



La famille et la société en Chine

L'idéal généralement reconnu de la vie familiale consistait à réunir quatre générations sous le même toit. C'était rarement le cas en pratique mais il était courant que plusieurs fils habitent ensemble la maison de famille. Quand l'un d'eux se mariait, sa femme quittait sa propre maison pour s'installer chez lui.

La famille comprenait les ancêtres, dont la « présence » était vitale. De même qu'elle se projetait ainsi dans le passé, la famille se projetait aussi dans l'avenir : engendrer des héritiers mâles était un devoir incontournable. Confucius affirmait : « Il y a trois façons d'enfreindre le devoir de piété filiale et, des trois, le pire est de ne pas engendrer de descendants. » Si la manière usuelle ne donnait pas de résultats, les familles pouvaient recourir à l'adoption ou, chez les riches, au concubinage.

La cohésion familiale était entretenue par des rites, dont le plus simple consistait à brûler de l'encens et à s'incliner, matin et soir, devant un portrait d'ancêtre ou une tablette portant son nom. La fumée de l'encens flottant dans l'air symbolisait le contact avec l'esprit de l'ancêtre. Des cérémonies plus complexes avaient lieu certains jours, par exemple aux anniversaires et aux obsèques. Tous les parents, en commençant par le chef de famille, suivaient par les autres dans l'ordre de présence, priaient et se prosternaient devant le portrait ou la

tablette de l'ancêtre. C'étaient les plus récemment décédés et le plus ancien ancêtre connu qui recevait généralement le plus d'attentions. La famille faisait aussi des offrandes d'aliments, que l'on consommait après la cérémonie.

Les familles se regroupaient en clans, qui comprenaient toutes les familles de même nom vivant dans le district. De grandes cérémonies claniques avaient lieu régulièrement, notamment en l'honneur du patriarche censé avoir fondé le clan local. Certaines d'entre elles, qui comprenaient le sacrifice d'animaux, se tenaient dans le temple des ancêtres du clan, où figuraient leurs portraits remontant à des générations. Parfois, le clan possédait des terres dont le revenu contribuait à payer les dépenses entraînées par ces cérémonies et les banquets qui les suivaient nécessairement.



Stage de Kung-fu d'été

Cette année le stage de fin d'année se déroulera du vendredi 1 au dimanche 3 juillet 2016 de 9h30 à 12h et de 14h à 17h certainement au Wuguan. Ce stage sera encadré par Cissou et sera ouvert à tous les pratiquants des sections Kung-fu du CAMC.

La partie commune :

- Échauffement, étirements, souplesse
- Travail de Musculation (séries d'abdos, pompes, mouvement du chat...)
- Travail de cardio (série de coups de pied, de coup de poing et de balayages...)

La partie au choix :

- Partie combat (applications avec partenaire, travail de déplacement, travail avec pao ...)
- Partie Taolu à mains nues (apprentissage du style de l'aigle d'or)

Prix du stage 40 €

Pensez à apporter un casse-croûte pour 12h. et à réserver auprès de votre enseignant référent.

Stage de Tai Ji d'été

Les samedi et dimanche 25-26 juin de 9h00 à 12h15 et de 14h00 à 17h15 en extérieur bien sûr, donc prévoyez une bonne paire de tennis, de quoi vous hydrater et casser la croûte.

Au programme :

- Qi Gong : pratique méditative des méridiens curieux et méditation assise (respiration inversée et profonde) après chaque exercice (Tai Chi compris).
- Tai Chi : style Wu en accentuant le travail sur les différents coups de pied (souplesse, équilibre, stabilité) et Tui Shou.

Prix du stage 40 €

Pensez réserver auprès de votre enseignant référent.

Restez au contact

www.kungfufrance.com

facebook : CAMC

Bulletin du CAMC

Le magazine du Conservatoire des Arts Martiaux Chinois d'Aix-en-Provence Hors-série 2015-2016

