

La Voie
du Mouvement

Gymnastique suédoise & Cong-fu des bonzes

ou la poule occidentale & l'œuf oriental



L'enseignement de la gymnastique suédoise serait à l'origine de toute la gymnastique moderne. Mais comment cette méthode qui mêle mouvements corporels et techniques de massage est-elle née ? La théorie de Georges Charles, étayée par de nombreux exemples, se réfère au "cong-fu⁽¹⁾ des bonzes".

Enquête.

par Georges Charles

En 1898, sous la pression des médecins et militaires, la France officialise l'enseignement de la gymnastique suédoise dans le cadre de l'éducation nationale. Cette gymnastique, regroupant mouvements corporels et techniques de massage, et créée par le Suédois Per Henrik Ling (1776-1839), est généralement donnée comme étant à l'origine de la gymnastique occidentale moderne. Sa méthode a donné naissance aux gymnastiques allemande, anglaise et française — notamment la méthode Hébert —. Mais c'est ignorer quelques antécédents qu'il est bon de rappeler dans ces pages...

Le "cong-fu des bonzes"

Lorsque le Père Jean Joseph-Marie Amyot fait publier à Paris en 1779 son mémoire concernant l'histoire, les sciences, les mœurs, les usages des Chinois, il consacre un important chapitre au "cong-fou des bonzes de Tao-Ssè"⁽²⁾. Il s'agit, on s'en doute, de la méthode de réalisation (*cong-fou* ou *kung-fu*) des praticiens (bonzes) du Tao (Tao-Ssè), une forme de gymnastique énergétique taoïste connue en Chine sous le nom spécifique de *dao yin* (*tao-yin*), que l'on nommera plus tard "gymnastique chinoise" ou "gymnastique taoïste" ou même "yoga chi-

nois". *Cong-fu* fut donc probablement le premier terme utilisé en Occident pour désigner une pratique de santé chinoise — et ce, dès le règne de Louis XV —. Le *cong-fu* fut également certainement pratiqué bien avant toutes les autres disciplines orientales et extrême-orientales que sont le jujutsu, le judo, le karaté et même le yoga.

Le Père Amyot

Né à Toulon en 1718, il est arrivé à Canton en 1750. Il fut mathématicien, astronome, vicaire apostolique et écrivain, mais aussi fait mandarin par l'Empereur de Chine et demeura près de quarante-deux ans à Pékin, où il décéda en 1793. Lorsque le Père Amyot vivait en Chine, le fameux *cong-fou* faisait encore officiellement partie de la médecine chinoise classique telle qu'elle était enseignée et pratiquée dans l'enceinte même du Palais Impérial. Amyot ayant constaté de visu l'effet de cette pratique sur des malades, il fut tenté de la proposer pour soulager les malades occidentaux qui devaient souvent se contenter de lavements et de saignées. Voilà ce qu'il affirmait dans son mémoire : *Le cong-fou a réellement tous les caractères d'une antique méthode scientifique. Cette assertion curieuse est appuyée de raisons qui nous ont fait*



crédit photos : D. R.

La base des exercices respiratoires de gymnastique suédoise pour la détente du thorax ressemblent étrangement aux anciens mouvements des bonzes.

imaginer de proposer aux physiciens et aux médecins de l'Europe d'examiner si la partie médicale du *cong-fou* des Tao-Ssè est réellement une pratique de médecine dont on peut tirer parti pour le soulagement et la guérison de quelques maladies. Si cela était, nous nous croirions bien dédommagés de la peine que nous avons eue à nous mettre au fait d'une matière aussi ennuyeuse pour une personne de notre état et si étrangère à nos études et à nos préoccupations. Nous fussions-nous trompés dans nos conjectures, nous ne croirions pas avoir à rougir d'une méprise qu'on ne doit imputer qu'à notre sensibilité aux maux qui affligent la vie des hommes et à notre amour pour la patrie. Il semble que le *cong-fou* ait été un moment à la mode à la Cour, comme curiosité de salon — ce qu'il demeure encore parfois ! — puis ait été malencontreusement oublié.

Les descriptions du Père Amyot sont si précises que l'on y trouve des mouvements pour dégager la poitrine, contre l'asthme, les embarras d'estomac, les maux de cœur, les vertiges et les éblouissements, les pesanteurs de tête et les assoupissements, les douleurs dans les genoux, les sueurs froides, les insomnies, les embarras gastriques et les problèmes intestinaux...

