

Un Combat avec Soi-même

Propos sur le Tui Shou échangés avec Thierry Alibert



Gtao : Thierry Alibert, quand avez-vous commencé le tui shou dans votre pratique du tai ji quan ?

Thierry Alibert : Dès le début, mais de manière très occasionnelle, car j'étais plutôt tourné à l'époque vers les arts martiaux externes de percussion comme le karaté et le full-contact. Mais le paradoxe est que j'ai découvert le tui shou lors d'un stage de full-contact ! J'ai eu l'occasion de pratiquer sur la plage avec un boxeur déjà expérimenté. Je dois avouer qu'au début de l'échange, j'avais tendance à mettre mes nombreux déséquilibres sur le compte de l'instabilité du sable sous mes pieds. J'ai très vite compris que le sable n'y était pour rien et que j'avais à faire là à quelqu'un de bien enraciné. C'était ma première et belle leçon de tui shou !

Vous venez des arts externes, croyez-vous en l'efficacité martiale du tui shou ?

Je ne pense pas qu'il soit raisonnable de parler d'efficacité martiale avec le tui shou. Selon moi, il est plus juste de parler de renforcement des qualités déjà acquises dans un autre art martial ou corporel. En cela, ce jeu pourrait constituer un tronc commun intéressant, tant sur le niveau physique que psychique. Pour ma part, je l'utilise aussi pour évaluer ma progression sur le plan de l'enracinement et de l'application des principes

internes liés à la terre. En ce sens, il y a donc là une interrelation entre la forme de tai ji quan que je pratique et le tui shou. En outre, je crois profondément que la réelle efficacité réside dans le combat qu'on livre à soi-même en combattant ses peurs et

Pratiquer avec le cœur et la sincérité d'un enfant qui joue.

ses angoisses. L'irrespect des règles est entre autres lié à la peur, mais l'instauration de règles trop fermées ne l'est-elle pas aussi ? Concernant l'application des mouvements, je dirai plutôt qu'il s'agit d'utiliser les principes découverts à travers les techniques du tai ji quan, ceci afin de préserver une certaine spontanéité dans le tui shou.

Quel est alors l'intérêt des exercices de tui shou mobile ?

L'intérêt majeur de ces exercices est d'amener progressivement le pratiquant à améliorer une certaine « habileté martiale ». En ce sens, cela peut être une bonne transition entre le tui shou à pas fixe (amélioration des qualités internes) et le san shou (combat codifié), et peut-être aussi la boxe du taiji. Ce travail du pas mobile améliore aussi le sens de la distance, du rythme et du déplacement,

sans pour autant perdre le contact subtil du partenaire. En cela nous nous rapprochons modestement des grands principes du judo, de l'aïkido ou de la lutte, pour ne citer que les plus connus.

Alors, au final, tui shou : technique martiale ou non ?

Le tui shou n'est pas un art martial et qui plus est, c'est une pratique récente qui a à peine plus d'un siècle d'existence. Le terme tui shou se traduisant souvent par « poussée des mains » ou « mains collantes », on serait tenté de dire qu'il s'agit là d'un art martial de contact. Mais il est très difficile de faire une comparaison entre ce jeu censé développer une voie spirituelle et relationnelle, et un art de combat d'origine guerrière. C'est avant tout un jeu très intéressant pour développer et améliorer les qualités relationnelles entre individus et redécouvrir le sens du toucher de l'autre, ceci dans le respect et grâce à une perception tactile de plus en plus fine.

Quelle est la qualité principale que le tui shou développe ?

L'un des exercices les plus difficiles en tui shou est de garder le sourire tout au long de l'échange avec son partenaire ; essayer de le faire avec le cœur et la sincérité vraie d'un enfant qui joue, est une des grandes clés de la réussite.