La Grande Muraille

長城



Idéogrammes
du Wuguan

Philosophie
La voie du Tao

Chine
La structure familiale

Dire que le Conservatoire des arts martiaux chinois n'a pour seul objectif que l'enseignement du Kung-Fu, du Tai Ji Quan et du Qi Gong serait à la fois imparfait et réducteur. Même s'il est vrai que la pratique des arts martiaux est au cœur des activités de la Maison du Tao, elle est aussi - pour ne pas dire surtout - un vecteur permettant la rencontre avec la culture chinoise dans son ensemble. Les arts martiaux chinois et la culture chinoise sont très difficilement dissociables. Les créations des différents styles de kung-fu s'inscrivent dans des époques plus ou moins précises, marquées par des événements parfois ciblés (renversements de dynasties, guerres, révoltes, révolutions, famine) ou par des évolutions sociétales moins visibles sur le court terme (modernisation de l'agriculture, découvertes scientifiques, médicales, déplacement des populations, urbanisation, exode rural, évolution des langues et rencontres entre minorités). C'est dans ces divers contextes que les arts martiaux chinois ont évolué. À l'image de la société chinoise, le kung-fu a su s'adapter. C'est parce que la culture et la philosophie chinoises sont consubstantielles à ce qui fait l'essence même des arts martiaux qu'un bon pratiquant ne peut les ignorer. Pour toutes ces raisons, il nous a semblé cohérent et salutaire de vous proposer un numéro hors série du bulletin du CAMC centré sur quelques aspects de la culture chinoise. Jean-François Rapelli, professeur de français et chinois, nous proposera une traduction des idéogrammes visibles dans les différentes pièces de la maison du Tao et dont le sens était - jusqu'à aujourd'hui - un mystère !

LA VOIE DU TAO



Maître JUNG Yung Hwan

Le taoïsme englobe une grande variété d'idées et de pratiques qui ont imprégné la société chinoise à tous les niveaux. Ses concepts s'expriment dans des méditations sur la cosmologie et dans une philosophie spiritualiste qui fournit des points de repères aux milieux dirigeants, ainsi que dans une abondante littérature qui enseigne les méthodes pour atteindre la longévité, voire l'immortalité. On en distingue communément deux aspects : le « taoïsme philosophique », qui fait référence aux écrits des anciens maîtres et de leurs commentateurs, et le « taoïsme religieux », qui se caractérise par le culte ritualiste du Tao et par la recherche de l'immortalité.

Au cœur du taoïsme, il y a les enseignements du sage **Laozi** (ou Lao-tseu, c'est-à-dire « ancien maître »), tels que les rapporte le **Daodejing** (ou Tao Te King, c'est-à-dire le Livre de la Voie et de sa vertu). On sait peu de choses au sujet de **Laozi**. La tradition veut qu'il ait été archiviste royal au VI^e siècle av. J.-C. et qu'il ait instruit Confucius en matière de rites. On dit aussi que la vie de cour l'aurait déçu et qu'il se serait rendu à dos de buffle dans les montagnes occidentales. Sur la frontière, un garde lui aurait demandé de l'enseigner, et le **Daodejing** serait le résultat de cette requête. Ce texte est aussi appelé le **Laozi** mais on pense que, dans son état actuel, il représente le travail de plusieurs auteurs. Relativement bref, il est écrit dans un style mystique et allusif, malaisé à traduire.

Le mot **dao** (ou tao) signifie « voie » ou « sentier ». Il s'applique à plusieurs traditions philosophico-religieuses chinoises. Dans le **Daodejing**, il est élevé au rang d'un principe

cosmique, le **Tao**, aspect primordial et éternel de l'univers qui sous-tend toute création, toute diversité, toute forme. Sans forme lui-même, sans durée, sans limite, le **Tao** fait apparaître le yin et le yang, engendre et maintient « toute chose ». L'univers est dans un état de fluidité permanente ; tout commence par le **Tao** immuable et tout y retourne, en un flux et reflux éternel. **Laozi** conseille de puiser sa force dans le rythme de cette pulsation cosmique, en « ne faisant rien » qui soit contraire à son mouvement naturel. De cette manière, tout peut se faire spontanément, au gré de la nature. Le **Daodejing** illustre cette puissance subtile mais inexorable en donnant des exemples de choses « faibles et soumises » qui viennent à bout de choses « fortes et dures » : ainsi, l'eau finit toujours par creuser la pierre la plus dure.

Le **Daodejing** est aussi un traité de bon gouvernement. Pour **Laozi**, le souverain idéal est si discret et subtil que le peuple ne se sent pas gouverné, et sa politique élimine les distinctions qui sont causes de jalousie et de mécontentement, de telle sorte que plus personne n'ait de désirs superflus.

L'autre grand texte du taoïsme philosophique est le **Zhuangzi**, ainsi intitulé du nom de son auteur, **Zhuangzi** (« maître Zhuang ») ou **Zhuang Zhou**, qui vécut au IV^e siècle av. J.-C. Son œuvre ne s'adresse pas seulement au souverain, mais à tout individu. **Zhuangzi** s'émerveille des manifestations infinies du Tao et de son extranéité aux valeurs humaines. Il médite sur la nature de la réalité et réfléchit sur les variations et transformations infinies qui affectent la vie mais aussi la mort, qu'il considère comme la fusion avec le Tao. **Zhuangzi** parle des « immortels », individus parfaits qui vivent dans les montagnes, se nourrissent du vent, boivent la rosée et ont l'expérience du vol extatique. De telles idées sont devenues centrales dans la tradition du taoïsme religieux.



