

# L'épée et la plume

## Le guerrier et le lettré

par Wong Tun Ken • photos : Frédéric Villbrandt



En Chine,  
les managements de  
l'épée et du pinceau  
sont en de nombreux  
points semblables.  
L'art de calligraphier  
dans l'air ou sur le  
papier fait appel  
aux mêmes qualités.



### PORTRAIT

Né en 1945 à Shanghai, peintre et calligraphe, entraîneur officiel de Wushu en Chine, diplômé de l'Institut de Wushu de Shanghai. Arrivé en France en 1975, il commence à enseigner à partir de 1986 jusqu'à aujourd'hui les styles externes et internes du Wushu dont il est devenu un spécialiste, avec une passion particulière pour le Ba Gua Zhang... et la peinture.

En Chine, le pinceau était l'unique outil pour écrire. Et ce jusqu'aux années 40 du siècle dernier, au moment où le pinceau a été remplacé dans la société chinoise par le stylo occidental. Dans le film chinois *Heroes*, on montre une scène d'apprentissage dans laquelle le calligraphe tente d'améliorer son niveau d'épée. C'est bien sûr une transposition des arts au cinéma, mais dans la réalité, il existe vraiment une liaison intérieure entre les pratiques de la calligraphie et de l'épée.

### L'art de l'épée et du pinceau

Les managements de l'épée et de la calligraphie sont ainsi en de nombreux points semblables.

### Apprendre pas à pas

Pour s'exercer, l'apprenti calligraphe calque dans un premier temps le modèle de calligraphie imprimé en rouge (voir photo), puis décalque le caractère qui est en dessous du papier pour suivre la structure du caractère. Plus tard, il copiera les caractères posés à ses côtés pour mieux étudier et comprendre la charpente du caractère, expérimenter les mouvements du pinceau, et son élan. Enfin, le cal-

ligraphe écrira, de mémoire, pour bien inscrire le caractère et sa forme dans son esprit. Dans l'art de l'épée, l'apprentissage est presque identique: le pratiquant apprend d'abord les mouvements, en les copiant et en les répétant. Puis il cherche des liaisons entre les parties du corps avec l'épée. Enfin, apprentissage ultime, avec le yin-yang, il arrange les éléments qui s'opposent et rend l'épée vivante.

## Différents styles d'écriture

Aujourd'hui, la calligraphie générale comporte une écriture carrée et régulière, *Kai Shu*; une écriture carrée et arrondie aux angles, *Li Shu*; une écriture ronde (utilisée pour la gravure des sceaux), *Zhuan Shu*; une écriture cursive, *Xing Shu*; et une grande écriture cursive, *Cao Shu*. L'art de l'épée comprend l'épée simple, avec pompon court ou pompon long, la double épée, l'épée à deux mains, le combiné à deux épées. La forme générale se divise en quatre sortes qui peuvent être mises en parallèle avec les différentes écritures.

- **Gong Jia Jian**: comme le Kai Shu, il y a ici de nombreux mouvements statiques. La posture est digne, stable et solide.

Les membres et le tronc sont ouverts, étirés, en équilibre. L'énergie du corps est transmise jusqu'à la garde de l'épée. La plupart des formes traditionnelles d'épée appartiennent à ce style.

- **Xing Jian**: comme le Xing Shu, les mouvements sont plus vivants, le travail plus dynamique, avec des séries de mouvements fluides et une marche continue. L'élan lui aussi est continu. La dynamique sert à enrichir le rythme de la forme avec deux éléments qui s'opposent: mobile et immobile. L'épée de Wu Dang dans sa forme traditionnelle et la forme d'épée de Wushu moderne appartiennent à cette catégorie.

- **Zhi Jian**: comme Xing Shu et un peu Cao Shu, ce style imite la boxe de l'homme ivre. Les pieds sont animés, se croisent, trébuchent puis récupèrent l'équilibre du corps. Le rythme est à la fois lent, rapide et accéléré.

- **Mian Jian**: il ressemble à Kai Shu, mais les mouvements sont calmes, souples, continus et arrondis. C'est l'épée souple de Taiji. Chaque sorte a son style spécifique (par exemple, l'épée de tai chi se pratique les membres arrondis, avec des mouvements continus à même vitesse, lente...) mais ils ont tous les mêmes bases et beaucoup de points en communs. Le Gong Jia Jian est la base des autres sortes.

## Le pinceau et le manche

En calligraphie et pour l'épée, le pouce, l'index et le majeur sont les doigts principaux nécessaires pour tenir le pinceau et le manche. Les autres doigts (annulaire et auriculaire) sont alors secondaires. Pour l'épée, ils servent

seulement à accrocher le manche pour laisser le poignet vivant.

## La trace du geste

En calligraphie, le trait fait par le pinceau n'est pas qu'une simple ligne horizontale ou verticale. Son commencement prend la direction inverse du trait, comme un trait « à rebours ». La finition d'un trait se fait aussi de cette façon. On dit alors que l'on plie trois fois sur un même trait (début, fin et milieu). Cette façon de peindre permet de toujours canaliser la pointe du pinceau au milieu du trait peint, et d'étendre les poils du pinceau vers les deux côtés du trait. En épée, le trajet de l'outil est arrondi, ou dans le cercle. Le petit noyau ou grand cercle a comme axe: le poignet, le coude ou l'épaule. Mais le pratiquant doit être toujours attaché au cercle principal du tronc. Le parcours arrondi permet d'avoir un mouvement rapide et un changement continu sans couper l'énergie qui parcourt le mouvement.

