

# Dialogue entre un adepte de l'interne et IL ÉTAIT UNE FOI...

Jean -Claude Guillot, inspiré par Michèle et Christian Ribert, du Centre Calam Auvergne, s'est amusé à imaginer un dialogue entre 2 pratiquants, l'un disciple d'un style interne et l'autre d'un style externe. A méditer !

**A**h, toi aussi tu pratiques les arts martiaux ? Lequel pratiques-tu donc ?

- Je pratique maintenant le Da Cheng Chuan depuis une quinzaine d'années.

- ... « Maintenant... »? Tu veux dire que tu as pratiqué autre chose ?

- ...Effectivement, le Karaté entre autres ... pendant de très longues années et dans diverses écoles...

- ... Et pourquoi as-tu abandonné, ou plutôt, bifurqué ?

- ...C'est là une longue histoire que je narre au fil des trois tomes d'un récit auquel je travaille beaucoup.

- Si tu en es à écrire, tu dois avoir atteint une grande expérience et sans doute, un sacré niveau... ?

- Non, justement, c'est pourquoi je m'adonne maintenant au Da Cheng Chuan.

- Là, tu m'intrigues...de quoi s'agit-il exactement ? Ça a l'air chinois ?

- ...En fait, le Dach.... -

- ...Attends... laisse-moi deviner : il s'agit d'une de ces formes lentes de tai chi chuan ?

- .. La présence du mot « chuan » (poing, ou boxe) indique qu'il s'agit d'un art de percussion. Et à contrario du tai chi, le Da Cheng est un art martial interne récent.

- ... Interne? Qu'est-ce que tu veux dire par là ?

-...C'est une autre longue histoire. Un art dit interne se caractérise par la recherche dans la pratique, d'un apport énergétique autre que ceux, externe, j'entends, ceux émanant de nos seuls muscles, autrement dit, se rapportant à notre seule force physique.

- Externe, mes muscles ? Ils se trouvent pourtant bien à l'intérieur de mon corps ?... Pas les tiens ?

- Mais si bien sûr, mais je veux dire par là que nous cherchons à organiser et apprivoiser le pouvoir de déclencher en nous des énergies plus profondes-

- Houlà, je te vois venir, toi, j'ai compris ... Tu fais partie des intellos désireux d'exhiber leur science en faisant la promotion de leur « pensarde », à défaut d'autre chose ... Ça vous pose !

- Pense ce que tu veux, mais la dimension interne, propre à la tradition martiale chinoise du Wushu, est considérée comme un trésor par certains historiens des arts martiaux en Chine ou ailleurs. D'ailleurs, elle a été courtisée par les japonais, et adaptée dans plusieurs disciplines du Budo! Ça veut bien dire quelque chose ?

- Si je comprends bien, tu clives entre « camp du bien », les méthodes internes et camp du mal « tout au moins, « camp du peu » les mauvais et les nuls des écoles externes, dans le troupeau desquels tu me situes, histoire, mine de rien, d'apposer sur notre débat un ascendant intellectuel. Je te plains d'en arriver à ce genre de hiérarchie, et surtout de te placer au-dessus, toi, externe parmi les néo internes. Et que fais-tu des demis-pensionnaires ?

- Tu t'égares... Permetts moi de t'expliquer, à moins que ton propre niveau ait atteint des certitudes qui t'exonéreraient de toute écoute ou découverte ? ...Là, c'est moi qui te plains !

- Vas-y, mais je connais ce discours, ma sœur pratique le yoga et elle aussi se place parmi les «Jedai » de l'empire du souffle sans douleur et sans muscles.

- Tu persifles...Détrompe toi, je fuis au contraire les zéloteurs du mystique, les épigones du surnaturel, et, en règle générale, tous ceux qui exploitent la naïveté des capitulars face au réalisme, en déployant un discours para philosophico-moraliste, du genre de ceux appelés de tous leurs vœux par ceux, influençables, en mal de repères sociétaux, de valeurs civilisationnelles en pleine déconfiture, ou culturelles, quand elles ne sont pas cultuelles!

- ...Tu viens de te décrire, là, précisément !

- A vrai dire, j'englobe dans ma critique,

ceux élisant arbitrairement en tant que maître autoproclamé, le premier asiatique venu. Alors, écoute-moi, si tu en fais partie -Bon...bon, tout le monde peut se tromper... Ok, explique...

- Le travail interne, propre au Da Cheng et à d'autres boxes internes, nommé par les uns « Yang Sheng », « ou nourrir la vie », par les autres, « Qi Gong », ou travail sur les énergies, ou encore « Nei Gong », ou travail interne », englobe dans sa conception un relâchement propice à la maîtrise du souffle mais aussi de l'esprit. « Sans désir, sans but, sans pensée, ni obtenir- ni rejeter, ni saisir, ni abandonner ...Etre libre !

- Oui, c'est bien ce que je disais, ...vous vous placez au-dessus en soufflant à tous la vedette, avec votre Da Cheng Chuan...

- Pas époustoufflant, ton dernier propos !! Ces dimensions internes constituent une inévitable remise en question pour qui désire sincèrement s'extraire de sa zone de confort, sportive, cognitive, culturelle autant que sociale, avec ses certitudes, ses dan, ses duan et ses rassuristes titres de disciple de la énième génération.

- Vas-y, traite- moi d'imposteur, pendant que tu y es !

