

TIGRE - OURS - SINGE - SERPENT - HÉRON

Les 5 animaux dans les arts martiaux internes chinois

Il y a 30 ans, Georges Saby a eu l'opportunité d'étudier un des systèmes des 5 animaux avec Maître Li, un élève de Maître Wang Zhang Hai : tigre, ours, singe, serpent et héron. Puis il a pratiqué l'école de Yang Chao Hou de Taijiquan avec Erle Montaigue. Suite à cette découverte, il a ouvert une voie interprétative des formes longues de Taijiquan Yang en les modifiant spontanément, en se laissant habiter par l'esprit d'un animal d'une façon ludique.

Il y a 30 ans, j'ai eu l'opportunité de l'étude d'un des systèmes des 5 animaux avec Maître Li, un élève de Maître Wang Zhang Hai orienté sur la santé en Yi Quan, puisque de profession il était thérapeute. A cette époque, la Chine populaire était encore organisée selon la voie communiste, avec des frontières plutôt fermées. Notre professeur avait été un des premiers Maîtres à obtenir un visa de sortie pour l'étranger. J'ai donc appris les gestuelles et la danse

du tigre, de l'ours, du singe, du serpent et du héron. Sa façon de les pratiquer était méthodique et organisée. Elle utilisait une succession de 4 étapes. On commençait avec une posture, pour passer au mouvement sur place à pieds fixés. Ensuite on entamait une marche. Le tout s'achevait par une pratique spontanée. Avec chacun des 5 animaux on procédait ainsi.

Ces modalités techniques ordonnées composaient un entraînement aux deux directions possibles de cet art : le Qigong de santé, ou la boxe Da Cheng Quan.

Quelques années plus tard, j'ai vu arriver en France des formes simplifiées de ce système appelées au début jeu des 5 animaux puis maintenant Wu Xin.

L'enseignement de Erle Montaigue

La pratique spontanée m'a enthousiasmé. Le côté ludique, théâtral et d'expérimentation psychologique sur soi-même sortait des normes habituelles du Qigong et des Arts Martiaux Internes chinois, le plus souvent très axés sur une codification rituelle des gestes. Il y a 25 ans, j'ai fait venir plusieurs fois en France Maître Erle Montaigue pour



La danse du tigre.

étudier l'école de Yang Chao Hou de Taijiquan. L'enseignement vivant de ce Maître australien décédé il y a environ 5 ans s'est répandu dans le monde entier. Par vivant, je veux dire qu'il laissait une grande place à une inspiration d'artiste dans l'orientation de ses cours et de sa façon d'exercer son art.

Il nous présenta la première partie de la forme en 108 mouvements de l'école Yang en nous proposant pour chaque mouvement une approche de la copie d'un animal.

Ouverture, à Presser : ours

Appuyer : tigre

Simple fouet : serpent

Elever les mains à la Grue blanche dé-
ploie ses ailes : héron

Un pas, effleurer le genou : tigre

Saisir un Pipa : cerf

Un pas, coup de poing circulaire : singe

Fermeture : cerf.