La méthode Ling, une pâle copie

Si le père Amyot dès le début du 19^e siècle montrait à l'Occident l'efficacité de certaines méthodes chinoises,

d'autres prirent exemple sur lui.

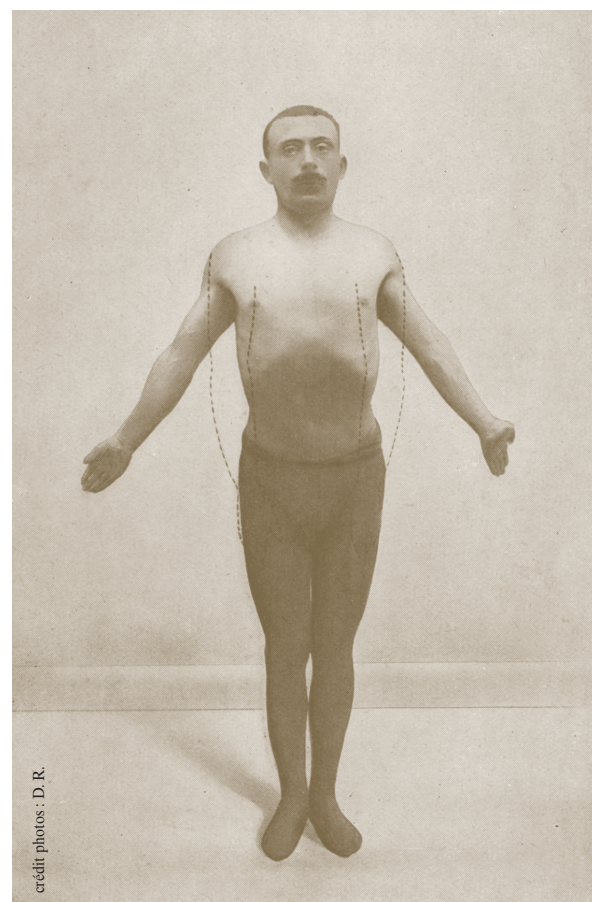
Preuves à l'appui

Dans son ouvrage, *Du massage, son historique, ses manipulations, ses effets physiologiques et thérapeutiques* publié à Paris en 1884⁽⁹⁾, un certain Professeur J. Estradère relatait en détail les travaux du Père Amyot et en reprenait les principes essentiels. Il en profitait également pour égratigner au passage Per Henrik Ling : *Ling n'a pas créé une méthode; Ling n'a fait qu'occidentaliser ce qui est pratiqué depuis bien des siècles en Chine. Pourquoi*

Ling n'a fait qu'occidentaliser ce qui est pratiqué depuis bien des siècles en Chine.

s'obstiner à lui attribuer le mérite d'une invention lorsque sa méthode est la copie d'une autre méthode.

Pour ceux qui désirent des preuves plus péremptoires, il leur suffira d'ouvrir les mémoires concernant l'histoire, les arts, les mœurs, les usages, etc. des Chinois par les missionnaires de Pékin (1779) et de parcourir les judicieuses comparaisons qu'on fait de cette méthode et de celles de Ling MM. Bérend, Richter, Georgii et Dally : *La doctrine de Ling tout entière, théorique et pratique, n'est qu'une sorte de décalque du cong-fou des bonzes de Tao-Ssè. C'est le vase royal de Dresde, le splendide vase chinois, avec ses figures chinoises, revêtues de teintes européennes.* Les auteurs que je viens de citer ont attaqué la doctrine de Ling au point de vue de la gymnastique pure et simple; cette partie ne m'intéresse qu'à un seul point, celui de prouver que son œuvre entière n'est qu'un compilage de tous les exercices qui ont été prati-



crédit photos : D. R.

qués avant lui. Qu'on le veuille ou non, ceux-ci découlent donc directement du *cong-fou* des Tao-Ssè. Je vais essayer de prouver qu'il a également copié les anciens chinois dans les diverses manœuvres qui constituent le massage.

Le massage aussi...

