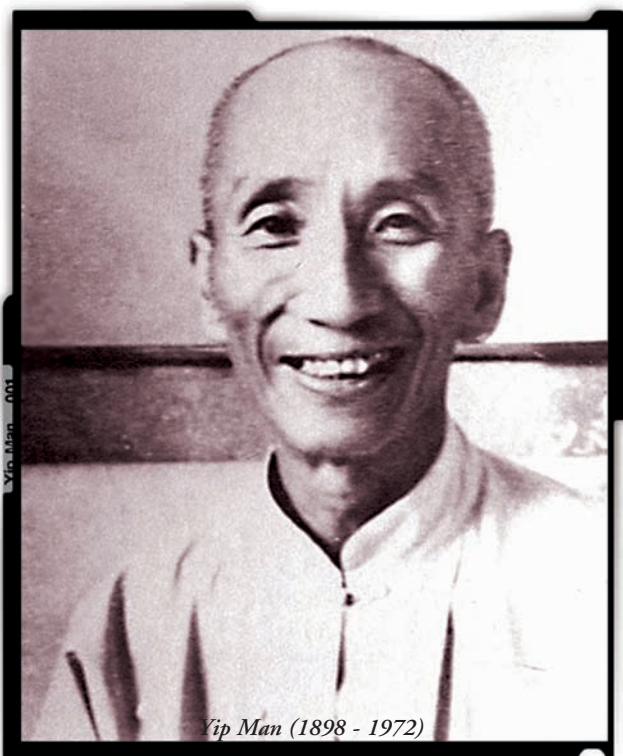


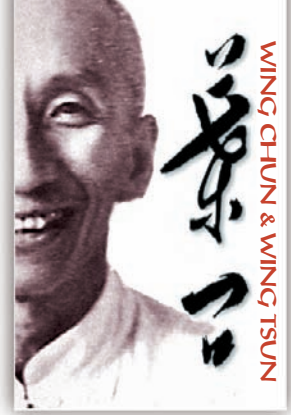
Wu Shu Les descendants de "Printemps Radieux"

LE WING CHUN & LE WING TSUN



La "Boxe du Printemps Radieux" est un des styles de Wushu les plus pratiqués dans le monde. Elle doit sa célébrité en grande partie à l'acteur Bruce Lee qui apprit ce style de son fameux maître Yip Man. Une école très répandue dans le monde mais qui reste encore méconnue...

Par Roger ITIER, multiple champion de France et d'Europe de Kung Fu Wushu



Il m'est difficile de commencer mon propos sans vous avertir des polémiques entourant les termes Wing Chun & Wing Tsun. Actuellement, cette différence de transcription reflète la distinction entre deux grands courants issus de la même boxe : Nous avons d'une part le Wing Chun (WC) dont un des principaux représentants est William Cheung et d'autre part, le Wing Tsun (WT) dont le chef de file est Leung Ting. Deux "frères ennemis" qui ont pourtant été formés par le même maître, Yip Man... Cet exemple parmi d'autres, ne peut que nous amener à nous interroger sur les guerres de frères, beaucoup plus meurtrières, qui sévissent dans le monde entier. D'autre part, pour la commodité de votre lecture, j'emploierai le terme de Wing Chun (WC) dans mon exposé.

Une femme à l'origine de l'art martial

Le développement du WC est dû à son côté pratique et réaliste. Il y a une raison historique à cela.

Les arts martiaux chinois ont une histoire longue de plusieurs millénaires. De nombreuses sources retracent l'origine du développement des arts de combat chinois au fameux monastère de Shaolin. L'école de Shaolin influença nombre d'écoles d'arts martiaux.