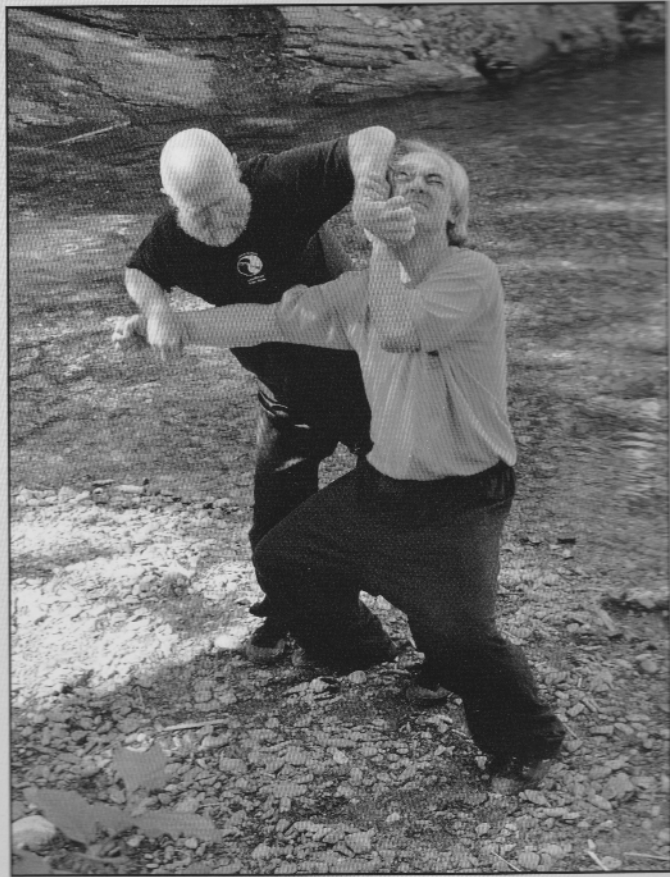
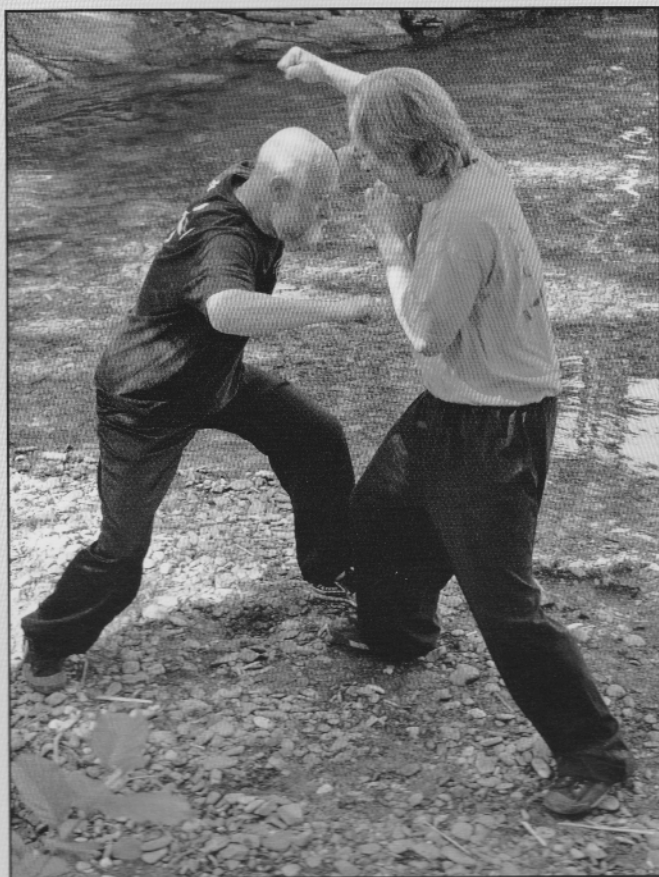
Le Taijiquan Spontané

A la suite de cette découverte, j'ai décidé de tenter de pratiquer les 5 animaux de Maître Li en les introduisant dans ce que j'ai appelé le Taijiquan Spontané.

Donc j'ai ouvert une voie interprétative des formes longues de Taijiquan Yang

en les modifiant spontanément, en me laissant habiter par l'esprit d'un animal d'une façon ludique. Cette façon de bouger a plu aux élèves en général, car ils y trouvaient un renouvellement expressif, une porte ouverte à une forme de liberté encadrée, au cœur d'une discipline, le Taijiquan, assez contraignante dans sa formulation la plus classique. ◀

Avec les années, ce courant de pratique s'est développé ; quelques-uns de mes anciens élèves le portent, tout en ignorant que j'en fus l'instigateur. Pour cette réalisation, je me suis appuyé sur la théorie fondamentale et la théorie ▶



Application : le tigre déchire.

appliquée. Précisons qu'elle n'est pas associée à la théorie des 5 mouvements de la MTC, mais sur une connaissance de l'être humain qui vient des Arts martiaux et de Maître Wang Zhang Hai. Je me suis documenté sur les animaux. J'ai beaucoup observé ceux qui étaient dans la nature, comme les hérons et beaucoup d'oiseaux, les cerfs et les serpents. J'ai passé du temps à regarder les ours, les tigres et les singes dans des zoos et aussi sur des reportages télévisés animaliers.

L'observation des animaux

Lorsqu'on observe la tradition chinoise et d'Asie autour des arts martiaux, de nombreux récits ou récits mythiques autour de vieux maîtres les placent en situation d'apprentissage par l'observation des animaux. Lorsqu'on étudie la culture chinoise et sa transmission, on apprend qu'elle synthétise, et que ce qui se transmet prend une forme utile. Les standards de la pensée occidentale ne s'appliquent pas à la pensée chinoise. Le proverbe « il n'y a pas de fumée sans feu » s'applique justement à la façon dont on construit une légende dans la culture ancienne chinoise.