LA GRANDE MURAILLE

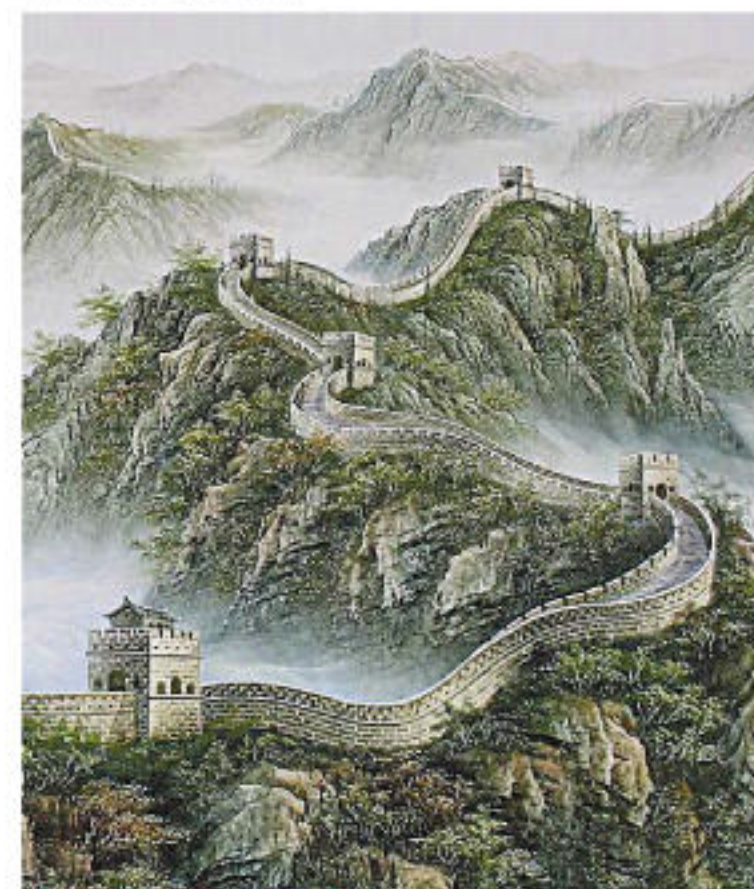


La Grande Muraille est à la fois le plus grand monument de Chine et l'un de ses symboles les plus puissants. Appelée en chinois la « muraille longue de dix mille li », elle a captivé l'imagination, tant des chinois que des étrangers, tout au long des siècles : on a dit qu'elle était la seule construction humaine visible de la Lune. Toutefois son nom chinois ne traduit pas une mesure exacte (un li vaut à peu près 500 mètres) : il exprime seulement l'immensité apparemment infinie de la muraille qui barre l'horizon d'est en ouest. Au premier millénaire av. J.-C., pendant la période des Printemps et Automnes (v. 770-475 av. J.-C.), des États féodaux firent bâtir sur leurs frontières des murs défensifs, dont certains s'étendaient sur plusieurs centaines de kilomètres. Pendant la période suivante, celle des Royaumes combattants (v. 476-221 av. J.-C.), on élèvera des murs plus hauts, plus longs et mieux fortifiés. Cependant le personnage le plus souvent associé à la Grande Muraille est le Premier Empereur, **Qin Shihuangdi**, qui unifia les États chinois en 221 av. J.-C. Son projet de construction le plus ambitieux a consisté à relier entre elles les différentes défenses existantes autour de villes et sur des frontières d'État pour former une muraille unique, complétée de forts et de tours de guet, laquelle séparait la civilisation chinoise de ses voisins « barbares » du Nord. Également soucieux de protéger la Chine des attaques et des influences extérieures, ses successeurs immédiats, **les empereurs Han**, poursuivirent la construction et le renforcement de la muraille, surtout en Chine du Nord. Ils équipèrent les tours de feux d'alarme, pour que les garnisons puissent envoyer des messages urgents par signaux fumés. On a estimé que, vers la fin de la dynastie Han, en 220 de notre ère, plus de 10000 kilomètres de fortifications avaient été construits.

Les dynasties suivantes entreprirent des réparations à la muraille, et l'on érigea quelques monuments remarquables, comme la porte de marbre blanc dite **Juyongguan** (« passage de la terrasse des Nuages »), quelque 60 kilomètres au nord de la Cité interdite ; bâtie entre 1340 et 1350 par la dynastie mongole (**Yuan**), elle fut restaurée par la suivante, celle des Ming. **Les empereurs Ming** se consacrèrent eux aussi à la fortification de la frontière nord, et ce qu'on voit aujourd'hui de la Grande Muraille est essentiellement **Ming**.

