



Selon le concept classique de l'énergétique chinoise, lorsque le Taijī* se met en mouvement, il engendre Taisu, le Grand Flux.

Or, lorsque ce mouvement universel se manifeste dans le microcosme corporel, il devient alors, pour les praticiens du Tao, Taixi, la Respiration Embryonnaire. Pour les ostéopathes, ce mouvement profond et rythmique se nomme Mouvement Respiratoire Primaire (MRP). Existe-t-il une similitude entre ces deux approches? Georges Charles, revenant sur trente années de pratique, nous explique pourquoi il en est persuadé.

Des arts martialaux au Taijī ostéopathique

GTao : Vous pratiquez et enseignez les Arts Martiaux depuis un certain temps...

G. C : J'ai commencé par le Judo, puis le Karatedo. Cela m'a permis, très tôt, de côtoyer chez Henri Plée des experts asiatiques réputés : Murakami, Harada, Mochizuki, Kase, Nanbu... Comme j'étais passionné, je pratiquais également l'Aïkido, et comme cela ne me suffisait pas, j'ai entrepris la pratique du Taekwondo. Aujourd'hui, on me dirait que je suis "dispersé" mais à cette époque, cela me semblait tout à fait normal.

GTao : Et les Arts Chinois?

G. C : Je les ai découverts en 1969 lors d'un séjour aux USA sur un campus universitaire. Je me suis dès lors exercé à de nouvelles pratiques dont le *Ling Pao Ming* (Clarté du Joyau Magique), l'une des principales tendances des "Praticiens du Tao" (*Daoshi* ou *Tao Shih*) avec le *Mao Chan* (Montagne de longévité) et le *Jing Dan* (Pilule d'or). De retour en France, pour poursuivre ma pratique, j'ai bénéficié d'une lettre de recommandation adressée à Wang Tse Ming qui résidait en

France sous le nom d'emprunt de Tai Ming Wong. Il était réfugié depuis 1949 et avait dû quitter la Chine sous le prétexte qu'un de ses ancêtres très connu, Wang Yang Ming (Wang Shouren ou Wang Shou Jen, 1472-1529) était très mal vu par le nouveau régime! Cet ancêtre avait créé un nouveau courant de pensée considéré comme le "néo-confucianisme idéaliste" ou École de la Pureté du Cœur (*Xinxue*) qui remettait déjà en cause le régime sous les Ming. J'ai pratiqué avec Wang pendant presque dix ans. Il m'initia à diverses formes

d'externe et parallèlement à ce qu'il nommait de la "gymnastique taoïste" : le *Daoyin Fa* ou *Daoyin Qigong* (Qi Gong de tendance taoïste) du *Ling Pao Ming*. C'est seulement par la suite que je fus initié à l'Interne : le Xingyi Quan de forme naturelle (*Tseujan*).

GTao : Wang Tse Ming s'intéressait déjà beaucoup aux pratiques de santé, ce qui à l'époque n'était pas courant ?

G. C : Encore actuellement, on lit dans certains textes publiés par une Fédération plus ou moins officielle que le Qi Gong n'a rien à voir avec la santé lorsqu'il n'est pas employé par des médecins et n'a pas été expérimenté sur des animaux. Wang Tse Ming, à l'époque, n'était pas médecin, et je ne l'ai jamais vu se livrer à des expériences sur d'autres cobayes que ses élèves qui étaient consentants. Cela ne l'empêche pas d'avoir dépassé aujourd'hui les quatre-vingt-dix ans.

GTao : Il s'intéressait donc à l'ostéopathie ?

G. C : Intuitivement, "à la chinoise". J'ai eu la chance inouïe d'assister à la naissance en France de l'un des principaux courants de l'ostéopathie, simplement par fait de circonstances. Plusieurs fondateurs de ce courant —devenu par la suite ATMAN— qui étaient kinésithérapeutes, travaillaient la boxe chinoise sous ma direction : Franck et Tania Gilly, Pierre Yves Dodin pour ne pas les citer. Ils avaient été élèves de De Sambucy et s'initiaient à l'ostéopathie sous la direction de Marc Bozzeto qui venait d'introduire cette pratique en France. J'ai donc eu la chance de leur servir très souvent de



Kung-Fu, le Yiquan et le Qi Gong. J'ai probablement dû donner le mauvais exemple. C'est donc un peu de ma faute, je l'avoue, si le Qi Gong est actuellement assimilé aux arts martiaux.