- Je n'ai pas le temps de juger qui que ce soit, ayant moi-même peu de temps pour optimiser ma propre pratique. Retiens que le travail interne est sous tendu par l'acquisition de la conscience nécessaire et suffisante pour unifier les énergies concomitantes du corps et de celles de l'esprit, en une quête dite d' « Esprit ou conscience originelle » (yuan qi).En quelque sorte une quête d'alliance entre biomécanique et force de l'esprit, entre souffle et os, entre mental et tendons, entre muscles et conscience, tout cela reporté dans l'instant présent.

- Qu'est-ce-que c'est que cela, encore l'« instant présent »? Lequel ? Celui qui vient de s'écouler, ou celui sur le point de démarrer, vu que cela change tout le temps, tu es bien au courant, non ? Serait - ce un

# un adepte de l'externe



A gauche Christian Ribert, à droite Jean-Claude Guillot : travail d'esquive, shinai contre mains nues.

antidote contre le passé ou une recette pour un « retour vers le futur », à moins que ne veuille jouer ton petit Salomon avec ta ligne de « partage des os » conjuguée au passé décomposé ?

- Les textes anciens bouddhistes et taoïstes consacrent tous l'importance du placement de l'esprit par le « ici et maintenant », mais pas seulement eux, puisque les latins évoquaient le même trésor avec leur « hic et nunc » (ici et maintenant).

- Je ne voudrai pas être médisant ou méprisant avec leur « hic », mais je crois plutôt qu'avant d'aller au combat, les romains se piquaient la ruche à l'hydromel. C'est bien ce que je disais, en plus de paraître plus intello que la moyenne, tu veux nous faire prendre des amphores pour des badernes : c'est ça, le « hic » ! Tu crânes, je te dis !

- Ne fais pas ta mauvaise tête. IL s'agit simplement de s'investir dans ce que l'on fait, au moment où on le fait. Sache aussi que

le Da Cheng Chuan synthétise les formes des grands courants de la tradition interne chinoise, avec des éléments de Tai chi, de Xing yi, de Bagua et ce fameux substrat interne permettant de les agréger en une seule et belle discipline.

- Et au fait, qu'est-ce que signifie, ce vocable, da cheng chuan ?

- Da Cheng Chuan signifie, « la boxe du faite suprême ».

- Ben voyons : Que voilà encore une bien prétentieuse appellation ! En somme, le maître de Da Cheng Chuan, c'est le « mec » plus ultra des arts martiaux ? Qu'est-ce qui peut le justifier ?

- Je te laisse à tes hasardeuses élaborations hiérarchiques qui n'ont pas lieu d'être ! Selon ma propre compréhension de cette école, il s'agit à la fois d'un florilège composé d'une fondamentale quête de bien être, de connaissance de soi, une tendance vers une maintien de notre santé grâce à un en-

traînement dosé, économique, permettant une pratique étalée sur une vie, favorisant l'aboutissement à une efficience anticipative en toutes circonstances, autrement dit qui ne s'applique pas seulement à la frénétique course accumulatives de formes pour autant de recettes techniques destinées à mettre quelqu'un K.O. pire, à le tuer !

- C'est comme à la pub de la téléloche, quoi, « accéder à la meilleure version de nous-mêmes » ?

- En quelques sortes, oui, chacun a, pour tenter de l'exprimer, hélas, ses propres références culturelles !

- Tout à fait ! Moi, je n'ai pas besoin de ton « faite suprême » pour faire la fête avec mes potes après nos entraînements ! Là, je t'assure que les os et les muscles, on fait en sorte qu'ils servent factuellement à quelque chose !

- Es-tu seulement bien sûr que dans dix ans, vingt ou trente ans, si tu pratiques, encore,

ton corps aura encore envie de ce que tu lui imposes en croyant bien faire, emporté par les icônes d'une doxa qui t'a été vissée dans les synapses ?

- Rien ni personne ne parviendra à me convaincre de ne pas scrupuleusement procéder à mes deux cents pompes matinales afin d'entretenir mes muscles et de m'adonner à mes longs étirements destinés à encore plus assouplir mes tendons !

- Mais bien sûr que si, Imprudent : c'est ton propre corps qui deviendra ton prime contempteur, Présomptueux ! Cela ne durera que jusqu'au jour, ou, Dieu te prothèse, tes muscles ou tes tendons péteront, te laissant perplexe quant à l'impact de ton degré de responsabilité d'une pratique mal conduite autant en orientation qu'en qualité ou qu'en quantité.

- Tu veux dire qu'il existe des exercices spécifiques pour se renforcer, permettant de s'économiser tout en aboutissant au même résultat !! Tu rigoles, j'en ai cherché toute ma vie sans en trouver de probants !

- Tu ne me surprends guère ! Des chercheurs qui cherchent, on en trouve, mais des chercheurs qui trouvent, on en cherche !

- Tiens, au lieu de m'asséner des coups de proverbes, s'il fallait que tu me cites un de vos exercices magiques lequel évoquerais-tu, si tu acceptes de me le révéler ?

- Le savoir ne constituant pas une propriété privée, doit être partagé. Nos maîtres ont tous préconisé la pratique de la posture

du pieu... Non, s'il te plaît, dispenses moi de la graveleuse horizontalité de ton commentaire... Les Chinois l'appellent « zhang zhuan »\* et les japonais « ritzu zen » (zen pour méditation en japonais, ritzu pour « debout ») -

- ...Ah oui, « debout les gars, réveillez-vous, il va falloir en mettre en coup »\*... ça date des yé-yé, au moins !

- Tu deviens trivial. L'image mentale la plus répandue pour l'expliquer est celle de l'homme placé debout, immobile, mutique, entre ciel et terre, afin de faire le plein des énergies telluriques et cosmiques » Comme une pile qu'on recharge !

