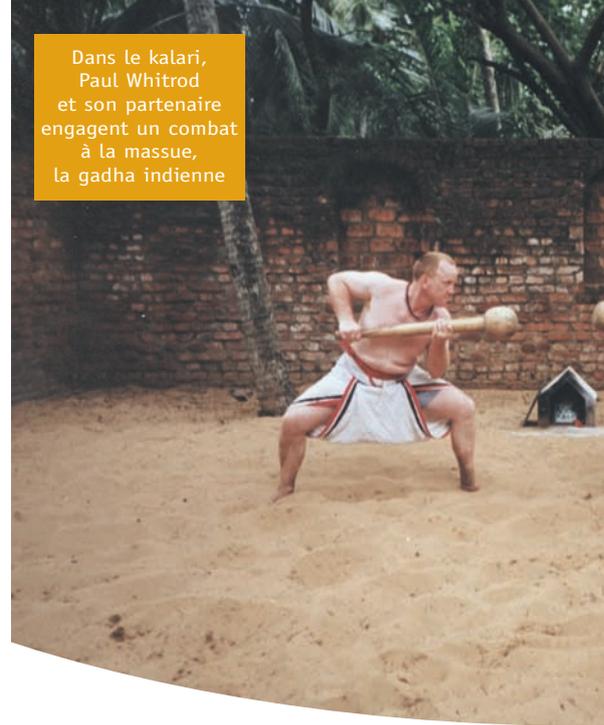


La Voie du Mouvement

La Chine fait naître de grandes passions mais l'Inde fascine par son mystère. Moins pratiqué et moins popularisé que les arts martiaux chinois ou japonais, le kalarippayat les a peut-être pourtant tous influencés. Un pratiquant et instructeur anglais, Paul Whitrod, vous raconte son art, ses dieux, ses codes, ses règles et ses techniques.

Dans le kalari, Paul Whitrod et son partenaire engagent un combat à la massue, la gadha indienne



L'art du Kalari

par Paul Whitrod
traduit de l'anglais par Katherine Miasserian

Le kalarippayat pourrait être le père de tous les arts martiaux. Il semblerait en effet que le moine bouddhiste Bodhidharma étudia cet art et transmit son enseignement dans le Sud-Est de l'Asie, puis en Chine, au monastère de Soong Shan. De nombreux moines voyageurs, des marchands, et spécialement les Ksatriyas - la caste des guerriers - contribuèrent sans doute à propager son enseignement depuis les techniques martiales, la guérison des lésions, jusqu'à l'adresse de coups sur les points de compression, ou points vitaux : les "marma". Les techniques et les méthodes d'entraînement du kalarippayat se rapprochent d'autres arts martiaux comme le Silat, en Indonésie et en Malaisie, ou le Kung Fu.

Des origines légendaires

Les origines du kalarippayat remontent à plusieurs milliers d'années. Les maîtres du kalari l'attribuent à Parasurama, incarnation du dieu suprême, créateur du Kerala, qui institua cent huit kalaris dans toute la région. Cette légende sur l'origine des institutions qui fut propagée par Keralolpathi reste encore dans les mémoires. Certains maîtres croient en effet que le kalari serait issu de la foudre de Shiva qui détruisit dans sa colère Dakshayaga. Il aurait alors initié Parasurama qui transmit cet art à ses vingt et un disciples dans le

La région du Kerala où s'est développé le kalarippayat se trouve au Sud-Ouest de l'Inde



Le maniement des armes comme le bâton nécessite un solide enracinement

Kerala. Ce n'est que dans une version plus tardive qu'apparaît le célèbre Bodhidharma, qui voyagea au Kerala depuis Madras. Il fut reconnu comme le maître du kalarippayat. Il aurait ainsi enseigné aussi bien la forme du nord que celle du sud. Puis, de Madras, il serait parti pour l'Indonésie, la Malaisie, au sud de la Chine, puis dans les montagnes du Soong Shan, au temple de Shaolin. C'est là qu'il fut connu plus tard, il y a cinq mille ans, sous le nom de Da Mo. En fait, l'émergence du kalarippayat est le fruit d'un long processus qui est le résultat d'une synthèse entre la culture physique indigène et le système martial, diffusé à travers les institutions Brahmaniques, les "Salais". Le mot kalari apparaît pour la première fois il y a cinq mille ans écrit en Sanscrit. On le retrouvera plus tard dans la langue Tamoul.

