



## 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 3 de Christoph Eberhard - Cours et Séminaires.

## Lettre de Christoph Eberhard

### Cheminer sur la Voie - Troisième partie

Apprendre à apprendre – voilà probablement une étape essentielle du cheminement ! Comme nous le rappelle le proverbe : « *Celui qui ne sait pas qu'il ne sait pas, ne saura pas ! Celui qui sait qu'il ne sait pas, saura !* »

L'humilité du chercheur est une qualité essentielle. Comment une tasse pleine pourrait-elle accueillir du thé frais ? Et pourtant, nous sommes tous des tasses pleines – nous abordons la vie d'une manière particulière, avec nos présupposés plus ou moins implicites, avec nos manières de voir et de faire...

Dans la rencontre avec une tradition donnée, il est important initialement de faire l'effort de se vider, de se mettre à l'écoute, de se mettre à disposition d'un nouvel horizon. Cette attitude peut permettre petit à petit à comprendre cette tradition et à réaliser les liens entre ses manifestations et ce vers quoi elle pointe.

En effet, se contenter d'assimiler des formes n'est pas suffisant. Il faut saisir l'esprit, l'intention qui habite et qui dirige ces formes. Comme le rappelle Idries Shah dans un livre : "*Apprendre à apprendre*", utile pour notre présente réflexion :

« *Beaucoup d'érudits n'ont pas l'air de se rendre compte que*

*par-delà l'érudition existe autre chose. Tant qu'ils en restent là, ils se privent de la possibilité de viser un objectif supérieur. Or, il importe de toujours porter le regard au-dessus de son horizon pour continuer à avancer. »*

[Le Courrier du Livre, Paris, 2009  
(première édition en anglais 1978), p 251.]

L'horizon du Tao (Dao), dans lequel s'inscrivent les voies internes chinoises, est fort bien résumé dans les tous premiers versets du **Tao Te King** (*Dao de jing*), ouvrage fondamental du taoïsme. Lao Tseu (Laozi) nous dit à son Chapitre 1<sup>er</sup> du Tao Te King – *Le livre du Tao et de sa vertu* :

« *Une voie qui peut être tracée, n'est pas la Voie éternelle : le Tao.*

*Un nom qui peut être prononcé, n'est pas le nom éternel. Sans nom, il est à l'origine du ciel et de la terre.*

*Avec un nom, il est la Mère des dix mille êtres.*

*Ainsi, un Non-désir éternel représente son essence,*

*et par un Désir éternel il manifeste une limite.*

*Ces deux états coexistent inséparables, et diffèrent seulement de nom.*

*Pensés ensemble : mystère !*

*le Mystère des mystères !*

*C'est la porte de toutes les essences. »*

Paris, Dervy-Livre,

Collection Taoïsme publiée sous la direction de Jean Herbert)

Pour l'instant, ce qui nous interpelle c'est la vision "**inclusif**" ici proposée : le manifesté et le non-manifesté sont les deux facettes du Tao. Ils sont abordés comme un tout, de manière globale, holiste. Le visible est la trace de l'invisible. Ainsi permet-il tout autant de multiplier les manifestations que de retourner à l'origine. Pour aborder les voies s'inscrivant dans l'horizon du Tao, il est utile de garder ceci à l'esprit.

Pour aborder les arts taoïstes, il est nécessaire de vider notre tasse analytique. L'approche moderne, dont nous sommes imprégnés, se caractérise par une focalisation sur les parties qui forment le tout. Pour comprendre on analyse. Pour analyser on décompose en petits morceaux. On tente de comprendre les morceaux. Puis on tente de remonter les morceaux ensemble et de comprendre les interactions entre eux. On essaye de se rappeler que le tout est plus que l'ensemble des parties ... néanmoins nos lentilles sont analytiques et non pas holistes comme celles de la pensée taoïste (*D'ailleurs, privilégier le tout ou la partie est une différence qu'on retrouve de manière générale entre les approches modernes et traditionnelles de la santé. On le voit dans le domaine des médecines : les médecines modernes suivent l'approche analytique alors que les médecines traditionnelles s'inscrivent dans un horizon holiste. Voir mon interview de Darshan Shankar, Modern Science and Traditional Knowledge : <https://youtu.be/8PRpy85elVA>*) ... Et les conséquences peuvent être déroutantes lors de notre cheminement.

Nous voulons écrire des mots en rassemblant des lettres bien tracées. Or, dans l'écriture chinoise, le mot n'est pas un assemblage de lettres, c'est un caractère qui forme un tout. Tracer un caractère c'est rendre l'invisible visible.

C'est laisser le Tao s'exprimer et laisser une trace. Ce n'est pas construire une œuvre en agrégeant des éléments constitutifs préexistants.