- Ah, ça y est, je vois de quoi il s'agit !! Tu

fais partie de ces mystiques qui restent des heures debout les bras en cercle, d'un air pénétré, en attendant que leur pousse une aura ? Faire ainsi le poireau, dis-tu, peut vous apporter une bonne santé, et une efficacité en combat ? Bien ok, mais quid des pompes et des abdos, quid des techniques et des enchaînements, quid des applicatifs, des tests... ?

- Tu critiques ce que tu ne connais pas ; mais je reconnais m'être incomplètement expliqué : La posture du pieu, ou de l'arbre,

ment, quoi ?... Après nos jaunes amis, il ne manquait plus que les petits hommes verts !

- Ouvre ton cœur et surtout, tes oreilles, plutôt... au lieu d'espacer davantage le peu de discernement qu'on ne trouve pas entre les tiennes ! Il existe six exercices standards d'essai de force que nous pratiquons sur place ou en déplacement dans les six directions et les trois plans de l'espace. Ils éduquent, complètent et remplissent la qualité et densité de notre gestuelle martiale. Pour information, celle-ci est constituée par la

boxe des cinq éléments, celle des cinq animaux, des cinq portes défensives, et des quatre changements et des trois paumes du Bagua zhang.

- Finalement, nous voilà en plein Xingyi, en plein Bagua, en plein Kung Fu, quoi ? Alors qu'est-ce que votre Da Cheng a de plus ?

- Tout d'abord, personne, surtout pas moi, n'a prétendu placer quoique cela soit au-dessus de qui que cela fut. Je prétends, simplement que cette pratique me convient mieux. Ensuite, le peu de forme qu'elle comporte nous amène à davantage chercher l'amélioration du fond : l'esprit, le souffle, l'intention !

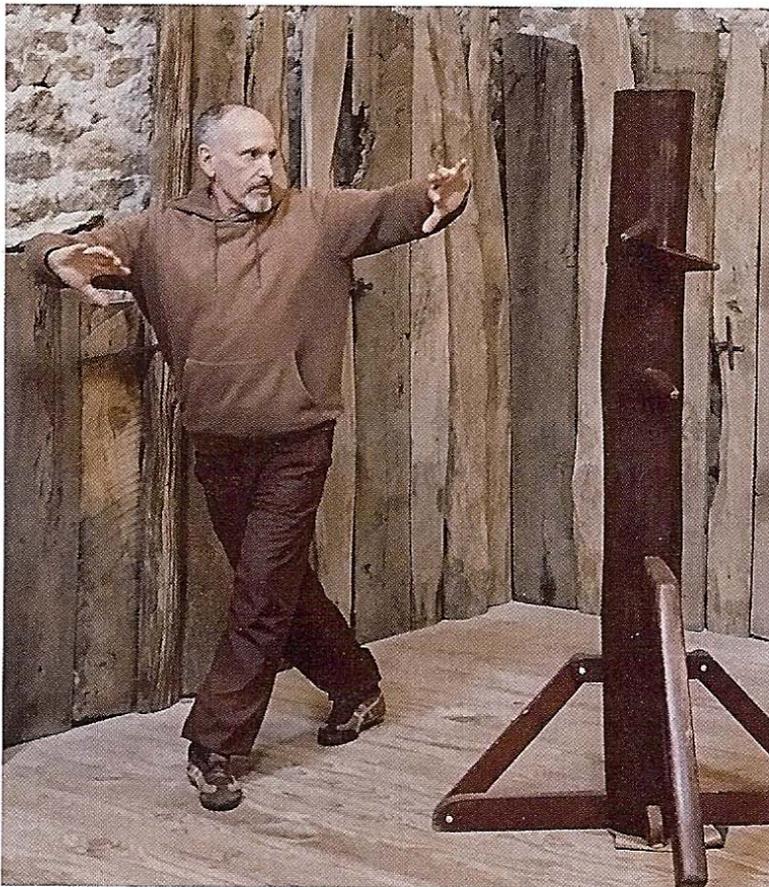
- Tu dis ne rien prétendre... Pourtant avec votre « fâte suprême » vous avez bien l'intention de vous poser là ! Et dis-moi, jamais vous ne bougez « vite » ?

- Bien sûr que si ; nous avons une gamme de sept déplacements différents, entre le linéaire glissé, marché, chassé, arrêté, levé

et piqué, le triangulaire ou le circulaire, lesquels, destinés à être enchaînés, nous apportent une grille de possibilités ambulatoires infinie, dont le principe consiste à toujours être en mouvement, à ne jamais demeurer dans le couloir d'attaque de l'adversaire, favorisant la distance plutôt que l'esquive, l'esquive plus que la parade, celles en défense active étant souvent utilisée comme une casse de garde explosive sur les avants bras, à titre dissuasif. La danse martiale ainsi créée se nomme « Quan wu », sorte de Shadow boxing.

- Mais pas de grille de katas à difficultés progressives ?

- Nous ne pratiquons plus le kata stéréotypé



Christian Ribert : travail en Bagua.

ne constitue qu'un préalable, destiné à imprégner d'énergie tous les exercices à connotation martiale qui constituent son bref registre technique.

- Ah ! Vous interrompez votre « grasse mat » pour vous bouger un peu, alors, quand même ?

- Tes quolibets ne ridiculisent que toi ! Sache que la détente ainsi acquise dans le silence et l'immobilité se répand dans l'ensemble du corps et de l'esprit, puis, s'appose sur les différentes techniques et les marches lentes attentives, qui nous permettent de communiquer avec l'espace ambiant et ceux qui l'occupent.

