

Rencontre avec Maître Wu Bin

« Le Nei Gong n'est pas le Qi Gong,
et le Qi Gong n'est pas le Wushu. »

propos recueillis par Delphine Lhuillier et Pol Charoy

Grâce à la FWS et à son président, Roger Itier, nous avons pu rencontrer au Centre d'Arts Corporels Génération Tao, Maître Wu Bin, 9^e duan de Wushu. Un moment rare.

GTao : Maître Wu Bin, qu'est-ce qui vous fait aimer encore aujourd'hui le Wushu ?

W. B. : Le Wushu est très varié, et plus je pratique, plus je trouve de nouvelles choses très profondes, je découvre par exemple les liaisons entre les différentes écoles. Et je n'arrête pas de chercher des maîtres qui ont des pratiques cachées. Jeune, j'ai cultivé la force, l'amplitude articulaire, la vitesse des coups de pieds, des coups de poings. Avec l'âge, ma pratique devient plus douce, plus relâchée.

GTao : Quelle est la différence entre le Wushu traditionnel et le Wushu moderne ?

W. B. : Avant les années 50, il y avait trop d'écoles de Wushu. Personne ne s'y retrouvait. En 1953, des universitaires et des représentants d'écoles traditionnelles dont je faisais partie se sont regroupés pour rassembler les disciplines qui possédaient les mêmes caractéristiques. C'est à partir de ces critères communs qu'ont été créées des formes nouvelles, ce que l'on appelle le Wushu moderne. Nous avons alors mis en place des compétitions nationales, puis internationales. Les formes de Wushu modernes ont permis une évaluation. Mais les compétitions n'étant pas le meilleur moyen de promouvoir le Wushu, dans un deuxième temps, de nouvelles notations ont été formulées pour évaluer le niveau des participants d'un même style traditionnel.

GTao : Le Qi Gong fait-il partie du Wushu ?

W. B. : Dans toutes les écoles traditionnelles, il existe des techniques de Nei Gong — NDLR : travail interne — . Parce qu'il existe toujours deux manières de se renforcer : à la fois athlétique et énergétique. En Wushu moderne, c'est différent, il n'y a pas vraiment de techniques de Nei Gong. C'est ce qui différencie les pratiques

dites externes et les pratiques dites internes comme le Tai Ji Quan, qui commencent par un apprentissage du travail interne avant d'apprendre les formes. Les techniques internes en Wushu sont traditionnellement utilisées pour augmenter la capacité du pratiquant à combattre et à se défendre. En Qi Gong,

*Avec l'âge,
ma pratique
devient plus
relâchée.*

par contre, le travail interne est utilisé pour préserver sa santé et augmenter sa vitalité. En somme, le Nei Gong n'est pas le Qi Gong, et le Qi Gong n'est pas le Wushu. Un proverbe chinois dit qu'il faut renforcer ses os, ses muscles, ses tendons à l'extérieur et qu'il faut pratiquer le souffle à l'intérieur. Un pratiquant d'art martial complet travaille forcément les deux.

GTao : Si vous n'aviez pas pratiqué le Wushu, qu'auriez-vous fait ?

W. B. : De la littérature. ■

Pour en savoir plus, consultez le carnet d'adresses p. 60.

MINI PORTRAIT CHINOIS

GTao : Maître Wu Bin, si vous étiez une saison ?

W. B. : En Wushu, on dit qu'il faut pratiquer les trois jours les plus chauds de l'été, et les trois jours les plus froids de l'hiver.

GTao : Si vous étiez un animal ?

W. B. : Un buffle, parce qu'il est travailleur.

GTao : Si vous étiez un héros légendaire de l'histoire du Wushu ?

W. B. : Yie Fei qui s'est battu pour son pays. Ou Wu Song, un personnage de la littérature chinoise, qui a tué un tigre à mains nues.

GTao : Si vous étiez un élément ?

W. B. : Tous les éléments, car aucun ne peut être séparé. Ils ne peuvent pas exister seuls, ils fonctionnent ensemble.

PORTRAIT

Maître Wu Bin est 9^e duan de Wushu. Enfant, il commence à pratiquer le Wushu pour défendre son frère et se défendre. Il devient en 1963 l'entraîneur de la fameuse équipe de Wushu de Beijing. De 1986 à 1992, il occupe une place importante au sein de l'Institut chinois de recherche sur le Wushu et occupera de nombreux autres postes de haut niveau. Il est connu pour avoir entraîné de nombreux champions internationaux, et bien sûr, l'acteur Jet Li qui le désigne comme son maître de Wushu.

photo: Pierre-Yves Bénamiel - crédit photo: FWS