

# Projo-club Asso Kung Fu Shaolin



## UN MOINE SHAOLIN EN TOURNÉE EN FRANCE

Shi De Cheng,  
moine Shaolin  
de la 31ème  
génération,  
vient depuis  
plusieurs  
années  
transmettre  
le Kung Fu\*  
Shaolin en  
France !

**N**oble, beau, lumineux, humble, courtois et sympathique, le moine Shi De Cheng transmet à la fois son savoir technique et ses qualités d'âme dans plusieurs villes comme Montpellier, Lyon, St Maurice, Toulouse, Narbonne ou Strasbourg. La tournée est organisée par deux amis plusieurs fois champions de France de Kung Fu, Mohamed Rahim & Aziz Terchague, qui sont devenus au fil des ans les principaux disciples et représentants du moine Shi De Cheng en France. Imaginez un moine Shaolin avec sa tenue bouddhique traditionnelle accompagné de deux français d'origine nord-africaine

en vêtements occidentaux et téléphone portable à la ceinture. Tout ce petit monde réuni dans le local de New Génération TAO, véritable grotte alchimique du TAO contemporain. Quel métissage culturel ! Ces stages qui rencontrent de plus en plus de succès chaque année, doivent beaucoup au flair et au sens de l'initiative de **Mohamed Rahim & Aziz Terchague**, tous deux instructeurs fédéraux et formés par **Jean-Marc Minéo**, qui ont cru dur comme fer à cette tournée. Bravo et merci à ces deux potes qui rendent aujourd'hui accessible l'enseignement du Temple de Shaolin sur la terre de naissance de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme.



Par France THAO

## Interview du Moine Shi De Cheng

*A quel âge avez-vous commencé la pratique du Kung Fu ?*

J'ai aujourd'hui 34 ans. J'ai commencé la pratique du Kung Fu à 5 ans et à l'âge de 11 ans, je suis rentré au temple de Shaolin pour devenir moine.

*Comment s'organise le développement du Kung Fu en Chine ?*

C'est au temple de Shaolin que le Kung Fu trouve ses racines et autour de ce lieu que se sont fondées de nombreuses écoles.

*Comment favorisez-vous le développement du Kung Fu en Occident et plus particulièrement en France ?*