- Allo, ici l'espace... Mars attaque, carré-

tout prêt à servir. Il nous enclave dans une répétitive gangue directionnelle pérenne et amidonnée ! Le Quan Wu-Shadow Boxing est un exercice en échappement gestuel libre. Il nous aide à improviser des enchaînements de techniques d'attaque ou d'esquive, qui nous assurent une spontanéité multidirectionnelle : Nous sommes des créatifs et non des suivistes, monacaux et austères, certes, mais non des copistes !

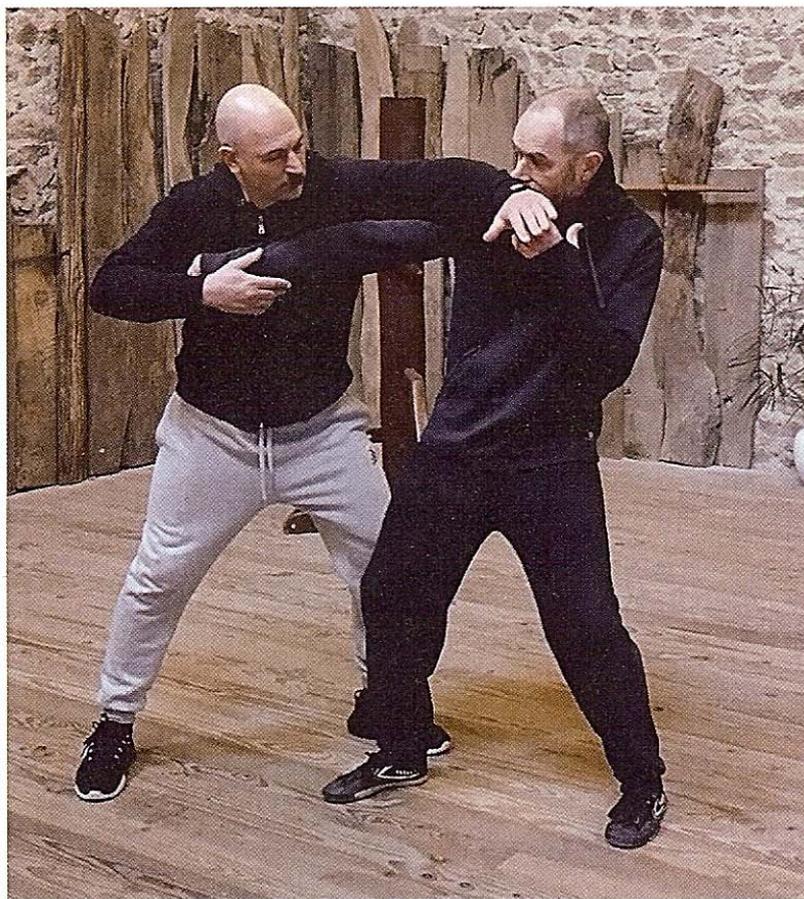
- Attends, tu ne vas pas me faire croire que c'est en dansant et en n'administrant qu'une seule calotte sur ses avant bras bien musclés et bien osseux que tu convaincras un méchant ou un gros bourrin d'abandonner la confrontation ?

- Tu ne comprends pas ; il ne s'agit pas d'une frappe avec les seules mains, mais avec l'ensemble du corps, en somme, un coup de corps, plutôt qu'un coup de main. Cette manière de frapper globalement confère à tout contact une lourdeur et une explosivité tout à fait éloquente au point que celui qui l'encaisse peut s'estimer heureux de ne pas la prendre ailleurs que sur les avant-bras, émoussant ainsi son envie de violence. Autrement dit, de l'essai de force, « shi li », on passe au stade de l'émission explosive de force, ou « fa li », qui est une des caractéristiques de cette boxe d'un faite en fait pas comme les autres. Rappelle-toi : « gagner avant de frapper ! »

- Tu m'impressionnes, j'en tremble... Il faudra me montrer cela, mais je t'avertis que si tu me rates, moi je ne te raterai pas.

- Tu n'y es pas : nous ne pratiquons pas du tout dans cet état esprit...

- On dirait bien que vous en avez « des tas, d'esprit », ça fourmille, ça pullule !! Ça grouille !!!! Vous les collectionnez ! You-hou, esprit es-tu là, dans quel état j'erre ? ...Vous vous la jouez « grand master » avec votre auto explosivité : mais qu'est-ce que cela donnerait contre un bon boxeur, tiens, qu'il soit français, anglais, thaï, quand il



Défense contre coup de poing.

**Cette manière de frapper globalement confère à tout contact une lourdeur et une explosivité tout à fait éloquente au point que celui qui l'encaisse peut s'estimer heureux de ne pas la prendre ailleurs que sur les avant-bras, émoussant ainsi son envie de violence**

vous attaque au visage avec son jab pénétrant à répétition, enchaînant avec son low kick destiné à vous défoncer les cuisseaux, puis son coup de pied haut pour vous péter les condilles maxillaires ? Franchement combien de temps tiendriez-vous avant d'être ridiculisés ?

- Je te répète que nous ne situons pas dans la perspective d'un match lié à un sport, de combat empreint d'objectifs, de règles, de tabous et d'interdiction, tout ce dont la loi de la rue est dénuée.

- Ah voilà que tu te planques derrière ce qu'il est interdit de faire, pour ne pas avoir à montrer et prouver ce que tu peux faire, à défaut de savoir le faire...ou pas...Voilà bien le truc le plus faux jeton dont il m'a été donné de parler ! Et qui sont vos maîtres, ...s'il en est ?