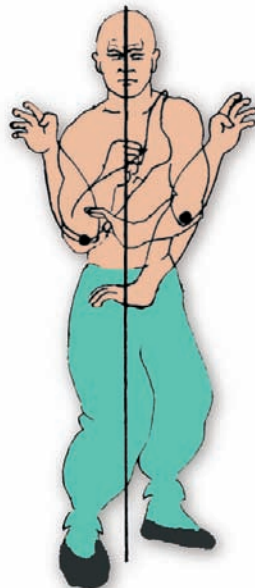
Notre histoire commence une centaine d'années avant la destruction du temple de la jeune forêt... Une jeune femme

entra au monastère de Shaolin de la province de Fujian, centre des écoles du Shaolin du Sud (il n'y avait pas qu'un seul temple de Shaolin). Elle fut intégrée afin d'étudier les écrits sacrés du bouddhisme Chan et de se perfectionner dans les arts du poing (comme il était de coutume à l'époque). Cette jeune femme s'appelait **Ng Mui**.

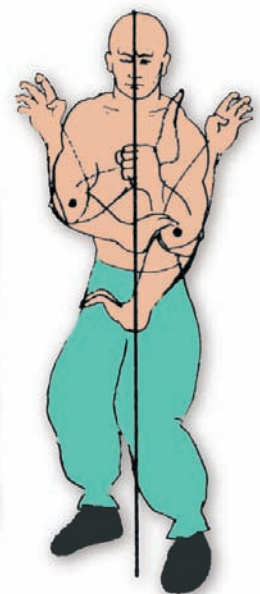
Durant sa jeunesse, elle étudia la Boxe de Shaolin d'une manière intensive. Quand elle entra au monastère, elle eut l'opportunité d'avoir la meilleure instruction bouddhique dispensée par les plus hautes autorités en la matière, ainsi que de s'entraîner d'une manière très intensive avec quelques grands

experts de Wushu. Quelques années d'entraînements firent d'elle une Nonne du monastère de Shaolin.

Le style qu'étudia Ng Mui alliait la force à la souplesse, mais restait encore beaucoup trop dur pour une femme. Il faut dire que les moines de Shaolin recevaient un enseignement très physique, et peu d'entre-eux en ressortaient avec la double marque indélébile du Tigre et du Dragon, sanctionnant leur maturité technique.



右擺橋左右手消勞全圖



左擺橋左右手消勞全圖

Dessins de Bruce Lee dans son livre le "Tao of Jeet Kune Do".

On peut dire que la "Boxe du Printemps Radieux" profita du succès du "Petit Dragon" pour déferler sur le monde après la vogue des arts martiaux déclenchée par Bruce Lee, devenu star internationale et popularisant ainsi l'art appris de son Maître Yip Man.



Principes du Wing Chun

Ng Mui, forte de son expérience au sein de l'Art du poing, entreprit de simplifier le système pour l'adapter aux particularités physiques d'une femme et surtout à leur tenues vestimentaires.

les robes serrées leur empêchant dans leur vie quotidienne d'exécuter des techniques de grande amplitude dont la base est la position du cavalier ; cet "handicap" les laissant dépourvues et vulnérables pour répondre aux tentatives d'agression des hommes à leur égard.

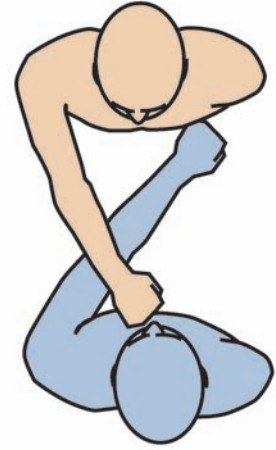


Le principe de la prise du centre.

Son art était basé sur l'utilisation de la force générée par l'adversaire pour la retourner contre lui.

La division en 4 parties facilite l'étude des blocages et des contre-attaques dans un espace réduit, en faisant intervenir le minimum de mouvements avec le maximum d'efficacité et de protection. Les épaules ainsi que les coudes restent immobiles afin de se concentrer sur la

puissance des mains ; les hanches, genoux et chevilles solides pour une meilleure utilisation du travail des jambes. La théorie de la ligne centrale était née ! Toute l'évolution technique du WC est basée sur cet axiome qui dit que le corps du pratiquant doit agir sur cette ligne qui divise le corps de l'adversaire en deux, de haut en bas. Si les blocages et attaques sont délivrés à l'intérieur de cette zone, il est fort difficile à l'adversaire, pris de vitesse, de se défendre car le plus court chemin d'un point à un autre est la ligne droite ! Ng Mui, à partir de ce principe, développa 12 techniques de bras central avec des applications à gauche et à droite de cette ligne. Trois niveaux d'application (haut, moyen et bas) déterminèrent 36 mouvements possibles. Les trois