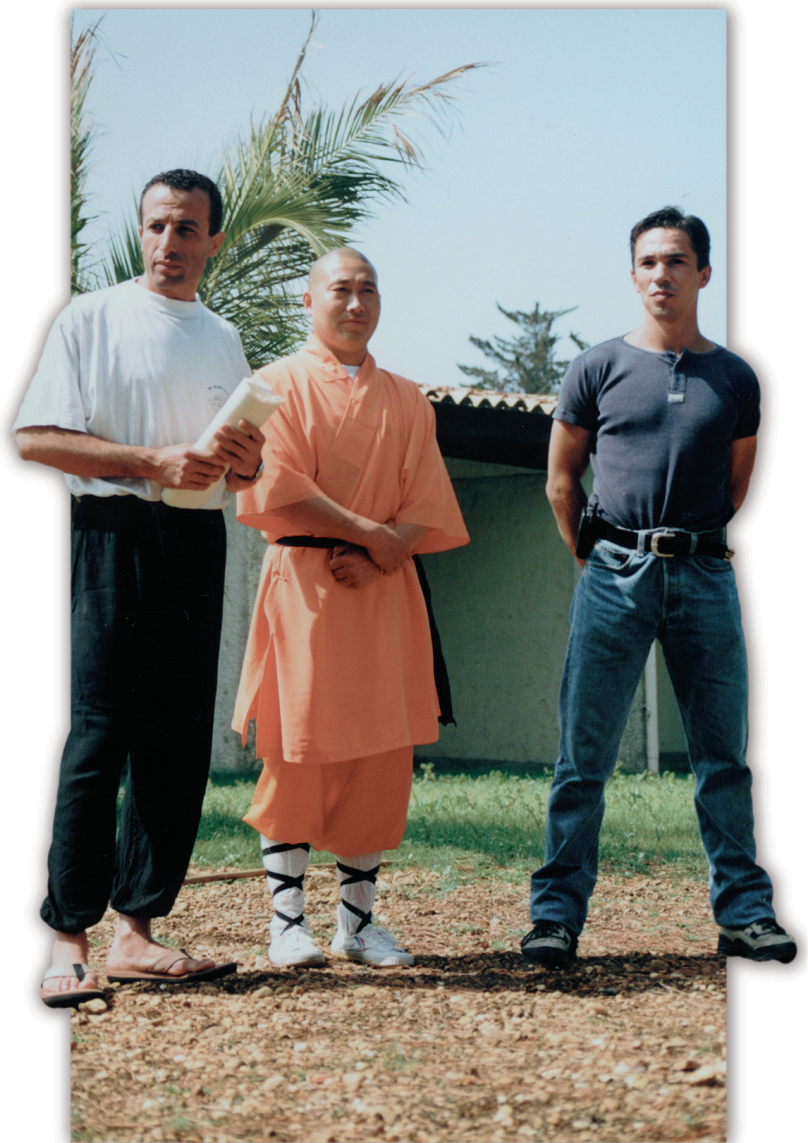
C'est par le biais de démonstrations, de galas, de stages que le Kung Fu prend son essor. C'est aussi par le biais de formations de professeurs et d'instructeurs de Kung Fu qui à leur tour redonnent l'enseignement qu'ils ont reçu à leurs élèves... L'Italie, l'Autriche, l'Allemagne et la France sont les pays où se rendent au moins une fois par an les moines de Shaolin.

*Est-il difficile pour un moine de Shaolin d'aller en mission à l'étranger ?*

Bien sûr, il est plutôt difficile de faire venir des moines en Occident : nous sommes en général invités par des associations pour des stages de formation.

Par exemple, l'année dernière, j'aurais dû être au mois de mars en France pour une série de stages mais suite à un problème de visa, mon arrivée en France a été reportée au mois de juin. C'est un travail

très long et très difficile, et j'en profite pour féliciter toutes ces personnes qui se battent pour nous faire venir afin de développer le Kung Fu.



Le Moine Shi De Cheng entouré de Mohamed Rabim & Aziz Terchague.





*Taolu de bâton*

*En France, par qui êtes-vous invité ?*

En France, je suis invité chaque année par mes deux amis, Messieurs Rahim et Terchague. Ils font un travail remarquable, tout se passe toujours bien. Ils sont responsables chacun d'une association et enseignent respectivement le Kung Fu Shaolin à Saint Maurice l'Exil dans l'Isère et à Montpellier. Ils sont compétents et sérieux dans leur travail. Mon séjour en juillet 98 a ainsi été très intéressant pour moi au niveau humain.

*Devenir un moine ce n'est pas seulement la maîtrise technique du Kung Fu, c'est aussi un travail de recherche, de méditation...*

*C'est-à-dire ?*

À l'occasion de ce séjour, mes deux amis ont préféré me faire partager la vie quotidienne avec eux, en m'invitant à dormir et à déjeuner chez l'un ou l'autre, ils m'ont fait découvrir des villes comme Paris, Lyon, Montpellier, etc. Nos échanges culturels et amicaux en ont été très enrichissants.

*Un occidental peut-il devenir moine de Shaolin ?*

Beaucoup d'occidentaux aimeraient devenir moines de Shaolin, mais seuls les chinois peuvent le devenir réellement. Il faut beaucoup d'années de pratique pour pouvoir arriver à un bon niveau. Devenir un moine ce n'est pas seulement la maîtrise

technique du Kung Fu, c'est aussi un travail de recherche, de méditation ; dans le Kung Fu Shaolin vient aussi se greffer le travail de la médecine chinoise que nous pratiquons au temple depuis des siècles. Aujourd'hui, aucun occidental ne peut se prétendre être un moine de Shaolin.

