

# Le Wushu par Jérôme *Ravenet*

« L'incarnation de l'esprit  
et la spiritualisation du corps. »

*propos recueillis par Delphine L'huillier*

Sinologue, expert en Wushu, praticien et enseignant en Médecine Traditionnelle Chinoise, nous avons rencontré Jérôme Ravenet. Il nous parle de sa passion, le Wushu, de sa gestuelle, et de l'essence de sa philosophie.



**GTao :** Jérôme Ravenet, comment décririez-vous le Wushu ?

Jérôme Ravenet : Le Wushu a maintenant une histoire compliquée : d'un côté, sport moderne ; de l'autre, voie des arts martiaux, voie de l'art dans le geste martial, c'est aussi une tradition spirituelle.

**GTao :** Qu'est-ce qui vous a intéressé dans cet art ?

J. R. : En tant que sport, j'en aime le côté festif : démonstrations, compétitions, passages de grades en sont un peu les « liturgies profanes », les célébrations modernes ; tout au moins des moments de rencontres agréables. Mais au quotidien, comme tradition spirituelle, ce qui m'intéresse, c'est surtout la présence de l'esprit dans le geste habité, la culture de l'attention par la répétition des mêmes gestes solennels et simples, pour l'incarnation de l'esprit et la spiritualisation du corps. Né catholique, et ne trouvant pas dans ma tradition natale de quoi réconcilier le corps et l'esprit, ignorant tout de l'Hésychasme qui aurait pu me séduire comme des grandes traditions symbolistes (Kabalah, Alchimie, etc.) qui avaient pourtant fleuri au Moyen-Age dans le sud de la France, mon chemin est allé vers l'Orient vertical de l'esprit en passant par l'Extrême-Orient... J'y ai découvert peu à peu des pensées (Confucianisme, etc.) qui ont dépoussiéré mon regard sur la philosophie occidentale, des exercices de sagesse exigeants mais sans ascétisme extrême, passant par un travail sur les émotions et les sensations dans un rapport harmonieux entre le corps et l'esprit. Toujours à distance des conflits dont l'organisation de notre discipline est victime (en France comme en Chine d'ailleurs), j'ai préféré me consacrer, localement sur Aix-en-Provence, à la fraternité du petit cercle d'audacieux qui essaient d'apprendre cette technique du corps pour vivre autrement dans son esprit. Et je suis étonné de voir que c'est une tradition vivante :

Jérôme Ravenet dans une posture de Ba Gua Zhang : une des 8 grandes paumes.

Jérôme Ravenet et Maître Liu, qu'il suit depuis l'âge de 23 ans. Ici, dans des applications martiales du Ba Gua Zhang.



elle nous transforme mais se transforme aussi au point que je ne peux plus tout à fait dire qu'elle soit chinoise, car elle offre bien des ressources pour nous adapter aux défis du monde moderne et proposer une réplique raisonnable aux excès de la société de consommation ; et c'est là un point crucial de la pratique sur lequel les Chinois ne communiquent rien, ne publient rien, sur lequel il leur est peut-être même interdit de réfléchir. (Je ne me reconnais pas dans l'évolution actuelle du Wushu en Chine). A mon sens, à partir des arts énergétiques, les pays occidentaux ne sont pas loin d'inventer un autre rapport à ces pratiques psychophysiques. Quand je vois Pol Charoy, Jean-Robert Gillardeaux (Xin'An), la SFERE, et bien d'autres, et les libertés qu'ils prennent par rapport à une tradition dont la Chine a passé le relais, loin de les blâmer, je me réjouis d'une tradition qui évolue, ose courir ses risques, et si nous arrivons à partager cette créativité malgré la diversité des orientations, les arts énergétiques auront peut-être un beau rôle à jouer dans la spiritualité du 21<sup>e</sup> siècle. L'avenir le dira...