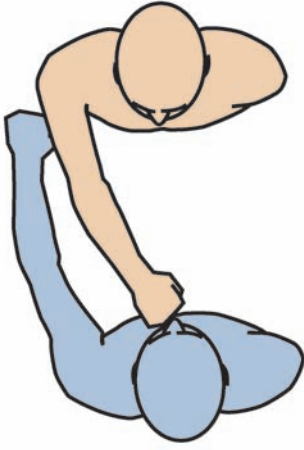
Blocage et frappe simultanée par la prise du centre, ou par l'intérieur

niveaux ainsi que les segments gauche et droite aboutirent à 72 mouvements.

Plus tard, les variantes et les interprétations techniques permirent à la fondatrice du WC de créer trois formes codifiées qui sont l'héritage de nombreuses années d'expérimentation. Ces trois formes,



Bruce Lee (1940- 1973)



typique de ce style, soit sur l'extérieur, de l'attaque du partenaire.

"Siu Nim Tao" (la Petite Idée), "Chum kiu" (le Pont vers l'Attaque) et "Bil Tze" (les Doigts qui Percent), sont les uniques taos (formes) de cette école qui graduent la progression du pratiquant. De nos jours, ces taos nous sont parvenus intacts et malgré l'interprétation de certains sifus (maîtres), il reste les formes immuables venues d'une autre époque.

La continuité du patrimoine martial et la désobéissance de Bruce Lee

Ng Mui ne voulait pas que son Art s'éteigne avec sa vie, elle prit la lourde tâche d'instruire une autre femme qui venait d'une famille de notables qui perpétuait les traditions martiales. Cette autre femme s'appelait **Yim Wing Chun**. C'est elle qui donna son nom à la boxe de la Nonne de Shaolin. Elle fut donc initiée par Ng Mui aux secrets de sa boxe et montra rapidement des qualités inégalables au point que la nonne la reconnut comme sa digne descendante.

Yim Wing Chun, après la mort de Ng Mui, se maria avec **Leong Boktoa** qui était aussi un célèbre maître de Wushu. Le couple d'experts pratiquait ensemble et s'échangeait de temps à autre des techniques ou des idées afin de perfectionner leur art respectif. On raconte qu'un jour le mari et la femme se livrèrent combat, mais aucun ne put prendre le dessus sur l'autre : ils finirent en sueur et épuisés par leur engagement !

Lorsque sa femme mourut, Leong Boktoa par respect et amour pour elle, appela son style le Wing Chun Quan ("Boxe du Printemps Radieux" : Printemps Radieux étant le nom de sa femme).

Pour la succession de ce patrimoine martial, je vous renvoie à des ouvrages de référence. J'aimerais seulement insister sur la relation entre **Yip Man** et **Bruce Lee** qui a été à la fois déterminante pour l'évolution du WC mais aussi pour le succès des arts chinois dans le monde. Initié par **Chan Wah Chun** et **Leong Bik** dans la boxe du Printemps Radieux, Yip Man a énormément participé à la renommée du WC par ses exploits. Émigré avec sa famille à Hong Kong en 1949 pour fuir la Chine de Mao Tsé Toung, Yip Man y ouvrit une école qui devint très populaire grâce à l'aspect très réaliste de la boxe s'adaptant à la self-défense.

Parmi les nombreux pratiquants de Hong Kong, Bruce Lee fut sans conteste le plus célèbre. Son père, originaire de la même province que Yip Man, était un ami de longue date. Cette amitié, jointe à la passion qu'avait Bruce Lee pour les arts



William Cheung dans le fameux travail avec le mannequin de bois

martiaux, en firent un des disciples préférés du vieux maître. Après avoir pratiqué durant 3 ans sous la direction de Yip Man, Bruce Lee dut quitter Hong-Kong pour poursuivre ses études aux Etats-Unis.