L'exactitude des faits historiques d'une légende n'a pas d'importance pour les Chinois. Néanmoins ils ont le respect de

la source, de l'origine. Une légende cache souvent des vérités à plusieurs échelons, comme si dans un tiroir il y avait un autre tiroir. Le côté pragmatique passe en premier, la légende véhicule toujours un message concret, utile. Donc si l'on nous conte que tel ou tel ermite ou vieux Maître a appris d'un tigre, cela indique qu'on peut apprendre comme lui en imitant le tigre, ou en utilisant notre faculté d'imagination pour vivre et sentir comme le tigre. Je n'ose pas dire raisonner comme un tigre parce que ce terme semble inapproprié à la situation. Néanmoins, par certains aspects, lorsqu'on pénètre dans « l'esprit » d'un animal, on perçoit des éléments communs avec l'esprit humain. Le tigre est un propriétaire terrien, au niveau de son territoire.

Ainsi on peut recevoir des messages importants, des poteaux indicateurs qui tracent une route, une direction pour la pratique.

J'ai suivi cette piste, et cela a été fructueux. Aux 4 actions de Maître Li, j'en ai ajouté quelques unes, pour le combat comme pour la pratique de santé, et plus particulièrement j'ai créé le Taijiquan des 5 animaux.

On commence l'entraînement avec les basiques, postures, mouvements, marche, spontanéité, puis lorsqu'ils sont maîtrisés, on applique ceux-ci sur une

séquence d'une forme de Taijiquan, en « habitant l'esprit de l'animal ». A ce niveau, la particularité de ce travail sur 5 animaux est psychologique, ou spirituelle. Incarner l'esprit d'un animal, l'incorporer à soi-même, en pleine conscience, vous amène parfois à vous surpasser, au sens où l'on effectue parfois des gestes avec perfection alors que nous ne les avons jamais appris. Cela demande un travail patient et régulier de répétition des bases, et une recherche spirituelle pour pénétrer dans la dimension de l'esprit de l'animal.

Le Livre des Mutations

Les stratégies du tigre et de la panthère sont développées sous une forme à tendance Yang ou Yin avec ces deux animaux dans le cadre du fameux livre de stratégie, le Yijing chinois. Le tigre aime l'affût dans les herbes. Il s'approche avant de bondir, sans élan ; atteignant souvent les 10 mètres d'un seul bond, il peut pourchasser brièvement. La panthère préfère se poser sur une grosse branche d'arbre et attendre le passage de sa proie pour se laisser tomber sur elle. Dans mes dernières recherches, j'ai été jusqu'à la pratique avec les esprits animaliers et protecteurs auprès de chamanes. Et j'ai alors compris qu'une partie de l'origine des techniques martiales et en particulier animalières provenait ▶

de ce milieu-là, sans lien obligatoire avec l'esprit guerrier ou militaire.