« Nos maîtres, qui préfèrent qu'on les qualifie de « guides » ou d'instructeurs ont pour principe de base d'éradiquer de leurs cours tout rapport basé sur la hiérarchie, la distance, le jugement et la contrainte, et surtout la suffisance, caractéristique de moultes écoles asiatiques. Ceux que le hasard, ou plus sûrement la chance m'a fait rencontrer, sont français, laborieux, humbles, loin des lumières de la ville et des feux de la rampe ! Ils sont bouddhistes, cette démarche culturelle les ayant sans doute aidés à appréhender les principes mentaux du « lâcher prise », propre au ressenti des intentions d'un adversaire. ». « Sans désir, sans but, sans pensée ». C'est cela l'instant présent. - Cela se saurait s'il existait des démiurges de la sorte ...où les as-tu péchés, ceux-là ? A l'Olympe, sur l'Everest, à Lhasa ou au Walhalla ? Ont-ils un nom, une histoire, une légende ? - Mais pour qui veut et sait chercher un peu plus loin que le bout de ses gants et de la rigidité de son karatégi bien claquant, sache qu'ils sont là, en France, accessible à tous, au cœur de notre terroir. Mais ils ne briguent ni les titres, ni les grades, ou les honneurs, pas plus qu'ils ne se ceignent de rouge. Ils

pratiquent et transmettent à ceux qui leur font confiance, sans la moindre démarche interprétative, ce que leur a enseigné leur maître... « Ni obtenir, ni rejeter ».

- Ah...bon, O.K., et avec cela, qu'ont-ils de plus que les autres ?

- Rompus au Judo, au Kempo, au Taekwondo, à la Lutte Contact dont ils furent, en son temps, des instigateurs, mais insatisfaits par ce qu'ils estimaient constituer la synthèse de leur insuffisance, sentant confusément qu'il existait quelque part en eux « autre chose », ils ont éprouvé l'impérieux besoin de continuer à avancer sur la longue route sensée les rapprocher du sommet de la montagne. Mais en s'efforçant de rencontrer celui qui saurait éveiller en eux cette résonance d'un « autrement ». »

C'est ainsi qu'ils ont décidé un jour d'aller à Pékin, faire visite à un maître chinois dont ils avaient entendu dire le plus grand bien » » Un « bien » correspondant à la couleur de leur Graal.

- Dis donc, voilà un scénario idéal pour « karaté kid huit », entre temps devenu Papy !  
- Ou Mamy, ... car il s'agit d'un couple... et à propos de combat, toi qui n'as que ce mot à la bouche, j'adorerai te voir face à elle.

- ..... !!

-Après avoir par principe été tenus à distance par son entourage, ils ont finalement été admis dans le cercle de pratique très fermé de maître Wang Xuan Jie, disciple de Wang Xiang Zai, fondateur du Yi chuan ou Da Cheng Chuan. C'était en 1991. Ils ont alors passé un premier été à ne pratiquer que la seule posture du pieu, à raison de très nombreuses heures quotidiennes, sans objectifs clairement verbalisés, sans correctifs, sans accompagnement que le regard acéré du maître...Rien d'autre que la quête de l'acceptation, de la recherche de l'immobilité et du silence... » « Ni savoir, ni abandonner....Etre libre »

- Est ce que le fouet et le pal faisaient aussi partie de l'arsenal de cette torture ? On parle des supplices chinois, mais là, on est au top du masochisme. » » Ah, j'allais oublier, vos tenues d'entraînement sont-elles en cuir ?

- Comme tu ne mesurerais sans doute pas tes gestes lors d'un combat, j'entends, du type de combat que tu n'as jamais abordé, tu ne maîtrises à l'évidence pas davantage tes paroles et tes mots. Considère cette pratique comme un préalable à la grille technique réduite de cette école, un préambule dont les indications renvoyées de leur corps à leur esprit leur ont permis de définir celles des zones musculaires, ligamentaires ou vitales plus ou moins inutilisées, au point d'être bloquées.

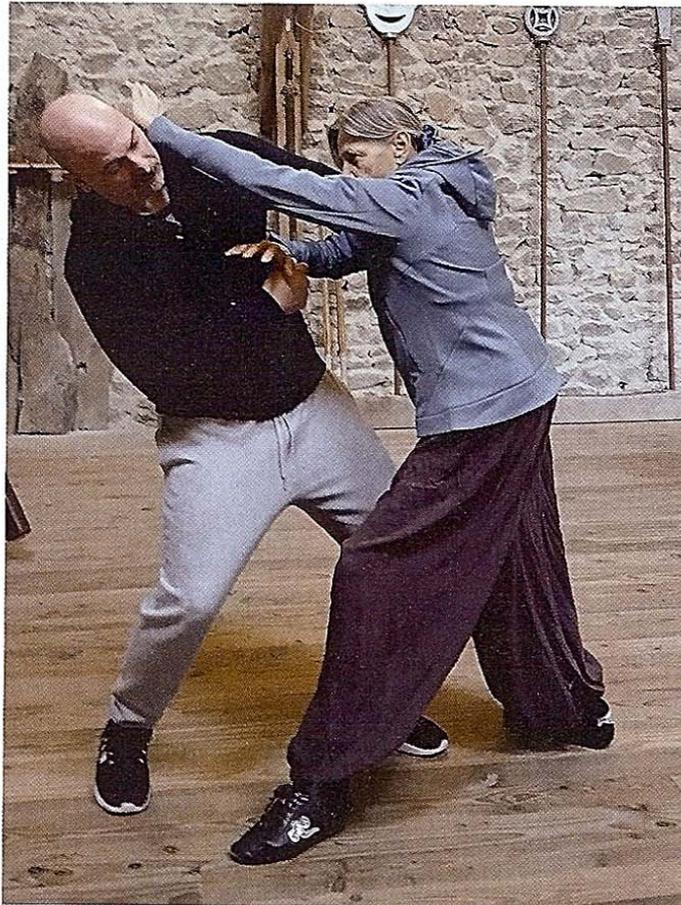
- Tu veux dire que notre corps est un tableau de bord dont certaines fonctionnalités subtiles ne se manifestent qu'en lui imposant une veille minimaliste ?