Avant de partir, Yip Man rappela à Bruce Lee que ce qu'il lui avait enseigné faisait partie de la culture chinoise et qu'il ne devait pas être enseigné aux étrangers !

Mais malgré cette recommandation, Bruce Lee, dès son arrivée à Seattle, enseigna le WC afin de se faire un peu d'argent de poche. Lorsqu'il l'apprit, Yip Man fut profondément déçu. Durant l'été 1965, Bruce Lee retourna à Hong-Kong et rendit visite à son vieux maître pour qu'il lui enseigne les techniques supérieures de son Art. Yip Man refusa et ne voulut plus rien montrer à Bruce Lee à cause de son manque de parole.

Ainsi, c'est en étant coupé d'une appartenance à une école traditionnelle que le Petit Dragon fraiera un chemin vers un art philosophique de combat, inspiré de diverses cultures et techniques : le **Tao du Jeet Kune Do** ! Un art où les mouvements sont libres et spontanés...

Après le reniement de Bruce LEE par son maître Yip Man, aujourd'hui, les véritables héritiers sont connus mondialement comme Leung Ting à Hong-Kong, William Cheung en Australie, J. Yimm Lee (USA) ou Yip Chun, le fils de Yip Man.

R.I.





LE TAO DU WING TSUN

“Le Tao du Wing Tsun, c’est tout à la fois le chemin à parcourir et son aboutissement, la lumière qui éclaire et qu’en même temps l’on poursuit”. G.H.

En dépit de quelques années de pratique du Kung-Fu, je n’arrivais pas à trouver ma voie, et cela malgré la diversité des styles traditionnels exercés. Puis découvrant le Wing Chun qui me séduisit immédiatement, je demandai à mon professeur de m’orienter vers une école où ce style serait enseigné sérieusement. Par ses connaissances et son expérience, celui-ci me dirigea sur Paris dans une école reconnue tant sur le plan martial, auto-défense, que sur le plan de son enseignement et de sa structure.

Après un cours d’essai, je fus plus que convaincu. Ce fut une révélation. J’avais trouvé là mon TAO ! Mais en réalité, c’est du Win Tsun qu’il s’agissait, et non du Wing Chun...

Le WT : une infrastructure hors pair

A l’âge de 13 ans, Leung Ting se passionna pour cet art martial. Puis, il devint le dernier élève de Yip Man. En 1969, il fut nommé chef instructeur de la Wing Tsun Athletic Association. Il ouvrit son propre club en 1970. Le développement du Wing Tsun fut tel que Leung Ting créa en 1973 une association internationale.

Le WT est devenu célèbre dans le monde pour son efficacité en tant que système de combat, et ce n’est pas tant dû au fait qu’il aurait formé à un niveau international des bons combattants, mais

plutôt à la structure éminemment pragmatique de son enseignement. Aujourd’hui, le WT compte des dizaines de milliers de pratiquants à travers le monde (50.000 élèves en Allemagne !).

En France, l’enseignement du WT est relativement récent. L’U.F.E.WT. (Union Française pour L’Escrime et le WT) est la seule organisation à l’enseigner. Le Sifu Hans Olbers en est le directeur. C’est dans l’Ecole de Sijuk



Le maître actuel du Wing Tsun, Leung Ting

Claude Gouiffé à Paris que se déroulent régulièrement des stages d’initiation et de formation.

INTERVIEW avec Sijuk C. Gouiffé.

Qu’est-ce qui caractérise le WT par rapport aux autres arts martiaux ?

- G.C. : Le WT est le seul art martial qui fut créé par une femme. Il est accessible à tout le monde, parce qu’il ne nécessite aucune aptitude physique particulière (raison pour laquelle il apparaît particulièrement recommandé aux femmes). Ses principes et ses concepts sont différents de ceux des autres arts martiaux, voire opposés. Le WT utilise l’intuition plutôt que la

raison. La force physique est remplacée par le sensitif et la souplesse. Là où certains arts martiaux utilisent des techniques préconçues, le WT réagit de manière naturelle et spontanée, imprévisible pour l’adversaire.

Quelle différence y a-t-il entre le WT et le Wing Chun ?