Le Kalari

Il existe plusieurs types de kalari. Les traditions populaires et la littérature en fournissent une longue liste. Les Ballades du Malabar Nord, une collection de chansons héroïques, y font allusion : le Patanilam est un simple terrain consacré à la guerre et au duel; le Kalari Totu est un endroit où est transmise la connaissance des points vitaux du corps, etc.

La construction du kalari, fondée sur la mesure du sol, nous informe de la taille de la structure allant de trois mètres soixante à dix-huit mètres. Tous les kalari, exceptés le Patinetteerati et le Pantheerati, correspondent à une largeur de moitié sa longueur. La construction du Kuzhikalari dans le nord de l'Inde se fait en creusant un trou dans la terre. La profondeur du trou varie selon la région. Les Nikkalaris du Sud Kerala délimitent le terrain avec un mur de boue ou de pierre recouvert de noix de coco.

Les divinités du Kalari

Un ensemble de croyances métaphysiques entoure la structure du kalari qui symbolise l'univers. Celui qui entre dans le kalari met le pied droit en premier puis touche le sol avec la main droite pour évoquer la déesse de la terre. Dans le cas du Radha Krishnan Kalari, c'est Hanuman, le

dieu des singes, qui se trouve au centre du "jeu". Des prières lui sont offertes avant de commencer l'entraînement. Il faut toucher le sol et obéir au dieu et au gourou tous les jours. Le salut représente la complète soumission aux divinités du Kalari, au maître du Kalari et aux règles.

Des règles et des codes

La robe traditionnelle que l'on utilise pour le kalari est la Kachla et la façon de la porter la Kachla Kettal. Même si Kachla veut dire simplement robe, son origine est particulière. C'est un pagne enroulé très serré autour des hanches et du nombril. Il est né de la croyance que toute la force vient du nombril. On retrouve cette même croyance dans d'autres arts martiaux.

Dans la pratique, on applique de l'huile de gingely, de l'huile de sésame, avant l'entraînement. L'huile est censée rafraîchir, rendre le corps souple, tonifier le sang et les muscles. En général, les élèves du Kalarippayat suivent un cours de massage, l'Uzhichal, pendant une quinzaine de jours avec une huile médicinale spéciale, le Mikkout ou l'Arakuzhambu. Des restrictions sont à observer en ce qui concerne la boisson et la nourriture. Le massage se fait avec les mains pour les jeunes et avec les pieds pour les plus vieux. Un tel massage est considéré comme faisant partie intégrante de l'entraînement du Kalari pour aider le corps à acquérir souplesse, flexibilité et adresse.

Techniques de combat

Il existe deux formes de Kalarippayat, celui du Nord et celui du Sud qui m'est le plus familier. Le Kalarippayat du sud se concentre sur les points vitaux : les "marma". Il met l'accent sur l'adresse des mains, englobe des attaques, des techniques de blocage, des coups de pied et des mises à terre.

Le style du Kalarippayat répandu à Tranvancore et ses alentours est connu sous le nom de Thekkan Sampradayam. C'est le sage Agasthya qui en fut le représentant. Le code de maîtrise ou Vaytari, donne plus d'importance aux exercices de combat, à la connaissance des points

La structure du kalari symbolise l'univers

La Voie du Mouvement

vitaux, et à l'adresse des armes. Des communautés comme les Nadar, les Maravar et les Kuravar furent les gardiens de ce style à travers les siècles. Les traditions et ballades de cette région dépeignent les exploits de plusieurs héros qui en ont eu la maîtrise. Au cœur de ce système, on trouve dix-huit formes complexes à étudier. La première est la forme du salut appelée Surya Namaskara, ce qui veut dire obéissance à Surya, le dieu du soleil.

D'autres formes utilisent différentes offrandes, "namaste", consacrées à Agastya.

Un pagnon est enroulé autour des hanches et du nombril car la force vient du nombril

Dans cette pratique, seul le corps pivote en entier autour de la jambe gauche, immobile, et couvre les quatre directions. Si l'on se déplace, il existe toutes sortes de positions, depuis le cercle carré au cercle triangulaire.

Des postures animales sont également enseignées de différentes manières, que l'on pratique le kalaripayat du sud ou du nord : la position du serpent, du coq, du sanglier, du poisson etc., chacune ayant un but différent dans son application.