-- C'est bien la première fois que tu émetts quelque chose de sensé...J'en profite pour enfoncer le clou : C'est grâce à cette écoute d'eux même qu'ils ont été acceptés l'été d'après, ainsi que les neuf années suivantes. Ils ont réagi à cet apparent occultisme avec la vraie démarche d'esprit du vrai chercheur, celui

qui ne trouve qu'en se remettant en question : prends-en de la graine : ils ont immédiatement intégré la nécessité de passer par cette approche méditative quasi monacale, démontrant ainsi, malgré sa nature austère et son objectif indéfini, une ouverture d'esprit propre à favoriser l'empathie du maître. Pendant les dernières années, jusqu'à 2000, je crois, ils ont ainsi conquis jusqu'aux derniers degrés de sa confiance, au point de recueillir, en tant que disciples, par petites touches subtiles l'intégralité de cette méthode.

« Si le geste que tu vas faire n'est pas plus beau que l'immobilité, ne bouge pas ! Si la parole que tu t'apprêtes à prononcer n'est pas plus belle que le silence, tais-toi »

- Ici ! Pas bouger ! Pas causer ! Maintenant : Il devait falloir amener sa 'peau chien', pour s'entraîner ? Et après, je suppose qu'il devait exister quelque exercices tests plus mordants, du style combat libre pour étalonner les niveaux et les grades ?



Michèle Ribert en action de défense.

-Ta compréhension, mon cher, s'égarant, à nouveau, se dégrade ! Mais, de quel combat parle-t-on, à vrai dire ? Nous ne pratiquons pas d'assauts libres, même « légers », qui, partout, ne le sont d'ailleurs que rarement ;

ils sont selon nous peu probants et accidentogènes. Nous pratiquons plutôt des exercices applicatifs conventionnels comme le tui shou libre, sur place ou en mouvement, à une ou deux mains, exercice dit de la poussée de la main. A chaque instant, nous nous appliquons à remplir corps et esprit de cette densité interne, alliée à la disponibilité externe de notre corps, ce qui nous permet de pratiquer jusqu'à un âge avancé, en bonne santé.

- C'est trop facile de se réfugier derrière le statut de la digne image du Maître Yoda, celui qui ne combat plus dans sa guerre des étoiles par ce que ce n'est plus de son âge...S'il est attaqué dans la rue, se mettre en posture de l'arbre va-t-il pour autant l'assurer que la force sera avec lui et lui sauvera ainsi pile poil sa mise autant que la face ?

- Je trouve personnellement plus difficile de persister à vouloir sans cesse éprouver et étalonner ses aptitudes en subissant d'inévitables et récurrentes blessures qui précipitent notre déclin et notre capital corporel. Les répétitions épuisantes et superficielles de ce qui ne constitue qu'une gymnastique martiale, ne nous donnent qu'un temps l'illusion de la force à fortiori celle de l'efficacité.

- Pas d'accord : Aucune certitude de sensation kinesthésique de force ne peut s'installer dans le cerveau sans qu'il en ait été progressivement informé par des milliers de répétitions. Rappelle-toi « Dix jours pour comprendre, milles jours pour forger, dix milles pour polir ».

- Je crains fort que chez toi, toute perspective de la moindre comprenette nécessite bien plus que dix jours...Ne te viendrait-il pas à l'idée, toi, rempli de tes certitudes agrégées à l'extrême, aux fins fonds des confins septentrionaux de ton discernement, qu'il puisse exister dans notre pratique une dimension économique autre, anti gaspis en quelque sorte ? Parfois, à la bouleversante lecture de l'itinéraire de trop de ces ravagés, de ces stakhanovistes de l'effort hurlé à outrance jusqu'à ce que casse s'en suive et plus si affinités, je mesure l'importance du troupeau de ceux au corps ravagé par l'invraisemblable durée, l'irrationnelle intensité et la déraisonnable fréquence de ceux des exercices dont il leur avait été dits qu'ils étaient bon et bien, dont ils ont fait leur égrégore, dont non seulement ils ne veulent pas, mais



Michèle Ribert : frappe main ouverte en contre.

n'imaginent même pas pouvoir déborder.

- Dois-je me sentir visé, là ?

- Je te laisse la responsabilité de tes alliances et de tes engagements ! Mais imagines-tu, en plus de l'économie réalisée, que notre degré de spontanéité acquis par le biais d'exercices énergétiques et d'applications studieuses confèrent une capacité de moduler notre réplique à une attaque, que l'on pourrait définir par « auto-défense éthique instinctive ».

- Distance, détente, présence, éthique, morale, instinct, anticipation, ...je me sens un peu perdu, là ! Peux-tu clarifier ? Tu dis ne pas pratiquer le combat libre, mais être en capacité de dominer, voire, éliminer un opposant en adaptant ta réplique à son degré d'agressivité... Soit ! Mais comment vous accommodiez-vous du manque de vraie agressivité lors de vos exercices par deux, de la méchanceté authentique de celui qui veut vous casser, vous renverser, vous fouler aux pieds, jusqu'à vous laisser sur le carreau, sans se soucier si ce qu'il vous fait subir est éthique ou interne, externe ou moral ?

