

Au centre de la mythologie chinoise réside le dragon que l'on sollicite pour expliquer bien des aspects du monde, des "dix mille choses" nées du taiji.

Dressant l'échine au sommet des montagnes, dévalant les cours d'eau, sillonnant les artères souterraines, parcourant notre corps, le dragon incarne l'alternance infinie du Yin-Yang.

# Balade sur le dos du dragon

par Stéphane  
Trompé Baguenard

### Dragon d'eau courante, dragon de révélation

Une légende veut que la substance du Yi Jing ait été révélée il y a 4000 à 5000 ans à Huan Di, l'Empereur Jaune, ou à Yu le Grand, par un dragon sorti du fleuve jaune.

Concernant Yu le Grand, fondateur de dynastie mais aussi, sur le plan mythologique, démiurge de l'Espace-Monde chinois, on apprend qu'il put vaincre un déluge grâce à l'aide d'un dragon. Ce dernier ouvrit une voie (1) aux eaux en excès en traçant des dessins-canaux sur le sol.

De même, Fou Hi, Patron du Hi T'seu (2), fut mis au monde dans un marais célèbre pour les dragons qui le hantaient.

Dans la même tradition du dragon révélateur, on trouve l'histoire de Yao Wang, Saint Patron des pharmaciens, "Roi des remèdes", qui reçut du Hai Long Wang "Roi dragon des mers" le premier traité de médecine appelé *Les secrets du dragon*.



photo de Chow Siulan

## Le dragon, animal emblématique du Feng Shui

Considéré à travers la science traditionnelle du Feng Shui, la présence du ou des dragons dans l'eau inspire *Le classique du dragon aquatique* qui codifie l'étude des formes des cours d'eau et des qualités énergétiques qui leur sont liées. Le

Feng Shui considère en effet que l'eau, surtout si elle est en mouvement, véhicule une grande quantité de Qi. On comprend dès lors l'une des caractéristiques des lieux réputés pour la pratique des exercices énergétiques, à savoir la proximité d'une eau courante. Le pratiquant de Qi Gong qui cherche à nourrir et à domestiquer un dragon à l'intérieur de son être se verrait ainsi stimulé par la proche présence communicante d'un dragon aquatique, une fois encore révélateur.

## Dragon de terre, dragon vert

### Dragon altier

Quittant sa résidence aquatique pour la terre ferme, le dragon est de nouveau encadré avec égard et attention par le Feng Shui qui fait même de la manifestation "dragonnaire" terrestre - plus précisément, intra-terrestre - l'objet principal de son étude : il devient l'emblème du Qi de la terre qui, de branches principales en ramifications successives, parcourt tous les lieux avec plus ou moins d'intensité.

Comme l'eau, il circule du haut vers le bas, des hauts sommets vers les vallées, contournant ici un obstacle ou stagnant plus loin dans une cuvette du relief. Mais à la différence de l'eau qui dans la vallée devient fleuve, le

dragon tellurique - de *tellus*, terre - s'amenuise en s'éloignant de sa source, les hauts sommets où terre et ciel s'épousent pour que s'accomplisse le 11e hexagramme du Yi Jing :

*La terre s'élève jusqu'au ciel,  
le ciel descend sur la terre;  
le réel fonctionne à plein régime.*

Quiconque est revenu "gonflé à bloc" d'un séjour à la montagne malgré une intense activité physique saura ce qu'induit la proximité du nid altier du dragon. Les sages taoïstes qui y fixaient leur ermitage ne s'y trompaient pas. Prend alors sens une autre caractéristique des lieux réputés favorables aux exercices énergétiques : l'altitude élevée.

### Dragon cardinal

Toute l'humanité ne pouvant cependant pas vivre sur l'Himalaya (3), il faut bien par conséquent apprendre à gérer les manifestations - certes affaiblies mais toujours utilisables - du dragon dans les vallées, là où naissent les terres fertiles, et donc les hommes.

D'emblématique, de globale, l'image du dragon se redéfinit à travers le bestiaire cardinal du Feng Shui. Il devient le dragon vert de l'est, du levant, que l'on place à gauche lorsque l'on construit des abris pour les hommes vivants ou morts. Il fait alors face au tigre blanc de l'ouest, du couchant, qui doit se trouver sur la droite.

