

Transcender l'efficacité Martiale



Wutao

*Le cercle est la forme, le cercle est sa forme.
La sphère est le sentiment, la sphère est sa présence.
Cercle et sphère sont le symbole du tout,
le cercle est sa structure.
Dans la sphère, il demeure
Ensemble, il est.
Le cercle sans la sphère est dictature,
la sphère sans le cercle est sans puissance,
la spirale est son mouvement.*

Imanou



Elaguez aux arts énergétiques chinois toute intention d'efficacité martiale ou thérapeutique, et toute codification. Que reste-t-il? Une calligraphie du geste.

par Delphine L'huillier
photo : Jean-Marc Lefèvre

Une calligraphie du geste, la globalité, chaque partie liée au tout, le tout relié à chaque partie; l'équation magique entre humain, nature et cosmos; le mouvement de vie, la pulsation de l'univers... un rythme, une vibration, une énergie unique et multiple, le tout et son contraire, le rien et son potentiel infini... le Yin-Yang.

Ajoutez le sentiment sacré que nous inspirent les gestes primordiaux, les émotions immémoriales du recueillement, de la prière, de l'amour ou de la célébration, et vous commencez à percevoir ce qu'est le Wutao.

Comment le Wutao est-il né ?

Du métissage de deux expériences, celles d'Imanou Risselard et de Pol Charoy. Danse, acrobatie, Yoga, Wushu et psychologie transpersonnelle, le tout assimilé, intégré, revisité et réinventé à travers l'exploration du mouvement.

Des arts énergétiques chinois au Wutao

Mais de quel mouvement parle-t-on ? La gestuelle martiale nous apprend l'élasticité et la souplesse sans déracinement, le déroulement des fascias, le respect des axes : terre-ciel, devant-derrrière, droite-gauche, mais aussi nous initie au cercle, au déplacement à l'intérieur d'une sphère et à la circulation spiralée de l'énergie. La pratique plus intériorisée des arts internes nous fait vivre et respirer la circulation des fluides : un mouvement spontané indépendant de la volonté. Celui-ci, soutenu par le souffle alchimique inspiré des taoïstes, libère les tensions, à la fois physiques, émotionnelles et mentales. Mais qu'apporte de plus la pratique du Wutao ?

Elle est le fruit de l'expérience de deux pratiquants de Kung Fu Wushu qui se sont tournés vers d'autres horizons. Imprégnés de la dimension artistique, ex-rebirtheurs et amoureux du travail de Wilhelm Reich et de la bio-



énergie, Imanou Risselard et Pol Charoy ont ainsi voulu intégrer à leur création, en plus des techniques taoïstes, la respiration pulmonaire, une respiration contenue dans le mouvement de l'onde et épanouie dans l'inspiration. Autrement dit, la pratique du Wutao inspire la vie. Elle cherche aussi à goûter le moment précieux du silence respiratoire où entre inspir et expir, expir et inspir, naît le sentiment d'un mouvement indépendant de la respiration (que l'on retrouve dans la respiration embryonnaire), lieu de tous les possibles.

Le mouvement de l'onde

Ce sentiment particulier et cette respiration sont conduits par le développement d'une onde appelée "l'onde organique". Son déploiement installe un état intérieur. Et c'est seulement à partir de cet état intérieur que peut se prolonger le mouvement.

Déclenchée par le "relâcher" simultané du bassin et du pubis ou du sacrum, aussi subtile que l'intervalle qui existe entre l'inspir et l'expir, cette onde libérée peut enfin parcourir toute notre colonne vertébrale. De la pointe du coccyx au sommet du crâne, l'onde est à l'image de vagues successives qui entraînent notre corps, des pieds à la tête, dans une ronde sans fin, animée par le mouvement de l'univers. Parfois agitée, et parfois plus paisible, comme la mer et le vent, comme l'humain et l'humanité, de la transe à une méditation quasi immobile, les vagues nous font prendre conscience par la corporalité que la seule permanence qui ait une réalité, est mouvement.

Eveiller son corps au sacré

Et c'est ce que cherche à célébrer la danse : un mouve-

ment qui ne s'arrête jamais, le fil d'Ariane qui tisse nos vies et nous relie au Cosmos. Un mouvement dépouillé de toute intention martiale qui puisse rejoindre sa source primordiale d'où s'élève, du fond de notre âme, une gestuelle naturelle et intuitive : lever les bras au ciel pour implorer les dieux ou recevoir l'énergie des étoiles, tendre les bras vers l'autre pour lui donner notre amour ou lui ouvrir les bras pour accueillir sa chaleur, fouler en rythme la terre de nos pieds pour faire monter la sève, "alchimier" le feu et l'eau, que la forge créatrice au contact de l'émotion qui habite le mouvement, devienne, transformée en vapeur d'eau, l'esprit cristallin et éclairé d'un être éveillé. C'est ce qu'ont essayé de faire depuis la nuit des temps tous les vieux sages aux quatre coins du globe : semer la graine et l'arroser patiemment chaque jour pour l'aider à s'épanouir et à fleurir. Ce fut la même graine plantée par tous les guerriers qui ont emprunté la voie des arts martiaux. Mais si leur combat les rapprochait toujours un peu plus de la mort, le guerrier d'aujourd'hui se rapproche toujours un peu plus de la vie... en la célébrant.

Le Wutao constitue donc une alternative pour tous ceux qui cherchent à structurer leur corps sans l'emprisonner, à le libérer sans l'abandonner. Pour tous ceux pour qui le corps est la voie de l'introspection et de la connaissance de soi, de l'ouverture et du partage, le point d'incarnation du spirituel dans la matière.

Pour en savoir plus sur le Wutao, consulter le carnet d'adresses P. 62.