Aucune! A l’origine, WT et WC sont simplement des transcriptions différentes des idéogrammes désignant le style.

- G.C. : Aujourd’hui cette différence de transcription met cependant l’accent sur les évolutions du style et de son enseignement. Il faut savoir que le Wing Tsun évolua et se perfectionna continuellement depuis sa création, et que les maîtres furent au centre de ces mutations. Les films que le Maître Leung Ting possède de Yip Man s’exerçant au mannequin de bois le prouvent par exemple. A la fin de sa vie, les techniques qu’il possédait différaient de celles qu’il avait pu enseigner durant des années antérieures. Cette évolution est d’ailleurs à l’origine des polémiques qui surgissent chez les élèves de Yip Man ayant appris le système à des années d’intervalle et croyant posséder le style traditionnel. Mais de quelle tradition s’agit-il ?

En ce qui concerne l’apprentissage, WT et WC recourent enfin à des méthodes distinctes. En Wing Chun par exemple, l’entraînement au mannequin de bois constitue un préalable à l’entraînement en situation. L’élève aborde rapidement l’instrument qu’il peut maîtriser en trois ans. Cette méthode entraîne cependant un inconvénient majeur, en cela que l’inertie du mannequin de bois, loin de la réalité du combat l’empêche d’appliquer ses techniques sur une cible mouvante. Le WT évite quant à lui cet écueil en privilégiant l’entraînement avec un partenaire réel. La pratique du



mannequin de bois n'intervient qu'ensuite pour peaufiner l'apprentissage des techniques. Aussi le WT a son propre système de combat (100% WT), alors que le WC emploie parfois des techniques issues d'autres Arts Martiaux.

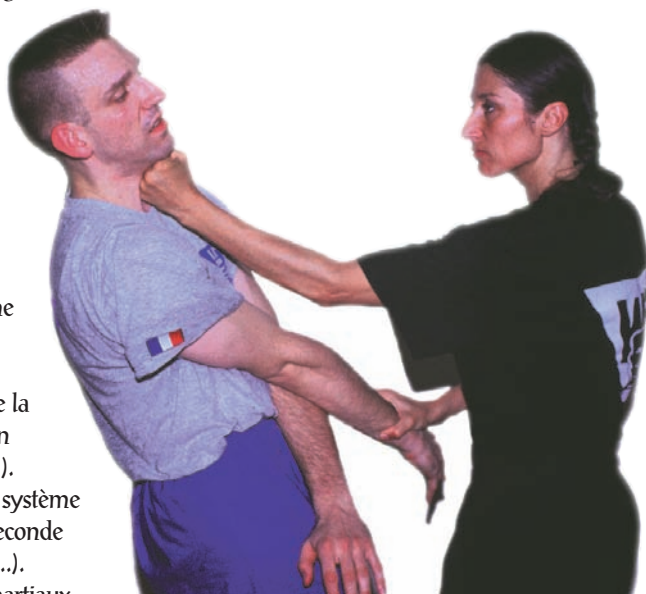
Le WT fait-il l'objet d'un enseignement spécifique ?

- **G.C.** : Oui! Le premier à véritablement structurer le WT a été Le Maître Leung Ting. Ce fut autant la raison de son succès que ce qui lui fut reproché par beaucoup. Il a établi un enseignement très cohérent qui ressemble à un système universitaire avec des programmes précis : son système est divisé en 12 degrés d'élèves, 4 grades de professeur (techniciens), et 4 grades de maîtres

(praticiens). En résumé Leung Ting démocratisa le WT, très élitiste à l'origine. Ce fut un visionnaire.

On parle souvent de philosophie dans les arts martiaux, le WT a-t-il sa propre philosophie?

- **G.C.** : Oui. Le WT est une synthèse des philosophies bouddhiste, confucianiste et taoïste. De la première, il tire la rigueur et la discipline de son apprentissage (tel un ascète !). Parallèlement il s'inspire du système hiérarchique familial de la seconde (Sifu, Sisuk, Sijuk, Sidaï, etc...). A l'inverse des autres arts martiaux



Simultanéité de l'attaque et de la défense dans le WT

basés pour beaucoup sur le système militaire ou les professeurs sont vénérés, les professeurs de WT sont tutoyés par leurs élèves pour instaurer des relations de type père-fils.