Dans le système du Yin-Yang, le dragon vert ou dragon d'azur est le courant yang chaud, vitalisant, donc favorable à l'épanouissement de la vie ; le tigre blanc étant le courant yin froid et stagnant, défavorable à la vie. Le point idéal de résidence se situera, protégé par le tigre et le dragon, à la

### Dompter le dragon, calmer le feu du cœur...

rencontre de ces deux courants, tournant le dos à la tortue noire du nord et regardant le phœnix, oiseau rouge du sud, l'ensemble du système reposant sur une observation attentive et sensible du lieu et de son relief.

### Dragon des arts énergétiques, internes et externes

#### L'interne...

L'opposition complémentaire entre tigre et dragon développée par le Feng Shui se retrouve dans le Qi Gong : le dragon y est en effet associé au yang et au feu, tandis que le tigre représente le yin et l'eau. Dans le cadre de la médecine traditionnelle chinoise, le langage métaphorique du Qi Gong fait du dragon une image du Shen, l'esprit - qui réside dans le cœur - ou du Yuan Shen, l'esprit primordial, aux côtés du tigre imageant le Jing, l'essence ou l'énergie, le Qi qui loge dans les reins. Le "domptage du dragon" revient alors à calmer le feu du cœur et "le dressage du tigre" à apaiser l'eau dans le corps (4).

De plus, plusieurs Qi Gong mentionnent le dragon dans leur intitulé : c'est "l'éveil des quatre dragons", "le dragon noir agite sa queue", "dragon et tigre se mettent en marche", etc...

Enfin, concernant l'association du dragon aux exercices énergétiques, signalons dans l'iconographie ancienne le thème du dragon enlaçant la colonne. Marcel Granet (5) démontre l'association de ce motif ancien au Taiji plus récent, mais il pourrait également évoquer pour nous le cheminement du Qi, de Chang Qian - pointe du coccyx - à Da Zhui - C7 - ou Yu Chen - le "coussin de jade" à la base du crâne - en résonance avec le symbolisme à l'œuvre dans le yoga du grand voisin indien.

#### ...et l'externe

Si la dimension centrale du dragon dans l'imaginaire traditionnel chinois lui a permis, nous l'avons vu plus haut, d'évoquer aussi bien l'onde aquatique que le courant tellurique ou la force brute des hauts sommets, c'est le même inépuisable polymorphisme qui le fait apparaître, concernant les arts énergétiques, aussi bien dans l'interne que dans l'externe. En effet, lorsque la structure énergétique est mise au service de l'art martial et qu'apparaît le Wu Shu, le dragon réussit une nouvelle fois à se faire une place de choix dans le vocabulaire spécialisé. Sur le plan de la mythologie, rele-

vons que le monastère Shaolin du mont Zigai - province de Hebei - doit son nom à la présence d'une représentation d'un dragon volant gravé dans une falaise du Zigai, appelé Hong Long "le dragon rouge". Sur le plan technique, c'est Longxing Chuan "la boxe du style du dragon", créée par le moine Daxu au début du XXe siècle dans la province du Guangdong ; c'est la très stable position du "petit dragon" : accroupi, un pied croisé devant l'autre, le centre de gravité très bas ; c'est également "la queue du dragon", le coup de pied circulaire retourné ; etc...

Bien sûr, les termes "Wu Shu" et "dragon" sont indissociablement liés à l'époque contemporaine en la personne du charismatique Bruce Lee ; d'ailleurs, lorsque "le petit dragon" déclarait : *Si vous courbez l'échine, vous trouverez toujours quelqu'un pour monter dessus*, il illustrait au mieux l'image du dragon indomptable véhiculé par les techniques de Wu Shu : le dragon jaillit, frappe, et fait se disloquer l'adversaire.

Le dragon du Wu Shu exprime donc généralement une polarité résolument

Yang. A contrario, son rôle dans la méthode Wu Xing Chuan - "le poing des cinq formes" - est plus emprunt d'intériorité :

avec cette méthode où chaque forme-animal doit développer l'une des cinq essences de l'homme,

Long Fu, "le style du dragon", qui représente la vivacité et la concentration doit nourrir le spirituel ; les mouvements sont longs, continus et fluides.

Enfin, dernier avatar martial de la bête fabuleuse, le système de D(u)an récemment mis en place par la fédération chinoise de Wu Shu voit le premier niveau symbolisé par un aigle, le second par un tigre, et le troisième et plus haut niveau... par l'éternel dragon.

...mais en wushu, le dragon devient indomptable

### Saison du dragon, saison du monde et des hommes

Nous avons vu s'exprimer tout au long des chapitres précédents la double nature du dragon, sa constante oscillation entre le Yin-Yang. Cette bipolarité va trouver à s'exprimer pleinement lorsque le dragon va symboliser le cycle de l'année - une saison claire chaude et une saison sombre froide -. La succession chronologique des différents moments de la vie du dragon illustrera alors l'alternance des saisons, et la cyclicité des activités humaines qui y est liée.