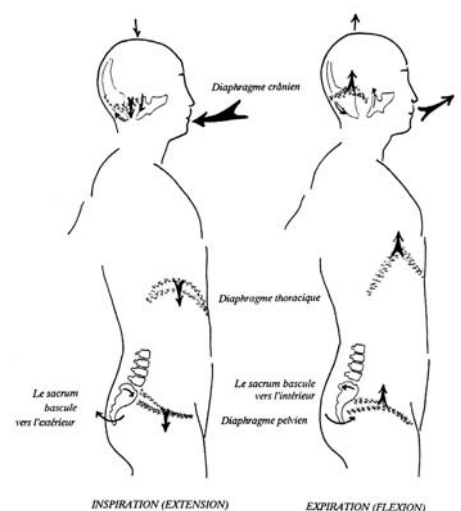
cobaye, et ce pendant plusieurs années. J'ai peu à peu constaté qu'il existait une similitude effrayante entre les principes fondamentaux de l'ostéopathie et certaines données de la pratique de Wang. Nous en avons beaucoup parlé et avons longuement pratiqué, notamment avec Wang. Ensemble, nous avons recherché les points communs et les différences. A la fin des années soixante-dix, j'ai fait plusieurs interventions, conférences et communications à ce sujet dans le milieu ostéopathique. C'était très nouveau, à l'époque; maintenant, c'est presque un lieu commun.

Cette autre vision des choses m'a valu pas mal de déboires dans le milieu martial, où les préparations se bornaient alors à marcher en canard autour de la salle et à faire des pompes en cadence sous les hurlements hystériques d'un assistant. Un professeur de Karaté très connu me qualifiait, en privé, de "syndrome parisien". Plusieurs de ses anciens s'étaient en effet mis, à son insu et sous ma direction, à la gymnastique taoïste et préféraient cela à la marche en canard et aux pompes en cadence. Certains se sont même mis à pratiquer le Taï Ji Quan. Il était furieux. Puis il s'y est mis à son tour. Depuis, il a aussi fait école. Maintenant, il est devenu normal, ou presque, de pratiquer conjointement le Karatedo, le Taï Ji Quan et le Qi Gong ou le

GTao : Quel a été l'apport de l'ostéopathie dans ces pratiques ?

L'ostéopathie, même et surtout si elle est contestée, permet une explication logique

G. C : Il s'agit tout d'abord d'un apport théorique, car l'ostéopathie permet d'expliquer plus précisément certains phénomènes physiques, physiologiques et énergétiques, particulièrement pour des occidentaux. Comme Wang, la plupart des Chinois lettrés travaillent sur des conceptions très traditionnelles, issues des grands classiques comme le *Yijing* (Yi King), le *Daodejing* (Tao Te King), le *Liezi* et le *Zhuangzi* (Lie Tseu et Tchouang Tseu), le *Neijing Suwen* (Nei King Sou Ouen), le *Wainanzi* (Houai Nan Tseu), et les grands textes confucéens comme le *Liji* (Li Ki) ou *Livres des Rites*... et également sur l'expérience et l'intuition. Mais il est difficile de