## C'est l'intention qui guide

Sur un simple trait, le pinceau bouge avec des changements compliqués de vitesse et de lenteur. Vite: le mouvement d'appui est légèrement élevé. Ce n'est pas le muscle qui peut le sentir ou le diriger et le faire. C'est plutôt l'intention qui dirige tout. A l'épée, le corps peut être divisé en cinq lignes. Chaque

mouvement d'épée est organisé par ces cinq lignes. Si elles sont mal organisées, le corps est séparé. Chaque mouvement doit être pensé simultanément devant et derrière, à droite et à gauche, en haut et en bas pour obtenir une position carrée, régulière et bien proportionnée. Comme en calligraphie, c'est l'intention qui vient avant le mouvement pour diriger ce mouvement. Et cela varie en fonction des techniques utilisées car à chaque fois le point d'appui de la force se positionne sur différentes parties de l'épée. C'est aussi le travail de l'intention qui détermine ce point d'appui. Quant à l'écriture chinoise, elle est organisée en plusieurs parties. Entre elles, il doit y avoir une proportion raisonnable d'espace, alors seulement l'écriture est stable, bien proportionnée et équilibrée. Etant plus dynamique, l'épée est plus compliquée. Elle comporte des éléments qui s'opposent, comme par exemple, la statique et la dynamique, le vide et le plein, le dur et le souple, la vitesse et la lenteur, le court et l'allonge, le léger et le lourd, le bas et le haut, le mouvement face et latéral, la diagonale et la direction pure, l'intérieur et l'extérieur, la droite et la gauche... une théorie « yin yang ».

Pour en savoir plus, consulter le carnet d'adresses p. 66.



Les « quatre trésors du cabinet du lettré », les outils de calligraphie chinoise: le papier, le pinceau, l'encre et l'encrier. Leur valeur est beaucoup plus élevée en Chine que la valeur de l'or ou de la perle.

**C'est  
l'intention  
qui dirige  
tout.**

## Le pinceau, l'arc et le golf

### Traversés par le souffle

par Cyrille J.-D. Javary

Pourquoi la culture chinoise élève-t-elle au rang d'art majeur les arts martiaux et la calligraphie ? Et pourquoi les Chinois se passionnent-ils aujourd'hui autant pour le golf ? Plongez d'un seul trait dans le cœur de la pensée chinoise.

phie de grande taille pour réaliser à quel point un mouvement de tout le corps se rassemble dans l'épaule, parcourt le bras, enserre le poignet et la main pour aboutir au manche et à la fine pointe du pinceau. La respiration contrôlée entretient le mouvement, la concentration et l'effort ! (...) On ne peut calligraphier négligemment<sup>(3)</sup>.

#### Un art martial

On ne se prépare à écrire qu'avec le recueillement d'un chevalier allant au combat. Wang Xi Zhi, le prince des calligraphes qui vivait au quatrième siècle de notre ère, n'hésitait pas à dire : « Le papier est le champ de bataille, le pinceau l'épée, l'encre l'armure, l'encrier les douves ». Qui s'apprête à écrire, commence par rentrer en son for intérieur, s'y vide de lui-même pour s'emplit d'énergie, puis, au terme de ce moment Yin de la création analogue au prologue immobile des enchaînements, posément, s'élance. C'est alors « une sorte de rage, de véhémence qui se libère en explosant sur le papier et qui ne s'achève, comme une danse où tous les pas sont liés, comme un opéra où toutes les scènes s'enchaînent, que lorsque la musique intérieure du peintre s'arrête<sup>(4)</sup> ».

#### Un art curatif

Nommer cette liturgie : calligraphie — *kalos graphos*, la « belle écriture » — créé un malentendu car en Europe ce terme désigne un art décoratif mineur, caractérisé par une graphie « stylisée, appliquée, particulièrement régulière, ou enjolivée de paraphes ou d'ornements superfétatoires<sup>(5)</sup> ». Aucun Chinois ne reconnaîtrait dans cette description l'art majeur

« On ne se prépare à écrire qu'avec le recueillement d'un chevalier allant au combat ». Ici, Maître Wu Bin, célèbre expert en arts martiaux chinois, se livre avec générosité, sous le regard furtif de Maître Zhang Shan, au geste calligraphique.

« Un Chinois qui s'apprête à écrire — disait un jour François Cheng — est persuadé que le souffle qui traverse son bras est de même nature que le souffle primordial par qui naissent, éclosent et vivent tous les êtres sur terre<sup>(1)</sup> ».

#### Le souffle des idéogrammes

Religion au sens propre, cette foi dans le pouvoir agissant de l'écriture est une réalité profondément ancrée dans le cœur de tout Chinois. Lors de sa visite en Chine, dans les années trente, le poète Henri Michaux l'avait bien perçu : « Ces caractères, illisibles à des centaines de millions de Chinois, ne leur étaient pourtant pas lettre morte. Tenus hors du cercle des lettrés, les paysans les regardaient sans les comprendre, mais non sans les ressentir<sup>(2)</sup> ». Ce souffle subtil qui anime les idéogrammes n'est pas réservé aux seuls habitants des rives du Fleuve Jaune. Il est directement accessible à tous ceux qui, lettrés ou non, pratiquent les arts physiques chinois. On peut s'en approcher le pinceau à la main, comme Fabienne Verdier, mais on peut aussi le faire sans aucun instrument. Lorsqu'on pratique le Taiji Quan ou le Qi Gong, lors le corps se fait pinceau et l'espace feuille ; les outils diffèrent, le ressenti, non.