Lorsqu'il veut donner la formule d'une vie bien réglée, Tchouang T'seu s'écrit :



Bruce Lee, dit "le petit dragon", était animé par la puissance de l'animal



Les saisons du dragon symbolisent l'alternance Yin-Yang

Un - aspect de - dragon, un - aspect de - serpent, évoquant le fait que nul ne saurait se soustraire à la loi universelle du rythme. La formule de Tchouang T'seu qui s'adresse à la vie sociale qui tantôt se dépensait dans les champs ensoleillés et tantôt se restaurait dans l'obscurité des retraites hivernales (6)

recoupe de fait l'alternance classique du Yin, des énergies latentes et cachées, et du Yang, des énergies agissantes et manifestées. Ainsi, le sage sait se plier à un régime alterné fait d'activités délibérées et de retraites réparatrices que symbolisent les saisons du dragon :

- A la saison sombre, lorsque la société chinoise agricole se restaure "au fond des retraites hivernales", le dragon dort au fond des gouffres sous-marins ou souterrains. L'hiver, méditation et Nei Dan (7) s'imposeront alors dans la pratique du Qi Gong.

- Au printemps, lorsque s'ouvre la saison claire qui verra les hommes se dépenser "dans les champs ensoleillés", le dragon sort de sa torpeur roulant sa voix dans le tonnerre, traçant dans les éclairs la marque de ses griffes, crachant son haleine dans la vapeur d'eau des nuages (8). A l'unisson, Wei Dan (9) et mobilisation tendino-musculaire, Ba Duan Jing - les huit pièces de brocard - et Yi Jin Jing - classique du développement musculaire - par exemple formeront le travail énergétique.

Un - aspect - yin, un - aspect - yang (Hi T'seu). Cette description du Taiji pourrait bien être la devise du dragon que les chinois ont choisi de mettre au centre de leur mythologie explicative du monde afin, au travers de ces facettes multiples, d'en exprimer l'ordre unique : Celui du TAO



S. T. P.

Notes

(1) Marcel Granet fait remarquer que le mot Tao, "voie" ou "chemin", ne se distingue guère d'un mot de prononciation analogue qui signifie : "ouvrir la voie, mettre en communication".

(2) Le Hi T'seu : système de spéculation portant sur des emblèmes divinatoires et des nombres, et partie intégrante du Yi King.

(3) Il y a actuellement un dragon chinois sur l'Himalaya, mais ce n'est pas un bon dragon : celui-ci est assoiffé de sang, détruit la nature et les hommes...

(4) Pour une étude plus poussée de l'alchimie énergétique interne, vous pouvez consulter l'ouvrage de Catherine Despeux *Taoïsme et corps humain* publié aux éditions Guy Trédaniel .

(5) M. Granet *La pensée chinoise*, page 502

(6) Opus cité. page 117

(7) Nei Dan : méthode d'entraînement dans laquelle le Qi est développé dans l'abdomen puis guidé par le mental à travers le corps.

(8) *Encyclopédie générale* Hachette 1975, article intitulé "Chine"

(9) Pratique qui a pour but d'augmenter localement la circulation du Qi par la stimulation de la partie du corps choisie.

Si vous souhaitez contacter Stéphane Trompé Baguenard, moniteur de Qi Gong pour l'association AXIS à Toulouse : 54, rue Jean Micoud 31500 Toulouse Tél. : 05 61 20 89 93 et 05 61 80 86 16

Bibliographie

- T. Dufresne et J. Nguyen, *Dictionnaire des arts martiaux chinois* aux Editions Budostore, 1996
- Gérard Edde *Santé et habitat selon les traditions chinoises du feng-shui* chez Albin Michel, 1988
- Marcel Granet *La pensée chinoise* chez Albin Michel, 1988
- Yang Jwing-Ming *Chi Kung, pratique martiale et santé* chez Guy Trédaniel éditeur, 1993
- Yu Gongbao *La mélodie interne de la vie* aux Editions du nouveau monde, 1995

Liens GTao

- GTao n° 2 : Le feng shui P. 25
- GTao n° 3 : A la recherche de l'ancre du dragon P. 26
- GTao n° 6 : La queue du dragon, coup de pied P. 66
- GTao n° 12 : Feng shui P. 46
www.generation-tao.com