Les techniques de blocage se nomment Verum Kai Prayogam ou combat désarmé, appelé aussi Chumattadi. C'est le quatrième niveau de l'entraînement du Kalari. C'est une méthode unique, offensive et défensive. Différentes prises, étreintes, blocages - près de trois cents - se combinent avec l'articulation du coude qui frappe directement les points vitaux des corps qui s'opposent. Il faut aussi apprendre à échapper au blocage soudain, esquiver, plonger, saisir à temps et se positionner très précisément. À travers l'enseignement et la compréhension des mécaniques du corps, on peut facilement appliquer ces blocages qui déstabilisent complètement l'ennemi. En général, l'apprentissage de ces techniques ne s'adresse pas à



Apprendre à bloquer l'adversaire fait partie de l'apprentissage

n'importe qui mais à celui dont la discipline de vie garantit que son enseignement ne soit pas mal utilisé.

Les armes

Après l'achèvement du parfait contrôle du corps, l'élève sera initié à l'entraînement des armes*, en commençant par les armes en bois : le Kettukari, le Mucham et l'Otta. Le Kettukari est un long bâton en bambou très solide qui dépend de la taille de celui qui le manie. Les techniques de combat consistent à toucher le "marma" après une série de séquences de combat, ce qui développe concentration et vitesse. De telles techniques au bâton demandent beaucoup de résistance : l'un doit bondir, plonger, tourner pendant que l'adversaire se fait attaquer aux quatre angles du terrain. Une autre méthode, le Shareeravadi, utilise le bâton pour bloquer l'adversaire, ce qui ne lui donne aucune chance de riposter. Les mouvements complexes du bâton augmentent la souplesse de l'élève.

Les techniques dangereuses ne sont transmises qu'aux élèves qui ont une bonne discipline de vie

Pendant le Shareeravadi, chaque participant donne des coups de pieds en l'air en même temps et saute plusieurs fois en tenant le bâton devant lui horizontalement. Puis il vient lentement à terre poser le bâton sur le sol, le touche avec le front, et les deux combattants se relèvent et se précipitent l'un sur l'autre.

Le maniement du Gadha

La massue, ou le gadha, autre arme en bois fabriquée dans le cœur du tamarinier, est très importante. Son utilisation réclame force, agilité et un contrôle parfait du corps. C'est une arme lourde dont le maniement, très fatigant, doit suivre des règles strictes. Son extrémité sphérique vise les genoux, la tête, les côtes, le dos, etc. Autrefois, le Gadha était en fer, et fatigant pour les guerriers d'alors. La gadha était l'arme préférée de Bhima et Duryodhana, les célèbres guerriers du Mahabharata. Bhima, qui était le plus fort, fut piqué au vif par l'agilité de Duryodhana, jusqu'à ce que Bhima donne un coup fatal à l'aîne de Duryodhana qui s'écroula et mourut. La pratique depuis

Le combat avec les massues - gadha - est sans doute le plus éprouvant





C'est certain, la pratique du kalaripayat réclame un engagement total !

n'a pas changé. Elle commence par un salut, puis on enroule l'arme autour du corps avant de se faire face. D'autres armes sont utilisées dans le kalari, comme l'épée, le bouclier, la lance et les Ankatari, épées particulières et uniques au kalari.

■ P. W. & K. M.

* Dans le GTao n° 12, Cécile Gordon précisait que, contrairement à d'autres arts martiaux, l'apprentissage des armes constituait la deuxième étape de l'initiation ; après les maîtrises physique et spirituelle, mais avant l'apprentissage du combat à mains nues.

Paul Whitrod étudie les arts martiaux traditionnels depuis vingt cinq ans et le Kalaripayat depuis dix ans. L'étude de la Bhagavad Gita et des textes védiques l'ont familiarisé avec les rituels du Kalari. C'est ce qui l'a conduit jusqu'au Kerala, à Poonthura, au sud de l'Inde où il a rencontré un maître, Radha Krishnan G.

Le Radha Krishnan G. Asan du Bodhidharma Institute des Arts Martiaux à Poonthura est ouvert à tous. Il offre l'enseignement des Kalari traditionnels du sud. Au cours de ces dix dernières années, il s'est hissé à la première place parmi les tournois à l'épée, au bouclier et au bâton qui ont lieu une fois par an au Kerala.

Paul réside en Angleterre où il est le représentant du Chow Gar Southern Praying Mantis Kung Fu.

Vous pouvez le contacter :

14 Unit D

Leytonstone Road

Stratford E15

United Kingdom

tél. : 0181 471 7130 ou 0402 594 398 (portable)

email : PaulWhitrod@freeserve.co.uk

Liens GTao

- GTao n° 5 : Le pencak silat P 62

- GTao n° 12 : Le kalaripayat, art de combat, art de guérison P. 17

www.generation-tao.com