#### Un art physique

L'image des mandarins mandchous aux ongles démesurément désœuvrés, nous empêche d'imaginer à quel point l'écriture des idéogrammes de grande taille peut constituer un engagement physiquement intense, pouvant aller jusqu'à la performance athlétique : « Il faut avoir assisté à la réalisation d'une calligra-



photo : Jean-Pierre Lelong

#### PORTRAIT

Cyrille J.-D. Javary est écrivain et conférencier, consultant et formateur en civilisation et culture chinoise ancienne & moderne. Il est aussi traducteur du Yi Jing, le *Classique des Changements*, fondement depuis 25 siècles du mode de penser Yin/Yang. Il a fondé en 1985 le Centre Djohi, association pour l'étude et l'usage du Yi Jing, qu'il dirige depuis lors. Il a également mis au point un jeu interactif de formation à l'esprit chinois fondé sur les principes du Yi Jing : la Grande Marelle du Yin/Yang.

qu'ils nomment simplement *chu* « l'écrire ». Le calligraphe pourtant fait bien plus qu'écrire ; il agit sur le monde, il matérialise des entités, il canalise des énergies. Tracé au pinceau, un grand caractère appelle ce qu'il désigne. On voit dans les boutiques le caractère *cai* : « richesse ». S'il est écrit avec souffle, cela va amorcer, favoriser, entretenir un flux de richesse. Posant son pinceau sur la feuille, le calligraphe ne fait pas un geste différent de celui de l'acupuncteur piquant son aiguille. Dans les deux gestes, une main humaine, par l'intermédiaire d'un outil, aussi simple que raffiné, va induire un flux d'énergie vitale, dynamiser un réseau linéaire qui se matérialise à cette occasion.

## Un jaillissement sans repentir

Une calligraphie est réussie ou elle est bonne à brûler, on ne peut pas y revenir. L'encre — trop noire — le papier — trop buvard — ne permettent pas ce que les aquarellistes appellent un repentir. Appliquant touche par touche sur de la toile des pigments huileux toujours accueillants à la retouche, le peintre occidental non plus, ne connaît pas ce sentiment d'irréversible. G.K. Chesterton, en revanche, avait remarqué il y a un siècle déjà que « le seul geste vraiment romantique qui subsistait dans le monde moderne était de jeter une lettre à la boîte<sup>(6)</sup> ». Une fois lâchée, on ne peut plus la reprendre. Comme la flèche au tir à l'arc. Les golfeurs aussi connaissent cela. Et c'est sans doute la raison pour laquelle le golf s'est si bien répandu en Asie : tout son attrait repose sur ce lancer sans reprise, un geste profondément calligraphique.

## Une invite au geste

D'une calligraphie réussie, on ne dit pas qu'elle est belle, on dit *you qi* : elle a du qi, du souffle. C'est-à-dire qu'elle a le double pouvoir de nous donner à voir le souffle invisible qui a traversé son auteur, et aussi de le faire rayonner en nous, de nous entraîner dans son mouvement. Observez les Chinois visitant une exposition de calligraphie. Dans les musées occidentaux, les visiteurs sont les mains croisées derrière le dos, ils vont et viennent devant les toiles, parfois s'approchant pour remarquer un détail, se reculant pour saisir la composition d'ensemble. L'amateur chinois lui, s'installe devant l'œuvre qu'il contemple. Ensuite, passé un temps d'intériorisation analogue au prélude des enchaînements, on le voit qui s'élanche. Il réécrit à son tour la calligraphie, suivant à la trace les virevoltes du pinceau, accompagnant le déroulement des traits. Parfois d'un simple mouvement des yeux, mais le plus souvent, presque à son insu, sa main se lève un peu, son doigt s'étire légèrement et dans l'air on le voit retracer les traits de l'idéogramme, recréer les vers du poème.

**Le calligraphe agit sur le monde, canalise les énergies.**

## L'écriture d'herbe folle

Archivistes impénitents, les Chinois, ont réparé et classifié de nombreux styles de calligraphie. Le plus spectaculaire est la variété de cursive appelée « écriture d'herbe ». Il y a une intention dans le fait d'avoir élu l'herbe pour désigner ce style étincelant et aérien plutôt que le diamant ou le nuage. L'herbe fut choisie parce qu'elle est banale. Manifestation spontanée de la vitalité naturelle, on la trouve partout : herbe des prairies virevoltant sous l'emprise du vent, herbe des torrents s'enroulant dans les méandres du courant. Autant de modèles atteignant sans effort l'objectif que le calligraphe s'assigne : matérialiser la vitalité d'un influx.