Dans le *San tsai tou hoei*, publié à la fin du 13^e siècle, on trouve une collection de gravures représentant des figures anatomiques et des exercices gymnastiques. Parmi ces exercices figurent les frictions, les pressions, les percussions, les vibrations, le massage en un mot, et beaucoup d'autres mouvements passifs. Ces mouvements d'après les traducteurs (missionnaires de Pékin) sont en usage depuis les temps les plus reculés. On les emploie pour dissiper la rigidité des muscles occasionnés par la fatigue, les contractions spasmodiques, les douleurs rhumatismales et après la résolution des fractures. Suivant Osneck, les Chinois frottent de leurs mains tout le corps, pressent doucement les muscles entre leurs doigts, exercent un tiraillement particulier sur les articulations. Ce tiraillement est parfois accompagné d'un craquement que l'on peut entendre à une assez grande distance. Lepage, quant à lui, dans ses recherches historiques sur la médecine chez les Chinois dit que *le massage*,

La Voie du Mouvement



la manipulation, la mobilisation active ou passive est une pratique particulière aux Chinois et qui consiste à pétrir lentement et avec douceur les différentes articulations du corps, à plier les articulations, à distendre paisiblement les membres de l'individu qui non seulement se soumet à cette opération mais y participe. On ne saurait être plus clair.

Sujet à polémiques

Malgré cette mise au point publiée et amplement diffusée à l'époque, la gymnastique suédoise demeurera et demeure encore le mètre-étalon de notre gymnastique moderne, et les historiens du sport ne se poseront plus aucune question. Celui qui est souvent donné comme le successeur que Ling désigna de son vivant, Georgii, fait pourtant lui aussi preuve de prudence et remet quelque peu en place l'œuvre

de son "maître". Dans *Kinésithérapie ou traitement des maladies par le mouvement*⁽¹⁾, il explique : *Pourquoi dire que ces mouvements ont été inventés ou déterminés par Ling? Y en a-t-il un seul imaginé par Ling? Non, ni les pressions, ni les frictions, ni les percussions, ni les froissements, ni les tremblements n'ont été inventés par lui. Les textes cités plus haut le prouvent suffisamment pour que je ne sois pas obligé d'apporter d'autres preuves. Aurait-il déterminé quelques mouvements? je réponds encore par la négative.* Précisons que Georgii est aussi l'inventeur du terme "kinésithérapie" qui sera revendiqué, à tort, par Stapfer qui prétendra l'avoir imposé en France en 1895.

Toute vérité n'est pas bonne à dire!

De son côté, Estradère, à la suite de la publication de son ouvrage sur le massage et ses simples révélations, eut quelques démêlés avec sa hiérarchie. La réponse de la Faculté ne tarda en effet pas sous la plume du professeur M. Réveil : *D'autres formes de manipulations plus générales sont confondues en France sous le nom de massage médical. M. Estradère nous paraît soutenir une mauvaise cause en persistant à défendre l'usage de cette dénomination sous le couvert de laquelle sont confondus la friction, la pression, la percussion et surtout le mouvement. Il conviendrait de ne plus mélanger science médicale et superstition indigène. Qu'on se le tienne pour dit! Le docteur Estradère sera assez rapidement muté de la Faculté de Médecine de Paris vers l'établissement thermal*

de Bagnère de Luchon où il pourra continuer à exercer, très paisiblement, ses coupables activités subversives. Et tout ira pour le mieux dans le meilleur des mondes. On ne confondra désormais plus science médicale et superstition indigène et la gymnastique demeurera occidentale sinon suédoise.

**Ni les pressions,
ni les frictions,
ni les percussions,
n'ont été
inventées par
Ling.**

Les travaux d'Estradère seront pourtant repris par Berne, ancien interne lauréat des Hôpitaux de Paris, qui, au tout début de la première guerre mondiale publiera *Du massage, manuel thérapeutique et pratique*. Il cite également le *San Tsai Tou Houei*, et il précise : *C'est en Chine que se sont conservées toujours vivantes les institutions les plus anciennes du genre humain, c'est donc dans ce pays que nous devons, à propos de l'histoire du massage, rechercher nos premiers documents écrits. La première mention d'un système de mouvements propres à entretenir la santé ou à guérir les maladies date de l'époque préhistorique.*



⁽¹⁾ Nous avons respecté les transcriptions anciennes utilisées par l'auteur.

⁽²⁾ *Mémoire sur les Chinois*, Tome IV

⁽³⁾ Thèse, Faculté de Médecine de Montpellier, 1813

⁽⁴⁾ Publié aux éd. Germain Baillière, Paris, 1847