- Comme tu le sais sans doute, plus l'adversaire est agressif, plus il se dévoile et plus il s'engage, au point parfois qu'il apparaît simple de le traiter sans pour autant attenter à son intégrité physique. Le Da Cheng chuan est un art d'opposition d'auto-défense et non d'agression, si tant est que cette

dernière puisse être considérée comme un art.

- Tu veux dire qu'une morale artistique sous-tend votre pratique ? Je n'y crois pas trop...si quelqu'un s'en prend à ma gueule, tant pis pour la sienne ! Telle est ma morale, je le crois plus répandue que la tienne.

- Davantage que « morale », qui s'applique à un épiphénomène singulier, une circonstance particulière, en un lieu et un temps selon un événement donné, « éthique » recèle une universalité plurielle.

- Autrement dit, votre Da Cheng Chuan classe les bons et les méchants selon un manichéisme dont vous êtes les seuls dépositaires, ce qui entre en contradiction avec l'universalisme que vous évoquez. Pas si inculte que cela, finalement, l'adepte d'externe !! Non ?

- C'est dans cette mesure éthique que le Da Cheng chuan est un art, et non un sport de combat, en quelque sorte, une boxe de l'esprit.

- Mais en voulant montrer votre surplus d'esprit, qu'est-ce que vous devez vous barber à éternellement faire les poireaux bras en l'air, à stérilement espérer accéder à un niveau inatteignable dont, en fait, vous ne serez jamais à même de vérifier le bien-fondé.

- « Ce qui met longtemps à venir, demeure longtemps ». Par exemple, rappelle-toi, enfant, ton laborieux apprentissage pour

nager ou tenir sur une bicyclette ; comme tu as dû y passer plus de temps que la moyenne, tu as tardé à assimiler cette compréhension du corps, ce qui te permettrait d'asseoir dans ton petit cerveau une « certitude », consistant à instinctivement conserver ton équilibre dans l'élément « eau » comme sur celui « terre » ! Sache que la sensation de plénitude et de puissance en Da cheng chuan, est tout à fait connexe. A partir de là, chacun voit midi à sa porte, pour peu qu'il a le courage et l'opiniâtreté nécessaire pour oser s'extirper de sa zone de confort et de ses certitudes fédérales et administratives bien éloignées des dimensions mentales conférées par l'apport des cultures mères de l'art martial.

- Reconnaissez au moins que la notoriété ne vous a pas éclaboussé...ce qui n'est pas étonnant quand on vous entend argumenter. Mais je reconnais être intrigué par votre foi. Elle prend le pas sur l'ingratitude de votre pratique et les bouleversements structurels qu'elle confère.

- Le proverbe dit que « le loup change de peau, mais pas de vie ».

- Pourquoi se détourner de la notion d'hédonisme dans la pratique, qui nous permet de pleinement vivre la fierté de se sentir fort et se savoir efficace ?

- L'autosatisfaction, fille aînée de l'égo, nous éloigne d'une réalité à laquelle nous tournons résolument le dos en lui substituant des faux semblants allant jusqu'à constituer une hiérarchie sociale dont les reflets nous aveuglent, jusqu'à nous dévoyer. « L'art constitue un moyen d'habiter le monde ». L'art martial tel que l'entendaient les maîtres fondateurs d'antan recèle une dimension qui nous dépasse, dont le pouvoir peut nous transcender, jusqu'à nous enseigner comment nous rapprocher du divin, même si nous n'ignorons pas que le niveau visé ne s'avère pas accessible.

- Autrement dit, vous préférez devenir de médiocres mystiques vaporeux, plutôt que de bons matérialistes avec les pieds sur terre ?

- Nous nous accommodons, non pas de notre médiocrité, mais nous gardons de toute suffisance. Nous savons que les temps difficiles créent des hommes forts. Le secret de la pratique, si secret il y a, réside dans la pérennité de la juste pratique quotidienne. Nous savons que « C'est ainsi que les hommes forts ne créeront pas des temps

faciles. »

- Vous avez vraiment le chic pour vous « prendre la tête » et emprunter les plus escarpées des voies ! De quoi verser à chaque pas dans le fossé et y mourir sans gloire.

- Le chemin que nous avons choisi après avoir délaissé toutes les chaussees trappes disséminées tout au long des trop nombreuses fausses pistes, de leurs raccourcis et de leurs chemins de traverse n'est certes pas le plus facile. Le sommet escarpé de la montagne ne doit en aucun cas devenir un objectif frénétique à atteindre, surtout si on abuse de faux semblant nous donnant l'illusion d'être devenu quelque chose... à défaut de quelqu'un. L'important, à mes yeux, est constitué par la régularité du pas et de l'allure empruntés pour l'atteindre, quelle que soit la difficulté des pentes à gravir ou à dégringoler, quelque fut la dureté de leur sol, quelque sera le déficit d'ombre, voire de soleil tout au long de cette route choisie et assumée.

- Il ne manquait plus que Lao sur la montagne pour compléter le décor ! Et comment comptez-vous vous y prendre ? Vous êtes en train de me dire que ce sont nos méthodes externes qui nous mettent hors de la plaque d'une excellence que vous seuls, adeptes de la pratique interne, pouvez espérer atteindre ?

- En quelque sorte, mais sans que cela ne m'autorise à tomber dans le jugement envers qui que ce soit.