*Il existe plusieurs styles de Kung Fu ainsi que plusieurs disciplines, quel est selon vous le meilleur style et la meilleure discipline ?*

Bien que tous les styles soient valables et intéressants, pour ma part, j'ai toujours été attiré d'une part par le style interne (Nei Jia) qu'est le Tai Ji Quan dans lequel j'ai trouvé ma voie et ma plénitude et d'autre part, par le style externe (Wei Jia) qu'est le Kung Fu Shaolin. Je m'y suis perfectionné, car j'ai comme devise qu'il vaut mieux savoir beaucoup de choses sur peu de choses que peu de choses sur beaucoup de choses.

*Quand aurons-nous l'occasion de vous revoir en France ?*

Ce sera au mois de juillet 1999 à l'occasion de plusieurs stages intenses comme on le pratique en Chine.



*Taolu de la mante religieuse.*





*Soleil, plage et mer sont les lots à payer pour suivre les stages de Shi De Cheng*



*Posture typique de taolu de Shaolin.*

*Aujourd'hui le Kung Fu est à la mode, comment expliquez-vous cela ?*

Bien que cet engouement vienne aussi des films d'arts martiaux, on ne peut pas parler de mode. En fait le Kung Fu retrouve la place qu'il aurait dû toujours avoir. Les pratiquants sont de plus en plus attirés par les arts martiaux chinois. Je pense que l'expansion du Kung Fu n'est pas encore terminée. **ET.**



*Le Moine Shi De Cheng apprenant le Français au bord de la mer.*



*Veillée et repos après de nombreuses répétitions d'apprentissage du bâton de Shaolin.*

\* Bien que le terme exact pour désigner les arts martiaux chinois soit "Wushu", la rédaction a préféré garder le terme populaire de "Kung Fu" (Gong Fu) pour définir les arts martiaux en raison de la forte relation qu'il existe chez le public entre le Temple de Shaolin et le célèbre feuilleton américain, "Kung Fu", avec David Carradine jouant le rôle d'un moine errant aux USA à la recherche de son demi-frère. Pour des précisions sur ces termes, voir le n°1 de Génération TAO.

**PROCHAINS STAGES :**

Le moine Shi De Cheng reviendra en France au mois de juillet pour un stage de Tai Ji Quan - Qi Gong et médecine chinoise du 12 au 18 juillet 1999 et pour deux stages de Kung Fu du 19 au 25 juillet et du 26 juillet au 1er août (au programme : les 18 Jin Ben Gong et leurs applications, un tao supérieur, un tao de bâton). Stage qui se déroulera en plein air, côté montagne en altitude, à Lans dans le Vercors (Isère).

**RENSEIGNEMENTS :**

- Association Kung-Fu Shaolin
- 3, rue Louis Lecoin
- 38550 St Maurice l'Exil
- Tél/fax : 04 74 29 54 72
- ou 06 08 32 93 43
- ou 06 14 36 27 22.