## L'ordre supérieur est dynamique

L'écriture d'herbe la plus intense est appelée « folle ». *Kuang*, l'idéogramme qu'on rend par : « folle », formé de la juxtaposition des signes « félin » et « roi », évoque plutôt une puissance souveraine s'affranchissant des règles usuelles. Comme Turner ou Monet s'affranchissaient du dessin pour capter ce qui leur paraissait l'essentiel, la lumière. Les caractères tracés dans ce style peuvent devenir indéchiffrables, même pour des calligraphes professionnels, qu'importe ! Ce style est celui qui enthousiasme le plus grand nombre. Qu'il soit illisible, ne diminue guère le plaisir qu'on retire à le contempler. Le niveau où nous touche ce tracé qui n'est plus que l'ombre d'un mouvement, la trace d'un skieur dans la poudreuse, est bien au-delà de celui de la lecture d'un contenu. Les calligraphies en écriture d'herbe folle nous émeuvent, parce qu'elles nous emportent. Cela aussi, Michaux l'avait perçu : « La calligraphie se doit d'avoir une vertu tonifiante. Elle est une conduite. Montrer un bel équilibre, un qui soit exemplaire. Même les passionnés qui furent appelés « fous de calligraphie », et qui y perdaient le boire et le manger et le sommeil et l'équilibre d'une vie, lorsqu'ils reprenaient le pinceau, traçaient des caractères exempts de déséquilibre, emplis au contraire d'un superbe et nouvel équilibre. L'ordre supérieur est dynamique<sup>(7)</sup> ».

**Pour en savoir plus, consulter le carnet d'adresses p. 66.**

- (1) François Cheng, *Libération* 1998.
- (2) Henri Michaux *Idéogrammes en Chine* Ed. Fata Morgana, 1975.
- (3) Claude Larre *Les Chinois...* Ed. Lidis Brepols.
- (4) Claude Larre.
- (5) J.-F. Billeter *L'art chinois de l'écriture* Ed. Skira Genève 1989.
- (6) G.K. Chesterton *Hérétiques* 1905. Gallimard 1979.
- (7) Henri Michaux, op. cit.



photo : Patrick Micheletti.

# Tout est *Mouvement*

## L'esprit précède le geste

par Jean Motte • photo : Robert Negre\*  
création graphique : Frédéric Vilbrandt

Deux approches du mouvement : l'une venue d'Occident et l'autre d'Extrême-Orient. D'un côté, une approche raisonnée pour ne pas dire cartésienne.

De l'autre, une approche poétique où le mouvement signifie la vie.

### **PORTRAIT**

Né en 1960, Jean Motte commence l'aïkido dès l'âge de 8 ans. A 18 ans, il part pour le Japon où il découvre l'acupuncture. Il se forme avec Laville-Mery. Diplômé de l'École lyonnaise des plantes médicinales. Pour comprendre les textes traditionnels d'acupuncture, il passe un diplôme universitaire en astrophysique. Acupuncteur, il est directeur de l'école I.M.H.O.T.E.P. qui propose une formation en acupuncture traditionnelle. Il est également 5° dan d'aïkido.

Que signifie la notion de « Mouvement »? Et que peut-elle apporter à l'Homme? D'un côté l'approche occidentale et de l'autre l'Extrême-Orient.

### **Une approche raisonnée**

La première correspond à notre culture occidentale puisqu'il s'agit de la définition du *Petit Larousse*: « Déplacement, changement de position d'un corps dans l'espace ». L'aridité de la définition nous fait entendre que le mouvement est le résultat d'un déplacement d'un corps par rapport à un autre. Tout en nous proposant cette définition, le *Petit Larousse* ne résout en rien la question fondamentale: qui est à l'origine du déplacement? Si nous tentons de dire que le mouvement est le résultat d'un déplacement, pouvons-nous dire que le déplacement est le résultat d'un mouvement? Oui, sans aucun doute. Voilà en quelques mots le départ de la philosophie. Car, si le dictionnaire donne une définition, c'est pour apprendre sa signification et non pour la comprendre. Nous sommes à l'orée de l'acceptation passive d'une définition, et d'une réflexion profonde sur la nature fondamentale de l'homme et de son existence. C'est en être

raisonné que j'appréhende la notion de mouvement.

### **Une approche poétique**

L'Extrême-Orient et particulièrement les Chinois ont une approche plus poétique de la définition du mouvement. Elle laisse l'imaginaire s'infiltrer dans notre esprit. Et parfois il faut que cet imaginaire soit à la limite de la méditation pour enfin comprendre la signification profonde d'un mot. Prenons trois exemples de mouvements qui nous emmènent dans les espaces magiques de l'image.

### **Dong, l'esprit précède le geste**

Le premier est le caractère *Dong*, qui signifie « mise en mouvement ». Formé de deux idéogrammes, celui de gauche signifiant la notion de « mystère » et celui de droite la « force ». Ainsi le mouvement devient une force mystérieuse. Ce mystère nous rattache ipso facto à celui du ciel, représentation ontologique du mystère de nos origines. Le ciel est au-dessus de nos têtes, il est un « être sans fin et éternel ». Le ciel est l'origine du mouvement. Mais qu'est le ciel dans cette configuration? Le ciel est rond comme la tête. Ainsi préfigure-t-il

l'esprit. Le caractère Dong nous donne à comprendre que l'esprit précède le geste.

## Chao, le mouvement alterné

Le deuxième caractère, *Chao*, représente le mouvement alterné. Il est composé de trois clés lues de gauche à droite : « l'eau » puis un caractère signifiant graphiquement une alternance Haut/Bas et enfin celui de « la lune ». Nous retrouvons la notion de marée assujettie à la lune, ce qui crée le flux et le reflux, le plein et le vide, le Yin/Yang, le noir et le blanc.