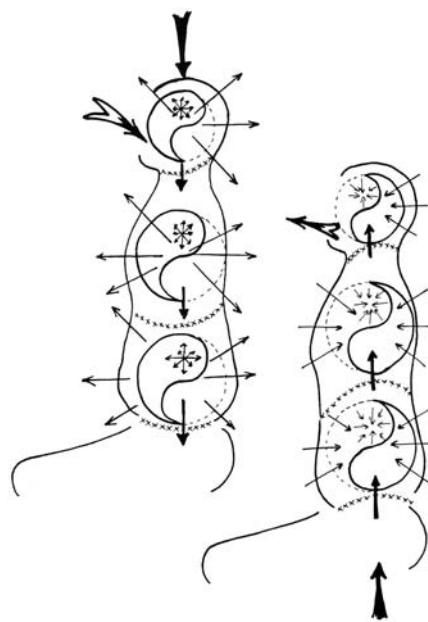


demander aux Occidentaux de faire de même. D'autant plus que ces textes fondamentaux sont souvent très mal traduits. Lorsque les chinois parlent de *portes de la Terre, de l'homme et du ciel*, les ostéopathes parlent des diaphragmes infracrâniens, thoraciques et pelviens. Lorsque les chinois parlent de la *cavité du ciel antérieur*, les ostéopathes parlent d'un troisième ventricule cérébral. Lorsque les chinois parlent de la *respiration embryonnaire*, les ostéopathes parlent du Mouvement Respiratoire Primaire. Mais ce qui est important est que les ostéopathes décrivent le mécanisme précis de ces diverses manifestations, ceci en fonction des postures, des mouvements, de la respiration et d'éventuelles perturbations liées à des blocages ou à des chocs. Avec quelques notions d'anatomie et d'ostéopathie, il est donc possible de mieux comprendre ces phénomènes. Or, pour un occidental, comprendre est souvent important. Comprendre signifie littéralement "prendre en soi".

Lorsque le phénomène est mieux compris, "pris en soi", il peut être mieux ressenti

Il s'agit d'un moyen, pas d'un but. Lorsque le caractère chinois *Pi*, le nombril, s'écrit anciennement avec un crâne, une fontanelle surmontant deux conspirateurs (qui respirent ensemble intérieurement) et signifie donc "ce qui conspire avec le crâne", on est dans le domaine du lettré. La description ostéopathique précise du mouvement cranio-sacré permet, par contre, de mieux

G. C : Heureusement non, mais il permet d'éviter quelques erreurs, particulièrement dans les postures. Cela évite donc bon nombre de dorsalgies et probablement de sciatiques. On se rend compte, grâce à cet apport, que le placement corporel est important, voire essentiel, et qu'il convient donc de ne pas faire n'importe quoi n'importe comment. Ce fait est expliqué dans le Yijing où les Hexagrammes 31 (*Xian*, la Mobilisation) et 52 (*Gen*, la Stabilisation) décrivent point par point, trait par trait, ou pas à pas, un processus ostéopathique précis : gros orteil, talon, bassin, poitrine, colonne vertébrale, structure crânienne... Pour qui pratique l'ostéopathie, c'est évident.



INSPIRATION = YANG = EXPANSION
EXPIRATION = YIN = RETRACTION

Dans les postures "embrasser l'arbre" ou "se tenir fermement debout" (*Zhan Zhuang* ou *Ritsu Zen*), le réglage idéal de la posture est très important. Intuitivement, les enseignants chinois respectent ces principes et conseillent, éventuellement, de lire le Yijing. Mais ils n'osent pas trop en parler par peur d'être mal interprété... sauf évidemment les enseignants chinois venant des USA. Eux ne se privent pas de se référer à l'ostéopathie qui, là-bas, est reconnue en milieu hospitalier.

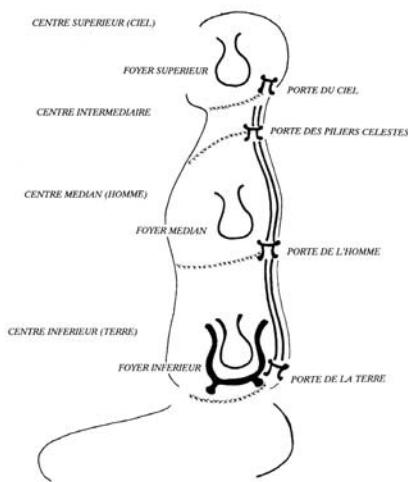
Quoi qu'il en soit, une bonne posture permet de mieux ressentir le mouvement interne du flux et du reflux du Taiji

Si l'ostéopathie permet de mieux réaliser cette posture ou de mieux comprendre le mouvement, il serait dommage de s'en priver.