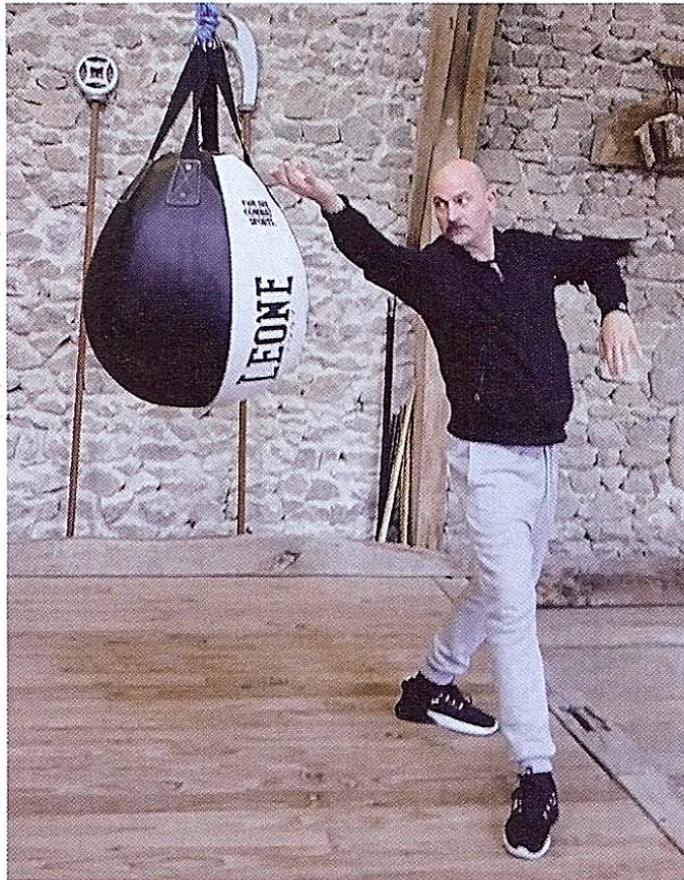
- Vous ne vous êtes pourtant pas gêné à dénigrer ce que nous faisons ; admettez tout de même que la démarche de votre pratique est empreinte d'un esprit élitiste ?

- Dans l'art martial, la maîtrise de l'esprit, sa capacité à l'éduquer comme on éduque le corps, confère effectivement un engagement préalable que peu sont prêts à entreprendre, pressés qu'ils sont de vite passer au spectaculaire, qui rime avec éphémère », souvent délétère, quand ce n'est pas de l'éther.

- Ne doit-on alors pas vous catégoriser parmi les mystiques ?

- Si le mysticisme consiste à vouloir disséquer des pratiques issues d'autres cultures, alors, oui, nous sommes des mystiques,

mais nous n'avons aucunement la prétention de mystifier quoi ou qui que cela soit... Nous prétendons plutôt vouloir nous améliorer par la pertinence de l'orientation, de



Marche en cercle du Bagua.

## Dans l'art martial, la maîtrise de l'esprit, sa capacité à l'éduquer comme on éduque le corps, demande effectivement un engagement préalable que peu sont prêts à entreprendre

la qualité et de la juste quantité d'une pratique adaptée à notre personne et au monde dans lequel nous évoluons. Utiliser des outils que les asiatiques ont laissés à notre disposition, afin de les adapter à la conscience de notre temps.

- Ethique, morale, esprit, abnégation, lâcher prise, vous placez la barre très haut sans le moindre public pour vous évaluer, vous honnir ou vous applaudir... »

- Beaucoup, comme toi, caustiques, brocardent ceux comme moi s'adonnant à la

pratique régulière de l'arbre. Ils dénoncent le déficit d'aura lumineuse qui aurait de longue date dû illuminer notre tête à force, comme tu l'évoques, de poireauter les bras en l'air. Qu'ils sachent que l'art martial se ressent, qu'il ne s'explique pas.

« Nous voilà revenu à l'origine de notre débat... Nous avons tourné en rond »

- Effectivement, mais pour ma part, cet échange m'a permis de renforcer en moi l'idée selon laquelle les itinéraires de nos vies, tout divergeant qu'ils soient, sont tous constitués de temps hauts et de bas, mais que ce ne sont pas les bas qui doivent faire débats.

- Tu m'en vois « babasourdi » ! Qu'entends-tu par là ?

- Les bouddhistes disent qu'il ne faut en aucun cas se laisser embarquer par les émotions perturbatrices. Elles nous affaiblissent, nous rendant moins efficaces lors d'une situation conflictuelle, quelle qu'elle soit. Que nos temps de souffrance et de doutes doivent nous enseigner de quelle manière accepter la perspective de l'impermanence des choses, et celle de la vie... Autrement dit, apprendre à accepter de mourir, ce que ne sait plus faire notre civilisation occidentale. La pratique interne et son aspect méditatif nous y entraîne.

- Autrement dit, se complaire dans le mysticisme, finalement prévaut sur l'illusion conférée par une pratique exclusivement externe ?

Je dirais, plus simplement qu'« Il vaut mieux être à la périphérie de ce qui s'élève qu'au centre de ce qui s'effondre. » ■

Jean -Claude Guillot, inspiré par Michèle et Christian Ribert, du Centre Calam Auvergne  
<https://centre-calam.com/>

Lectures conseillées : « *Itinéraire d'un cas raté... ?* » Tome I - theBookedition, accessible en cliquant sur ce lien [https://www.thebookedition.com/fr/52952\\_jean-claude-guillot](https://www.thebookedition.com/fr/52952_jean-claude-guillot)  
« *La Boîte de l'esprit* » - Editions kiwi, par Michèle et Christian Ribert, accessible sur demande au centre Calam.