## Yuezhang, le mouvement

Le troisième caractère, *Yuezhang*, qui signifie mouvement en général, va nous transporter dans l'irrationnel : composé de deux idéogrammes, celui de gauche signifiant « gai, rire », et celui de droite, « statut, règlement, cachet ». Mais pourquoi le Chinois traduit-il le mot mouvement par un cachet associé à la notion de plaisir (gai) ? Un cachet, un règlement est un ordre qu'on ne peut transgresser. Il est donné à la naissance. L'être vivant qui bouge a, en lui, la recherche de la joie et du plaisir. Cette joie est dans son cœur, une marque au fer rouge qui impose à chacun d'entre nous de prendre le chemin de la paix intérieure afin de ne pas troubler le cœur dans son rire intime. Une très belle estampe représente ainsi Lao Tseu en train d'errer, seul, possédant le strict minimum et le sourire aux lèvres.

Simplement, le mouvement c'est la vie. Se fondre et se confondre avec la nature, c'est sourire aux facéties de la vie et de ses nombreuses métamorphoses. Le *Yi King*, livre des transformations, est là pour nous rappeler sans cesse que se cache l'unité au sein du multiple. Tout procède de la nature et tout a même valeur car le Tao, la Voie véritable, est comme un clown saisonnier : il endosse le manteau du printemps et voilà le monde végétal qui naît. Il se dévêt à l'été et le monde animal apparaît. Il se couvre en automne et voilà que l'Homme prend naissance. Enfin il s'emmitoufle en hiver et le monde minéral s'accroît. Le printemps est-il plus enviable que l'automne ? Non ! Les saisons passent et repassent inlassablement dans un mouvement alternatif afin de faire constamment fructifier la terre.

## Le mouvement, c'est la vie !

Je me souviens de mon maître en aikido, Yamagushi senseï. Je me le rappelle, toujours le sourire aux lèvres. Ses mouvements étaient purs du début à la fin. C'est comme si, le mouvement était déjà terminé avant d'avoir commencé. L'esprit avant le geste. Lorsqu'il venait en France, il rigolait de la panoplie de techniques que nous avions. Lui, c'était

*Ikkyo*, qui peut se traduire par « premier principe ». Tout était là devant nous, mais jeunes coqs nous voulions notre pesant de paraître. Pourtant cette technique à elle seule est la plus difficile à réaliser. Elle unit en un seul mouvement tous les déplacements de l'aïkido. Du Un au multiple. Un mouvement en aikido, c'est une respiration. Du dur au mou, du tendu au relâché. C'est une alternance de montées et de descentes. C'est un échange de forces invisibles entre partenaires. C'est le Yin/Yang.

## Le peintre universel

L'univers est mouvement. L'univers est créateur car le mystère préside à la construction de cet espace sans limite et sans temps. Puis dans cette dimension cosmique, les pleins et les vides s'unissent et se délient pour former le mouvement. Dans toutes ces métamorphoses, existe en leur sein, le principe originel de la création. L'Homme est mouvement et joie profonde d'être une des multiples créations du peintre universel (le ciel). L'arbre est mouvement et contentement de pouvoir offrir son existence à la planète entière (la terre). Le bambou est le paradigme du mouvement fragile et gracile, souple et résistant, puissance et humilité devant le vent (air) qui souffle ses feuillages allongés. Ce qui crée le mouvement c'est la lumière. La lumière du soleil (feu) est force et applique sans ménagement ses petits photons sur toute surface qui voudra bien les recevoir. Ce faisant, le mouvement naît. L'eau est l'illustre représentant du monde obscur et inconnu. Car il suffit de regarder un cours d'eau pour se demander qui creuse le sillon originel. Est-ce l'eau qui creuse le sillon,

ou est-ce le sillon qui, existant, peut enfin recevoir l'eau ? Est-ce le calligraphe et son esprit qui tracent le trait ou est-ce le trait qui choisit ce moment pour être tracé ? Le pinceau (humide) est l'outil potentiel de tous les possibles.

Le pinceau (sec) n'a plus d'existence propre car le sec, c'est l'absence totale de vie possible. Le mouvement devient alors une entité complexe créée et « créante » entre le ciel et la terre ; entre l'esprit et la main de l'homme et les quatre orientes que sont les quatre tempéraments de l'eau du feu, du sec et de l'humide, le monde prend forme et dimension. Chacun de nous fut certes créé. Mais chacun de nous est un créateur. C'est dans le mouvement que la vie existe. C'est dans le mouvement que se trouve la réalité de notre existence. La quête du cœur en paix. La quête du chemin de la connaissance.

\* La photo est extraite de l'ouvrage *Ken jitsu, une pratique de l'aïkido*, paru aux Ed. Chiron.

Pour en savoir plus, consulter le carnet d'adresses p. 66.

## APPLICATION...

Imaginez-vous devant une feuille blanche. Le pinceau à la main, vous allez tracer le caractère Quan, « le chien ».



Il est composé de quatre traits alignés dans un ordre particulier et dont la technique est différente pour chaque trait : un *heng* (horizontal), un *dian* (point), un *pie* (vertical), un *na* (trait à droite). Vous devez penser d'abord le caractère. Vous devez le visualiser dans sa construction, du départ à l'arrivée. Cette étape est fondamentale car l'esprit précède le geste. Puis vous collez le pinceau contre la feuille. Le mouvement s'exécute en appuyant plus ou moins fort. Parfois le pinceau se lève et se rabaisse aussitôt en tournant dans votre main. L'esprit n'est plus là pendant cette phase. Il n'y a plus que le noir de l'encre sur le blanc du papier. Le plein, le vide, le blanc, le noir, le Yin/Yang. Enfin le pinceau se lève définitivement. Maintenant les yeux regardent le caractère écrit. Le corps est détendu et relâché, un sourire intérieur nourrit le cœur. Dans ce silence d'après, les quatre traits se sont unis en un caractère. Ce passage du Multiple au Un laisse le calligraphe dans une profonde décontraction. Cette description en trois phases d'une calligraphie, est applicable à tout mouvement, que ce soit les arts martiaux, l'art thérapeutique, ou l'écriture. C'est l'homme qui pense, met en place et agit.