**GTao : Vous avez écrit il y a un an un ouvrage sur le Ba Gua Zhang dont vous avez fait, pourrait-on dire, votre spécialité ? Qu'est-ce qui vous passionne le plus dans le Ba Gua ?**

J. R. : D'abord j'ai voulu partager avec le public français des arts internes la traduction d'un ouvrage de Liu Jing Ru (1) qui fait aujourd'hui autorité en Chine, et vient même d'être réédité. Mais ce traité complet est doublé d'un court essai où j'invite les amoureux de la Chine à réfléchir sur une autre manière d'entrer dans le vif de la pensée chinoise : il ne s'agit pas seulement de lire un texte, mais aussi de réfléchir sur ce que signifie cette répétition à l'infini des mêmes gestes emblématiques — comme le font tous ceux qui pratiquent les arts martiaux, ou tout autre technique de méditation orientale. S'il est vrai que le geste et l'intention peuvent s'unir, ce travail sur le corps peut nous apprendre beaucoup sur nous-mêmes et sur une Chine disparue, une Chine (en cela si proche de la Grèce antique) pour laquelle la pensée profonde ne se prouvait pas par de savants discours mais par des attitudes et une manière de vivre, ce qu'il convient d'appeler « une sagesse » et qui aujourd'hui se prouve par le choix d'un rapport au corps et à l'esprit, comme aussi d'une profession, d'une diététique, d'un rapport à l'argent, d'une sexualité... Car la pratique de l'art implique aussi, en plus de la technique gestuelle, une régulation fine de tous ces aspects de l'existence.

**L'esprit dans un geste habité.**

**GTao : C'est pour cela que vous consacrez quelques analyses à « la dimension spirituelle du Pas Circulaire » ou à la « signification anthropologique de la marche » ?**

J. R. : Oui. Les arts martiaux chinois courent sans doute le risque d'être réduits à « du sport », surtout s'ils s'olympisent (mais le CIO semble avoir exprimé un désaccord ferme sur ce point, ce qui aidera sans doute à préserver un peu l'authenticité de l'Art !). Avant que le Ba Gua Zhang (voir encadré) ne soit lui aussi contaminé par la manie des coups de pieds vrillés et des grands écarts (comme cela vient d'arriver au Tai Ji Quan enivré d'Olympisme), je crois qu'il est urgent d'inventer des espaces (publications, congrès, etc.) où les définitions peuvent être rappelées et discutées. Je n'ai

Jérôme Ravenet dans une figure de Ba Gua Zhang de compétition à l'épée.



photo : Sandrine Davin - dsYolublys2007

rien contre la compétition comme fête ni même comme confrontation (même si c'est une valeur plutôt grecque, et pas du tout confucéenne !), mais quand les exigences du sport en viennent à dénaturer les règles de l'art, il ne faut pas craindre de rire des contre-sens et de s'interroger une nouvelle fois sur nos pratiques, même si on peut donner l'impression de tourner en rond !

### **GTao : N'est-ce pas d'ailleurs une critique qu'on vous fait ?**

J. R. : ...Et dont je ne me défendrai pas ! De nombreuses traditions ont vanté les mérites de la déambulation circulaire : des danses amérindiennes aux Mandalas indiens et tibétains, en passant par les Derviches Tourneurs des traditions de l'Islam mystique ou chez nous, les déambulations des moines dans leur cloître ou celle des Francs-Maçons autour de leur pavé mosaïque, cela ressemble à une « manie » curieusement universelle, non ? D'après vous, pourquoi ? Toujours est-il qu'à 23 ans, lorsque j'ai vu à quoi ressemblait la vie d'un homme (ce Maître Liu) qui avait consacré sa vie à cet « archétype » (la Marche circulaire), j'ai choisi de le suivre et je n'ai encore jamais eu à le regretter. Est-ce un hasard si, depuis 15 ans, la vie me semble chaque année plus souriante et étonnante ?