*Le WT est une synthèse
des philosophies
bouddhiste,
confucianiste et taoïste.*

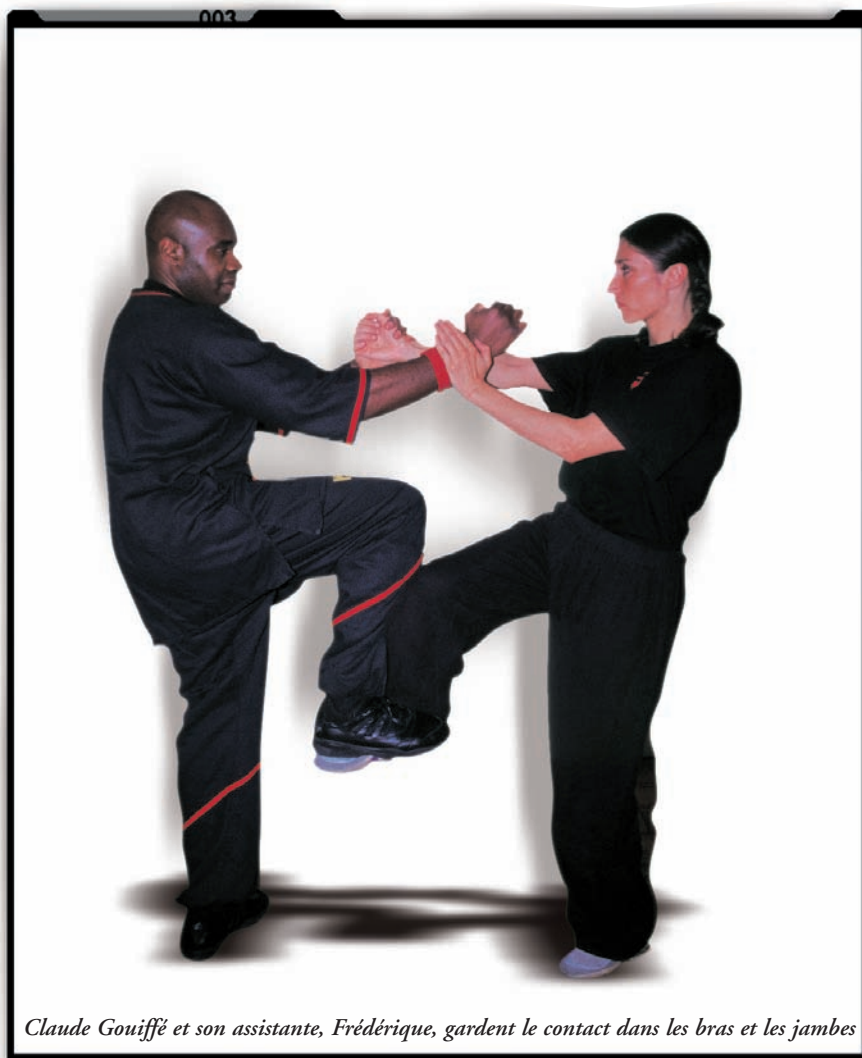
Le WT s'intéresse enfin à la flexibilité taoïste. En cas de nécessité il sait substituer des techniques à d'autres selon le principe du TAO. Il s'agit du Wu-Wei mis en application, autrement dit du sens de l'immédiateté qui exige une adaptation spontanée face aux événements en tout genre.

Comment voyez-vous l'avenir du WT en France ?

- **G.C.** : Positif. Je pense que le WT a un avenir certain en France comme toutes les bonnes choses. De plus en plus d'adhérents trouvent leur compte à l'intérieur de cet enseignement.

G.H.

*Pour connaître les activités de l'UFEWT en France, contacter **G. Hébert** (02 33 78 06 42) et **C. Gouiffé** (06 86 04 68 90)



Claude Gouiffé et son assistante, Frédérique, gardent le contact dans les bras et les jambes