Mieux, la prise de conscience du mouvement ostéopathique et déjà presque en soi un traitement. En effet, si on sent ou si on constate que ce mouvement profond est per-

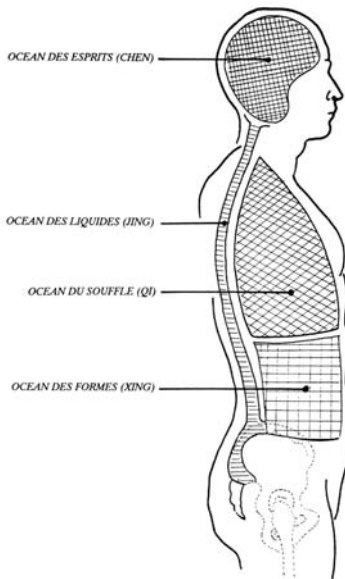
appréhender le phénomène, et la réalité. Donc, probablement, de mieux le vivre. Il y aurait ainsi des centaines d'exemples et d'applications. Dans ce cas, c'est un apport très pratique.

GTao : Cet apport modifie-t-il la pratique ?



CONCEPTION TAOÏSTE : 3 FOYERS, 4 PORTES (en relation avec les diaphragmes)

UNE REPRÉSENTATION CORPORELLE ORIGINALE



LES QUATRE CAVITES OU OCEANS
CONCEPTION TAOÏSTE A METTRE EN RELATION AVEC L'OSTEOPATHIE

turbé, on peut tenter de l'harmoniser par le biais de la posture ou du mouvement. Dans ce cas, on procède à un réglage ostéopathique profond sans le secours d'un ostéopathe. Inutile de vous préciser tout de suite que cette théorie n'est pas trop bien vue des ostéopathes. De leur côté, les médecins n'y croient pas et voient d'un assez mauvais œil ceux qui parlent d'ostéopathie sans être médecin. D'un autre côté, de très nombreux experts chinois ont pu pratiquer, enseigner, et parvenir à un résultat sans jamais avoir entendu parler d'ostéopathie. Ils n'y croient donc pas trop.

Mais ils ont souvent une très longue pratique derrière eux, ce qui n'est pas toujours le cas des occidentaux qui s'inscrivent à un cours et veulent "ressentir quelque chose de bénéfique". S'ils ne sentent toujours rien au bout de quelques cours, ils s'en vont et ont probablement raison. S'ils se sentent plus mal, ils déconseillent la pratique à leurs amis, à leurs parents et à leurs enfants. Il existe donc, en France, de plus en plus de personnes qui ne pratiqueront jamais... et c'est dommage. Mais c'est également vrai en Chine, ou dans la communauté chinoise, où de moins en moins de jeunes pratiquent car ils n'y croient plus. On leur a tellement raconté de baratin qu'ils se méfient. Ils ne sont pas dupes. Shaolin et son zinzin magique les font gravement marrer. C'est à tel point qu'un journal chinois m'a demandé d'écrire plusieurs articles sur le Qi Gong et le Kung-Fu, en m'argumentant que les jeunes chinois croiraient plus un Occidental sur ce sujet qu'un autre Chinois ! Je ne sais pas quel résultat ont eu ces articles, mais nul n'est prophète en son pays et si j'ai pu inciter ne serait-ce qu'un seul jeune Chinois à pratiquer le Kung-Fu en Chine, j'en serais très fier. — ■ **Nicole Dubois**

* A prendre ici dans le sens général utilisé en philosophie et en énergétique chinoise et non seulement dans la pratique du Tai Ji Quan.

Pour contacter Georges CHARLES :
IDAMCT (siège Social)
7, rue Fernand Widal 75013 PARIS

Georges Charles enseigne
au Karaté Club Alain Setrouk :
8/10 rue Achille Martinet 75018 PARIS
le mercredi A.M. de 17h45 à 20h30
Nombreux stages à Paris,
en Province et à l'étranger.

Internet :

- [http : www. oceanet. fr/associations/souffle](http://www.oceanet.fr/associations/souffle)
(site recommandé par "Les meilleurs sites internet francophone 1999" PC POCHE)
- [http : www. citeweb. net/dragon/visit. html](http://www.citeweb.net/dragon/visit.html)