## CALLIGRAPHIES

**动** Dong, la mise en mouvement

**潮** Chao, le mouvement alterné

**乐章** Yuezhang, mouvement



Position de départ: *Qishi*.

Amenez la jambe gauche en position *Ding bu*, et levez la main droite: *Liao zhang*.

## Des traits et des gestes

### La calligraphie des Taolu

par Roger Itier • photos : Jean-Marc Lefèvre

Calligraphes, pratiquants de Wushu, ou simplement, amoureux du mouvement, donnez de l'âme à votre art en affinant votre trait et votre geste.

Partir à la conquête de soi au travers d'une graphie est une gageure. Agir juste est la chose la plus délicate qui soit. La calligraphie comme le Wushu est un condensé de vie qui met en relief nos qualités mais aussi nos défauts. Plonger son pinceau dans l'océan de noirceur de la pierre à encre, relever celui-ci avec délicatesse et commencer notre dessein (ou dessin) en faisant fusionner le Yin (encre) et le Yang (la feuille de papier) pour que puisse émerger la forme magique dans une chorégraphie sacrée, tel est le credo de l'art calligraphique chinois.

#### Calligraphie et Wushu

Commencer l'étude de la calligraphie est semblable à commencer la pratique des arts martiaux chinois. La composition d'un caractère obéit à des règles précises comme la pratique du Wushu. Il nous faudra les assimiler mais aussi les pratiquer pour mieux les oublier, illustrant ainsi les trois phases qui balisent tout apprentissage: apprendre les règles, les appli-

quer, et les oublier. Ainsi l'ordre de traçage des traits est-il orchestré par une règle immuable: d'abord les traits horizontaux, puis les traits verticaux, ceux de droite, puis de gauche. L'ordre se définit par: haut, bas, gauche, droite que l'on peut mettre en parallèle avec l'architecture du corps humain en matière énergétique: les points *Baihui* (les cent réunions en haut) et *Huiyin* (fond de la mer en bas), le Yang à gauche, le Yin à droite. On peut également comparer ces éléments avec les différentes composantes qui constituent l'apprentissage du Wushu: les techniques de base (*Jibengong*) qui constituent l'horizontalité, la norme et les règles d'exécution technique; les enchaînements codifiés (*Zu he lian xi*) qui symbolisent la verticalité représentée par l'empilement des techniques de base, et les formes (*Taolu*) qui sont situées à droite, car être adroit est important dans la codification d'un savoir et les applications martiales (*Gong fang ji shu*) qui représentent l'aspect dynamisant de la technique en duo, placé du côté Yang, soit à gauche. L'assemblage des traits commence ainsi dans un ordre précis et aboutit à la construction d'un idéogramme tout comme l'assemblage des qualités développées par les exercices du Wushu.

#### Les règles de la Calligraphie et du Wushu

Un idéogramme qui a du « caractère » répond à cinq conditions essentielles: équilibre, symétrie, priorité, harmonisation, variation. Un pratiquant de Wushu qui veut atteindre le Gong Fu (le « savoir-faire ») doit respecter les cinq exigences de la pratique qui portent sur les trois piliers fondamentaux que sont le physique, la technique et l'éthique.



Déplacez la jambe en avançant: *Shangbu*.

Dérivez la technique *Ban mabu* en brossant le genou: *Lou xi*.

Finalisez le mouvement de frappe de la paume: *Gongbu Tui zhang*.

Ci-dessus, Roger Itier. Comme un artiste créant son œuvre, le pratiquant de Taiji trace dans l'espace un trait éphémère qui imprègne son âme. Le calligraphe quant à lui matérialise sur le papier l'essence de son être. Voici un enchaînement en cinq traits pour donner une âme et du caractère à votre calligraphie et à votre Wushu: « Brosser le genou », un mouvement de base de l'école Yang. C'est en quelque sorte pour le pratiquant ou le calligraphe l'entraînement aux traits verticaux, horizontaux qui en s'entremêlant donneront un « caractère » achevé et une technique accomplie: *Gong Fu*.

- L'équilibre: dans la construction d'un idéogramme, il est vital que celui-ci soit équilibré; trait vertical et trait horizontal doivent être convenablement placés. Le centre de gravité ou « Milieu du cœur » se situe sur la verticale. Dans le Wushu, l'équilibre est possible grâce à plusieurs paramètres:

la colonne céleste verticale (haut et bas), l'axe de sustentation (yin-yang), horizontal (avant/arrière, gauche/droite), le centrage du centre de gravité.

- La symétrie: les traits doivent être disposés de manière harmonieuse, tant pour ce qui est des espaces entre eux, que du point de vue de la taille, de l'épaisseur et de la longueur. Ils seront épais, robustes et étirés ou minces, serrés et vigoureux, selon leur nombre. L'espace entre les traits doit être équilibré ainsi que la proportion entre eux. Les techniques doivent elles aussi être harmonieuses et bien proportionnées: le haut et le bas du corps bien équilibrés tant dans la force que dans le placement; la gauche et la droite en harmonie; l'avant et l'arrière de la posture équilibrées. Dans les styles internes, on dit pour les meilleurs experts qu'ils sont capables d'envoyer la force dans les six directions et dans l'externe dans les quatre.