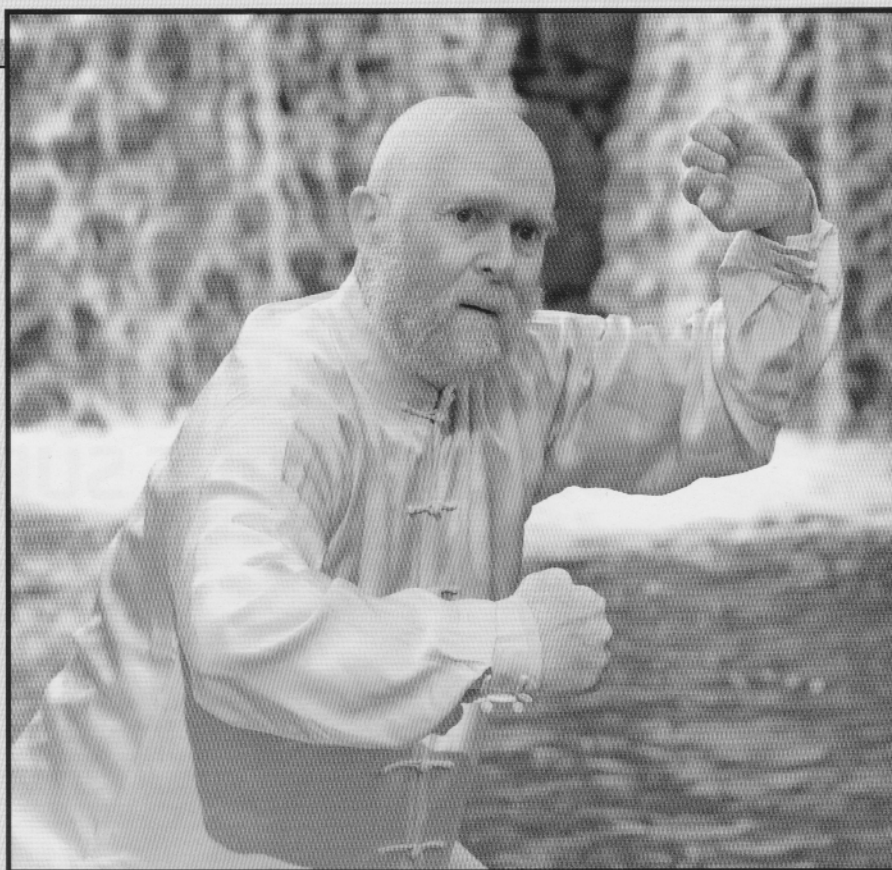
Invitation

Pour l'avoir lu dans des magazines de Kung fu publiés à Hong kong, il y a 40 ans, j'ai remarqué que de nombreux styles d'arts martiaux faisaient référence aux animaux dans leurs gestes, katas ou formes. Je demande aux enseignants d'Arts martiaux divers qui souhaiteraient participer à cette rubrique en 5 articles de m'adresser un texte très bref et des photos en nombre réduit et de bonne qualité afin que cet article déborde le cadre du Qigong, du Taijiquan, du Bagua Zhang et du Hsing Yi Quan avec la participation d'autres Arts martiaux dits « externes », ou issus d'autres contrées que la Chine. ●

Georges Saby

A suivre : Ours, Singe, Serpent,
Héron.

www.abc-chi.com



La posture du tigre.

Le contrôle du tigre qui est en nous

LE TIGRE : cet animal asiatique excite bien des fantasmes. Son apparence, sa puissance et sa férocité délient les imaginations. Ses os pleins et lourds, ainsi que de nombreuses autres parties de son anatomie entrent dans la composition des remèdes de la pharmacopée chinoise, ce qui a certainement favorisé son extinction et sa disparition de bien des régions.

De nombreux styles d'arts martiaux se réclament de lui, copient ses mouvements, sa stratégie, son comportement. Les mouvements des écoles Yang et Wu de Taijiquan se réfèrent à lui, tels « emporter le tigre sur la montagne, reculer et chevaucher le tigre, frapper le tigre à droite et à gauche ». On le maîtrise toujours. Cela suggère un contrôle du tigre sauvage qui est en chacun de nous.

Ses attributs sont la puissance, la vitesse, la souplesse féline, la capacité de déraciner, de renverser, de déchirer avec ses griffes.

Dans le Di Yi Lu (la forme lente), bien des mouvements s'en inspirent malgré qu'il ne soit pas nommé. Le geste d'appuyer du Taijiquan de Yang Chen Fu

est une simplification d'un mouvement plus ample de la forme ancienne de Yang Lu Chan. Le geste moderne ne met plus en application cette possibilité de griffer en descendant, réintroduite au XIXème siècle par Yang Lu Chan et à nouveau abandonnée au XXème siècle par Yang Chen Fu.

En Taijiquan, on pourra pratiquer des variations en soignant la fin des mouvements qui propulsent une ou deux paumes en avant comme « appuyer, tirer, un pas broser le genou, simple fouet ». Le pratiquant conduira la force de tout son corps dans la main qui se refermera sur un très petit et subtil mouvement de griffe.

Dans le Pao Chui de l'école Yang, la forme boulet de canon, on s'appuiera sur la copie du tigre en utilisant tantôt notre poids imposant, tantôt notre musculature pour déchirer comme avec des griffes. Le tigre est patient d'abord, puis direct lorsqu'il a choisi d'attaquer.

On pourra donc s'exercer à son image dans le Paochui en bondissant et en terminant chaque explosion par un fin mouvement du poids entier de notre corps.

Dans le cadre de la trilogie Terre/

Homme/Ciel chère à la conception de la Chine ancienne et développée dans le tome 1, nous avons présenté la symbolique correspondante serpent/tigre/oiseau.

Le tigre s'y inscrit comme animal central. Il représente le pratiquant adulte, posé, assis, ayant développé la puissance du Fa-jing, capable d'explosions féroces, mais aussi calme et sage, tranquille, mesuré, économe d'efforts vains. J'ai choisi de présenter de manière imagée quelques mouvements attribués au tigre avec mes collègues, dans les disciplines de Bagua Zhang (Nicolas Julien), Hsing Yi Quan (Florian Gillard), Taijiquan de Yang Lu Chan (Antonio Brézé). Moi-même je présente quelques images en posture, en mouvement de Yi quan avec application, en Taijiquan moderne avec une posture commune aux écoles de Yang Chen Fu, de Wu Jian Quan et de Sun Lu Tang : frapper le tigre, ainsi qu'une application martiale après esquivé.

EXTRAIT DU LIVRE Taijiquan 2, Historique et tradition explosive, Auto-édition Georges Saby.