Jean-François Billeter nous explique :

« Alors que nos écritures phonétiques utilisent un jeu de vingt et quelques lettres pour noter les sons des mots, sans tenir compte de leur sens, l'écriture chinoise prévoit un signe différent pour chaque mot. Ce signe renvoie soit directement au sens du mot, sans dénoter le son d'aucune manière, soit au sens et au son mais en donnant seulement, quant au son, une indication très approximative, soit encore au son seul, de manière également approximative. (...) »

Contrairement à nos écritures, qui obligent le lecteur à passer des lettres aux sons et des sons aux idées, qui cachent par conséquent les idées derrière les deux barrières successives des lettres et des sons, l'écriture chinoise semble manifester directement l'idée, représentée par un caractère distinct qui lui donne une physionomie propre. Le caractère qui ne renvoie qu'au sens semble en être la manifestation visible et muette, celui qui renvoie au sens et au son semble être une manifestation visible accompagnée, pour ainsi dire, de l'écho plus ou moins précis de la prononciation qui lui est associée : dans les deux cas, l'idée semble parler directement à l'esprit. (...) »

On devine les incidences de ces deux systèmes sur les formes de pensée : parce qu'elle dissocie le signe et la chose pensée, l'écriture alphabétique suggère qu'il existe au-delà des signes visibles un domaine des idées, un monde d'identités abstraites que nos sens ne peuvent atteindre, mais que notre esprit peut concevoir. Elle invite à se représenter comme une ascension vers la vérité le passage des sons aux mots, des mots aux pensées, des pensées aux idées en soi. Associant au contraire étroitement le signe et la chose pensée, l'écriture chinoise fait plutôt concevoir le signe comme une pensée et la pensée comme un signe, ou le signe comme une chose perçue et la chose perçue comme un signe. Elle incite moins à chercher derrière les signes visibles des réalités abstraites qu'à étudier les relations, les configurations, les récurrences de phénomènes qui sont des signes et de signes qui sont des phénomènes, à s'interroger sur la dynamique de leurs apparitions et de leurs disparitions. Elle engage la réflexion dans des voies différentes des nôtres, mais tout aussi fécondes. »

*Essai sur l'art chinois de l'écriture et ses fondements, Paris, Allia, 2010, p 17, 18, 20.)*

Et si c'était vrai aussi de nos pratiques corporelles ? Et si dans l'art du Tai Chi Chuan nous ferions de la calligraphie ? Se pourrait-il que la pratique des arts martiaux internes chinois consiste moins à accumuler et à agréger des éléments séparés que de dévoiler, d'exprimer le Tao dans ses manifestations particulières ? Et dans ce cas, cela impliquerait-il une autre manière d'envisager la pratique que ce que nous pourrions penser ? En enseignant, des élèves me réprimandaient parfois : pourquoi aller plus loin ? Nous ne connaissons pas encore parfaitement le mouvement – il faut d'abord que nous exécutions parfaitement un mouvement avant d'en apprendre un autre et avant de les lier ensemble !

Mais si une séquence, une forme était une calligraphie ? Quel serait le sens de tracer une partie du caractère ? Il faut tracer le caractère en entier. Plus ou moins bien. Plus ou moins approximativement. Plus ou moins subtilement. Plus ou moins pleinement. C'est en le traçant qu'on pourra le comprendre et aussi se rendre compte des dynamiques qui le structurent. C'est en le traçant que le tracé deviendra de plus en plus parfait. C'est en harmonisant l'ensemble que petit à petit les traces s'harmonisent de plus en plus et que l'harmonie manifestée inclue des dimensions de plus en plus subtiles.

L'intention est présente dans les formes. Les formes pointent vers l'intention. Les deux se révèlent mutuellement.

L'important serait-il de goûter ?

Goûter chaque mouvement.

Goûter chaque pratique.

Se nourrir de chaque mouvement.

Se nourrir de chaque pratique.

Et ainsi petit à petit savourer de manière de plus en plus subtile ... nous menant à mijoter des plats de plus en plus succulents, de plus en plus harmonieux, nous immergeant de plus en plus dans le Tao et nous goûtant de plus en plus pleinement nous-mêmes ?

À savourer. Et à suivre ...

Christoph Eberhard  
[c.eberhard@free.fr](mailto:c.eberhard@free.fr)

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



## Cours & Séminaires

ARCACHON "L'Île de Taiji Quan" Tél 07 60 17 63 67 - BEIGNON - PAIMPONT - PLOERMEL "Un thé sous la branche" Tél. 06 25 67 30 37 - BREST : "MJC/MPT Harteloire" Tél. 02 98 46 07 46 - DINARD : "utls" Tél. 06 50 73 97 30 - DOL-DE-BRETAGNE - MONT-DOL - RENNES - SAINT-MALO "ABTCC" Tél. 06 08 47 01 10 - GUILLIERS "Sport pour Tous" Tél. 06 12 07 67 81 - NANTES "Le doigt montrant la lune" Tél. 06 65 38 79 31/06 19 81 59 06 - PLOUZANÉ : "Souffle d'Iroise" Tél. 02 98 48 43 45.

**Francois HAINRY : Tai Chi Chuan - Qi Gong - Bagua Zhang**  
Tél. 06 71 83 12 15 - E.mail : [francois3.hainry@free.fr](mailto:francois3.hainry@free.fr)