- La priorité: dans la structure d'un caractère, il y a parfois une grosse disproportion entre la gauche et la droite, les parties supérieure et inférieure, également une grande diversité de taille et de hauteur. Il faut veiller à ce que les différentes parties soient reliées de façon appropriée. L'objectif consiste à prioriser le principal de l'accessoire, sans toutefois briser l'unité entre les différentes parties. En Wushu,

il faut également savoir « prioriser » les actions en connaissant la structure intime du mouvement et de la force qui l'anime. Les sections distales (sièges des sorties de force), médianes (équilibre de la force) et proximales (racine de la force) sont tour à tour le commandant du mouvement.

- L'harmonisation: dans la calligraphie, l'harmonie d'un caractère est liée à l'épaisseur, la longueur, la hauteur, l'équilibre entre la gauche et la droite, le haut et le bas du caractère. L'harmonisation des caractères entre eux est aussi très importante. La cohérence de l'ensemble des caractères d'un texte, surtout si c'est un poème, produit l'esthétisme. N'oublions pas qu'un caractère est formé souvent de plusieurs idéogrammes. En Wushu, la coordination des différents segments du corps pour les activités externes et l'Esprit, la volonté et le souffle pour les activités internes doivent être en harmonie.

- La variation: même si les règles doivent être respectées, il n'en demeure pas moins que dans certaines circonstances, il nous faut composer une nouvelle harmonie afin de nous adapter à l'environnement ou à la nature des idéogrammes qui composent un caractère. En Wushu, la variation est liée aux changements de l'environnement (sol, espace, adversaires...).

En conclusion, vous initier au raffinement et à la précision de la calligraphie améliorera la qualité de votre Wushu et vous initier au Wushu donnera du volume à votre trait.

Pour plus d'infos, consulter le carnet d'adresses p. 66.

**Apprendre  
les règles,  
les appliquer,  
les oublier.**

## PORTRAIT

Né en 1960, Roger Itier commence la pratique des arts martiaux dès l'âge de 14 ans. Il obtient au cours de sa carrière d'athlète plusieurs titres de Champion de France, d'Europe jusqu'à un titre de Vice-champion du Monde en 1983 à Taïwan. La voie de l'enseignement le conduit à se perfectionner en Asie sous la férule des plus grands maîtres contemporains. Passionné de dessin et des arts picturaux, il enseigne aujourd'hui tous les aspects des arts martiaux chinois. Il est Président de la FWS, Fédération de Wushu.

# Wutao, le miroir du vide

Sur les traces du geste primordial

par Pol Charoy et Imanou Risselard • photo : Jean-Marc Lefèvre  
création graphique : Frédéric Villbrandt

Comment entrer dans le souffle du mouvement ? Comment percevoir le geste « pur » ? La pratique du Wutao propose une pédagogie fondée sur un apprentissage dans le vide, sans partenaire et sans raison apparente. A moins que...



## PORTRAIT

Pol Charoy et Imanou animent les « Ateliers de l'Éveil » avant de fonder ensemble le magazine Génération Tao en 1996. Riches de leurs expériences dans l'art du mouvement, ils créent en 2000 la discipline du Wutao. Ils ont aujourd'hui élaboré toute une gamme d'outils initiatiques pour « éveiller l'âme du corps » qu'ils ont regroupés sous le terme de Trans-analyse. Ils sont également à l'origine de la création du Centre Contemporain d'Arts Corporels Génération Tao.

Notre parcours à travers la pratique et l'enseignement du Wushu — des arts martiaux chinois —, et plus largement des arts corporels et énergétiques, nous a fait aimer chaque jour encore plus le mouvement, et nous a donc conduit chaque jour à l'explorer davantage. C'est de cette manière qu'est né le Wutao, une discipline dans laquelle nous avons voulu cultiver la calligraphie du geste, autrement dit le sentiment profond qu'éveillaient en nous la trace laissée dans l'air par la fluidité, le sentiment et le souffle du mouvement. Ce sentiment était si fort qu'aujourd'hui nous avons souhaité vous présenter une variété de réflexions sur la question et nous espérons que ce voyage vous aura inspiré. Nous avons aussi souhaité prolonger notre exploration du mouvement avec vous en ces termes : quel peut être le secret qui se cache dans la répétition à long terme de gestes dans le vide, sans partenaire et sans raison apparente... Car il est nécessaire de sortir de l'efficaci-

té de l'application martiale ou thérapeutique pour que jaillisse l'espace du geste artistique.

### Ce vide qui nous ramène à l'essentiel

Tout d'abord, une certitude, si le vide reste vide, il n'y a alors aucun intérêt à pratiquer dans le vide. Par contre, si nous réussissons à remplir cet espace de ce « quelque chose » que nous avons déjà tous perçu au détour d'une performance d'un ou d'une artiste, voilà que la pratique dans le vide se révèle fructueuse. C'est d'ailleurs une notion qui en Wutao nous est familière et essentielle, dans tous « les sens » du mot — l'essence —. Parce que face au vide, on se retrouve en face de soi et non en face de l'autre. Ce vide qui nous ramène à l'essentiel. Pour ce faire, ce vide ne doit pas être du vide, mais un vide rempli de notre intention, de notre présence à nous-même. Un peu comme la quête de l'âme artistique d'un danseur, d'un comédien ou d'un peintre qui cherche à remplir ce vide existentiel par sa

créativité. Une créativité qui imprènera avec plus ou moins de qualité et de réussite la scène ou la toile d'une présence le transcendant. Si talent et transcendance il y a, alors tous les spectateurs se retrouvent littéralement imprégnés et ressentent les instants dramatiques des mots et de la chorégraphie, ou bien encore l'effet du jeu des traits et des couleurs d'un tableau.

