. Deux pas. Le Maître s'arrête. Il a montré. J'aurais bien pu voir sans voir...

Ces anecdotes il y en a beaucoup ! Si l'on est d'un naturel optimiste et de nature flexible, on pourrait les négliger comme des à côtés un peu folkloriques de la pratique – l'essentiel, n'est-ce pas, étant ailleurs ! Si par contre on est très formaté dans une manière moderne d'aborder l'enseignement, le travail, la vie, ces mêmes expériences peuvent se révéler terribles. Certains de mes camarades étudiants

ont ainsi abandonné les cours de Tai Chi Chuan avec notre Maître lors de ma première année en Chine, préférant ne se consacrer qu'à leur pratique du Kung Fu Shaolin. En effet, il était évident que le Maître n'avait aucune pédagogie ! Non seulement ne disait-il presque rien, mais il validait des choses avec certains qu'il corrigeait chez d'autres ! C'était certes non seulement un manque de pédagogie mais un signe d'incompétence flagrante si ce n'est du « m'enfoutisme » absolu.

Et que dire de ces cours chaotiques, où tout le monde ne faisait pas la même chose, n'avait pas les mêmes consignes, où des discussions mondaines faisait interruption au milieu du cours ? Ou la pratique pouvait mener à des envolées philosophiques ou alors susciter la narration d'histoires drôles ?

Que penser d'une voie qui au lieu de progresser linéairement et homogènement pour tous, tel un bel autoroute menant d'un point de départ à une destination, n'arrête pas de prendre des tournants inattendus ? Pourquoi fallait-il tout d'un coup aussi faire du Qi Gong alors qu'on était venu pour un cours de Tai Chi Chuan ? Pourquoi devait-on écouter un discours philosophique alors qu'on était venu pour une pratique ? Pourquoi le maître ou les anciens encourageaient de prendre des pauses au lieu d'apprécier pleinement notre ardeur à la pratique et notre bravoure d'affronter toutes les souffrances d'une voie ascétique ? Pourquoi était-on invité à partager avec ses camarades au lieu qu'on nous laisse tranquille à pratiquer chacun dans son coin, en minimisant les contacts au strict besoin de la pratique ? Pourquoi multiplier les distractions au lieu de les supprimer ?

Que signifie cheminer sur la voie ?

À suivre...

Christoph Eberhard

c.eberhard@free.fr

[Remarque : Christoph a utilisé le Pinyin pour parler du Taiji quan ; mes élèves étant peu habitués à cette utilisation je me suis permis d'utiliser le système Wade-Giles pour transcrire de nom : Tai Chi Chuan.]



Cours & Séminaires

BREST (MPT Harteloire) - DINARD - DOL-DE-BRETAGNE - LE GRAND PRESSIGNY - MONT-DOL - PLOUZANÉ - RENNES - SAINT-MALO.

(Informations :

francois3.hainry@free.fr)

Francois HAINRY : Tai Chi Chuan - Qi Gong - Bagua Zhang

Tél. 06 71 83 12 15 - E.mail : francois3.hainry@free.fr