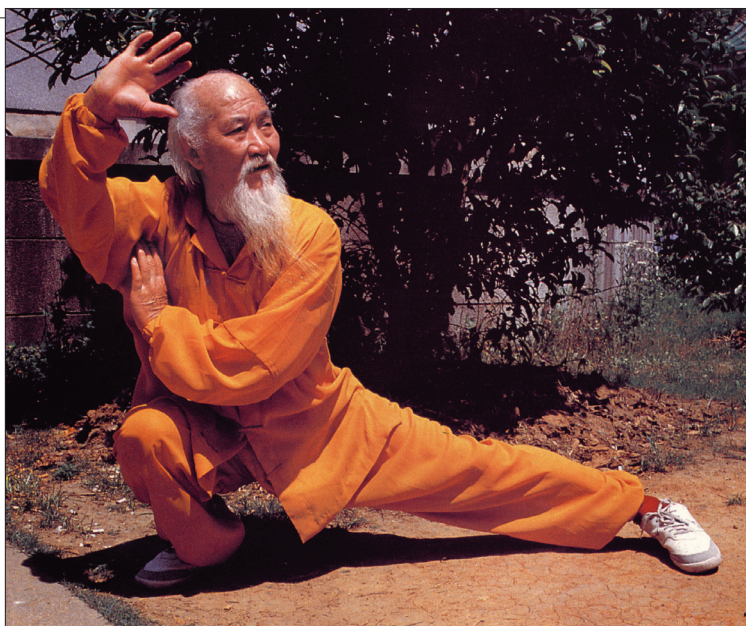




Par SUN Gen Fa,  
enseignant à l'Académie Tian Long  
et historien du Wushu 7ème Dan

## 1 Origine et évolution des Taolu

Un des nombreux détenteurs du patrimoine du wushu



**M**ais par delà la multiplicité des méthodes, des techniques, des écoles, des styles, vous constaterez que toutes ces pratiques obéissent à une forme commune : le **TAOLU**, ou série, ou enchaînement. "Taolu" se compose des vocables "tao" qui signifie : "réunir, former un ensemble", une série qui va d'une position initiale jusqu'à une position finale et "lu" qui désigne l'organisation, le "chemin" du mouvement, c'est-à-dire le "parcours."

Taolu et combat se complètent dans la pratique des arts martiaux. Le combat s'adresse à une population jeune. Il est réalisé dans le but de gagner. Bien qu'il s'appuie sur une technique, la succession des mouvements n'est pas organisée. Le taolu quant à lui, convient à tout le monde, quels que soient l'âge et le sexe. Chacun pratique selon ses capaci-

*Le choix d'effectuer  
tel ou tel enchaînement  
correspond au plaisir  
qu'il procure, aux bien-  
faits ressentis, au mode  
d'expression personnelle.*

tés ou ses envies.

Peu exigeant en espace et ne nécessitant pas d'équipement particulier, il peut se pratiquer en tous lieux. C'est pour ces raisons que le taolu connaît un tel engouement en Chine. Le taolu fait partie des plaisirs quotidiens, ainsi que de l'hygiène de vie, puisqu'il allie l'utile à l'agréable.

Les mouvements sont pensés, organisés selon des règles prédéterminées.

Il exprime l'intention du combat, ce qui le distingue d'un enchaînement de gymnastique ou de la danse. Ce peut être aussi des combats combinés, avec un ou plusieurs partenaires.

Le taolu comprend une suite d'une douzaine à une centaine de mouvements différents, qu'il faut exécuter dans un ordre établi.

Chaque série enchaînée possède un contenu, une structure, un rythme propre, qui lui confèrent un niveau de difficultés techniques et de force à déployer, permettant une gradation dans les capacités physiques.

Le taolu, en développant les performances physiques, sert de base et de préparation pour le combat. Mais il touche aussi d'autres domaines tels que la santé par le contrôle de l'énergie, l'art par la recherche de l'esthétique, et l'éthique par la recherche de la vertu.

L'apparition et le développement du taolu, au sein du Wushu, sont intrinsèquement liés à l'évolution de la civilisation chinoise.

A l'origine, dans la société primitive (environ 16 siècles avant J.C.), le combat est une nécessité vitale. L'homme se bat à la fois contre les animaux sauvages et contre ses congénères. C'est ainsi qu'il apprend à attaquer avec les poings, les pieds, à esquiver, à parer, à rouler... Il fabrique aussi des armes avec du bois et des pierres. Il se bat seul ou en groupe. Au cours de cérémonies rituelles, on danse pour s'accorder la protection magique des divinités, le plus souvent pour la chasse ou pour