## L'essence du geste

Ainsi ce vide n'est-il pas du vide, mais un espace à imprégner de Soi. Il nous renvoie le reflet de la présence ou de l'absence de notre âme — de notre *Shen* pour les Chinois —. Devenu « état », il nous rappelle à notre relation au monde où généralement le vide, le rien, nous effraie et nous angoisse. Car peu d'entre nous accepte de rester en présence de cet espace-vidé, plein de rien, comme le fameux « vide » scénique qu'il nous faut affronter, rencontrer et traverser pour donner naissance à l'état clownesque. Cet état grâce auquel le vrai clown peut alors émerger comme par miracle. Le Wutao propose de se mouvoir dans ces espaces et de sentir l'efficacité d'un geste, qu'il soit martial, sentiment ou calligraphie, sans rechercher à être spécifiquement efficace en art du combat, de représentation ou en art de santé. Car toutes ces intentions, aussi louables soit-elles, nous éloignent, nous semble-t-il, de la perception du geste « pur » ; geste qui pour être pur doit se défaire de toute intention égotique. Alors le geste peut se remplir de son sens artistique ou de sentiment, à l'image des œuvres picturales et des calligraphies des grands peintres.

## Donner du sens, de la conscience

Se mouvoir dans le vide sans raison apparente nous conduit ainsi à développer et à renforcer notre imaginaire et notre force d'intention. Cela donne du sens au geste que nous réalisons par notre propre pouvoir personnel, soit en le remplissant d'un sentiment martial ou poétique, soit en ayant une recherche uniquement picturale de gestes calligraphiés. Des gestes calligraphiques dessinés sur la toile de vie que représente l'espace dans lequel nous évoluons. Attention, nous le répétons, réaliser des gestes dans le vide, vide de sens, est une perte de temps. Mais le sens prend forme quand nous répétons des formes gestuelles en visualisant leurs traces devenues de véritables calligraphies de gestes, quand nous vérifions leurs courbes, quand nous sentons les appuis des pleins et des déliés jusqu'au bout de nos doigts devenus dans cet instant privilégié de véritables pinceaux de soie. Oui, voir ces traces émerger de nous, devenir de véritables calligraphies de gestes, suspendues dans l'espace, aiguillant tour à tour notre capacité à nous

maintenir en équilibre dans l'instant présent, écoutant le son et la résonance de nos gestes, nous fait progresser techniquement au-delà de nos espérances.

## La pédagogie du geste

Voilà pourquoi en Wutao notre pédagogie commence dans un premier temps par une pratique dans un espace laissé vide de volonté égotique afin de découvrir de quoi est faite notre intention. Ensuite seulement nous pourrions investir cet espace et ainsi donner une qualité de geste particulière, où l'âme du corps s'éveille. Alors s'ouvre le chemin à l'inspiration de gestes primordiaux, d'émotions immémoriales comme celles du recueillement, de la prière, de l'amour ou de la célébration... Maintenant seulement vous commencez peut être à percevoir ce qu'est le Wutao. Eveiller son corps au sacré, c'est bien de cela qu'il s'agit !

Pour en savoir plus, consulter le carnet d'adresses p. 66.

*Pour que  
jaillisse l'espace  
du geste  
artistique.*

## LE WUTAO

Le Wutao est né au cours de l'année 2000. En chinois, Wutao s'écrit avec deux idéogrammes : Wu pour « danse » et Tao qui évoque l'idée de cheminer (Voie). Ainsi Wutao pourrait être traduit par « Voie » ou « Danse de la vie ».

Les principes de base de la discipline sont fondés sur la prise de conscience du mouvement pulsatoire et ondulatoire primordial de la colonne vertébrale. Le déploiement de cette onde — du centre à la périphérie et de la périphérie au centre — donne naissance à des mouvements calligraphiés. Associée à la libération du souffle et de la respiration pulmonaire, l'onde permet d'accéder au sentiment du geste et à la fluidité du mouvement. La conscientisation du rôle du bassin dans le mouvement permet également d'asseoir un enracinement nécessaire au lâcher-prise et prédispose à une meilleure perception de soi dans l'espace. Cet ancrage au sol fait apparaître le mouvement interne dans un défroissage subtil et délicat des spirales des fascias.

Les mouvements spirales et les torsions étant l'expression naturelle de notre corps, à la fois physique et énergétique, leur exploration donne alors un nouvel élan au mouvement. C'est le passage d'une immobilité apparente aux déplacements spirales, et à une plus grande mobilité des hanches. Ainsi après avoir intégré le lâcher-prise, l'enracinement, le mouvement spirale, et la conscience de nos axes, nous retrouvons l'espace du geste spontané et découvrons l'instant juste du déplacement. Et grâce à l'écoute du sentiment présent, nous pouvons progresser dans des évolutions d'enchaînements qui relient les différents espaces, en évoluant alternativement au sol ou en position verticale.