### **GTao : Diriez-vous que vous avez trouvé la Panacée universelle ?**

J. R. : Vera Medica, la pierre philosophale ? Oh, oh ! Disons que j'essaie d'expliquer les bienfaits thérapeutiques de cette pratique dans les termes de la Médecine chinoise (notamment dans mon ouvrage)... Même nos médecins du sport sont d'accord sur ce point : la marche est de loin l'exercice physique le moins traumatisant. Optimisée par le travail de torsions des chaînes musculaires, qui est propre au Ba Gua Zhang, les liquides organiques, le sang et l'énergie sont mis en mouvement, comme dans l'essorage d'une serpillière. Cela permet déjà de traiter tous les maux de civilisation liés à la sédentarité, à la suralimentation, au surmenage, à la dépression. Quand l'énergie circule, c'est la santé. Tous les pratiquants en ressentent la sensation dès la première séance. La question est de savoir si l'on parviendra à trouver les ressorts psychologiques qui vont permettre d'installer durablement cette pratique dans la vie de chacun, car la profondeur des effets thérapeutiques et spirituels dépend de la régularité des exercices.

### **GTao : Alors vous signez pour 15 ans de plus ?**

J. R. : Tant qu'il y a de l'inaccompli en nous, il faut continuer à œuvrer, en se rapprochant encore davantage de la dimension symboliste



photo : Sandrine Davin - dsVolutibly2007

La marche circulaire, propre au Ba Gua Zhang, pratiquée régulièrement, a des effets thérapeutiques très bénéfiques. Ici, le « pas du crabe ».

de ce travail sur le corps. Lorsqu'on cherche pourquoi les gestes de ces rituels (que certains appellent « formes » ou « styles ») portent des noms d'animaux, de plantes, parlent de couleurs ou de personnages mythologiques, on fait d'étonnantes découvertes qui illuminent le chemin — qui personnellement, m'aident à me construire...

### **GTao : Ca fera l'objet d'une prochaine publication ?**

J. R. : L'écriture d'un essai philosophique est en cours. En attendant nous mettons sous presse un traité technique : « La Mante Religieuse des Six Harmonies » (chez Guy Trédaniel), l'autre spécialité de Maître Liu, qui paraît en français à l'automne, toujours chez Guy Trédaniel (la version chinoise est épuisée). ■

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

**Quand  
l'énergie  
circule, c'est  
la santé !**

## LE BA GUA ZHANG

Le Ba Gua Zhang est un art d'origine chinoise dont la dimension martiale apparaît dans l'histoire avec le nom d'un maître du 19<sup>ème</sup> siècle, Dong Hai Chuan, et dont la technique caractéristique du pas glissé ou « pas dans la boue », probablement transmise par les taoïstes, se perd dans la nuit des temps. On sait que Yu le Grand, fondateur de la dynastie Xia (fin du 3<sup>ème</sup> millénaire avant J.C.) pratiquait déjà une déambulation circulaire, célébrée sous le nom de « pas de Yu », sans doute en guise d'exercice spirituel, peut-être de pratique liturgique.

Jérôme Ravenet

## PORTRAIT

Né en 1970, Jérôme Ravenet débute dans les arts martiaux en 1978. Il se consacre exclusivement au Kung-Fu en 1988 et se spécialise en Ba Gua Zhang, Xing Yi Quan et Tang Lang Quan depuis 1993 sous la direction de l'ancien champion et entraîneur national de Chine, Liu Jing Ru (8<sup>o</sup> dan, Pékin). Double-Champion du Monde Wushu Traditionnel l'wuf 2006. Agrégé de philosophie en 1994, et Docteur ès Lettres en 2001 pour une thèse sur la dimension spirituelle du Tai Ji Quan (directeur François Jullien). Diplômé de l'Université de M.T.C. de Shanghai, en 2004. Professeur de chinois à Sciences PO Aix. (1) Auteur de « Transmission Vivante du Ba Gua Zhang », Guy Trédaniel 2007.