Sous la dernière dynastie, celle des **Qing**, tant les constructions que les réparations s'interrompirent. Les empereurs **Qing** étaient Mandchous, donc venus du nord, d'au-delà de la Muraille. Ils étaient de ceux que les **Ming** et les dynasties antérieures avaient voulu empêcher d'entrer en Chine. Laisser la Muraille tomber en ruine symbolisait l'incorporation au sein de l'empire des Mandchous et des autres peuples non chinois du Nord.

Pour ce qui est de l'ingénierie et de la logistique, la construction de la Grande Muraille est une réalisation stupéfiante. Quantité de contes et de légendes existent en rappelant les péripéties, ainsi que les souffrances de ceux qui y ont travaillé. Il a fallu une organisation permanente, à l'échelon national, pour transporter les quantités de matériaux et d'outils nécessaires aux chantiers. Avant les **Ming**, dans l'Est, et sous eux, au nord de la Chine occidentale, les matériaux de construction locaux ont été exploités dans la mesure du possible.





L'art est un champ sans borne 藝無涯

LES MURS DE LA MAISON DU TAO VOUS PARLENT !

La pratique traditionnelle des arts martiaux se différencie de celle des sports de combat ou de la gymnastique par, entre autre, l'influence culturelle et spirituelle couplées à un travail de développement de l'énergie interne prenant, notamment, un aspect prophylactique.

À l'origine, en Chine, l'art du combat était uniquement pratiqué par des militaires armés. La pratique à mains nues s'est développée plus tard. À ce titre, on présente souvent, à tort, le Monastère de Shaolin comme étant le berceau des arts martiaux chinois, même si par la suite son influence fut significative. À noter que certains paysans eurent aussi, par la suite, une influence non négligeable sur l'évolution des arts martiaux chinois en développant le maniement de leurs outils et du matériel utilisé dans les champs. Dans la tradition chinoise, japonaise et même indienne, les nombreuses et diverses écoles d'arts martiaux dépassent en réalité le seul aspect martial.

Elles sont aussi considérées comme des « temples » où sont transmis des enseignements philosophiques et spirituels comme le bouddhisme, taoïsme et confucianisme...etc. Les murs de la maison du Tao se devaient donc de le rappeler avec ces quelques calligraphies de qualité, magistralement exécutées par Monsieur Huan, calligraphe chinois, dont vous pouvez admirer et acheter les œuvres à la Rotonde ou sur la place du Palais de justice d'Aix-en-Provence les jours de marchés.

SALLE DU TIGRE

精氣神 (Jing Qi Shen) « *L'essence, le souffle, l'esprit* »
Plus précisément « *Jing* : l'essence; *Qi* : le souffle vital/l'énergie interne ou bioélectrique; *Shen* : l'esprit », "la trinité" de la pratique interne. À noter que l'étymologie du caractère *Qi* représente de la vapeur qui s'échappe d'un grain de riz sous l'effet de la cuisson (comme lorsque vous fumez sous l'effet de la transpiration en hiver).



從無到有, 從有到無

(cong wu dao you, cong you dao wu)

Littéralement, cette maxime à la fois **Chan** et Taoïste, signifie : « **du rien au tout, du tout au rien** » ou bien « de la vacuité on prend forme, et de la forme on retourne à la vacuité ». Il est possible de faire le parallèle avec la naissance et la mort de toute chose, de l'univers ou tout simplement avec la course du soleil qui, une fois son zénith atteint, décroît. L'aspect cyclique du temps, l'impermanence et la transformation constante de l'espace et de la matière. 無 **Wu** c'est la permanence, la non-dualité symbolisée par un cercle blanc, 有 **You** représente le **Taiji** 太極 (le symbole du **Yin-Yang** 陰陽) la dualité, l'impermanence.



武德 (Wu De) « *La vertu ou moralité martiale* »



Ces deux caractères, souvent présents dans les écoles, regroupent, sous une forte influence confucianiste : le code d'honneur, les règles et le rituel, le respect de la hiérarchie, la fraternité et la piété filiale dû au maître apparenté au père, ainsi que l'aspect familial des arts martiaux.

動中有靜, 靜中有動

(dong zhong you jing, jing zhong you dong)

« *Au milieu de l'action se trouve le calme, au cœur du calme il y a l'action* »

Cette maxime d'influence **Chan** (Zen), bien connue dans le monde des arts martiaux, rappelle le détachement nécessaire vis-à-vis du monde matériel et sensoriel. Le développement de l'équanimité par la pratique de la méditation **Chan** est aussi au cœur de cette maxime.



Ce dicton taoïste que l'on retrouve dans une large mesure dans la culture shintoïste au Japon, signifie : « Dans chaque goutte de sang il y a l'univers entier » ou plus littéralement « l'Un est dans le Tout (**le Tao**) et le Tout se trouve dans l'Un. » D'un point de vue martial et grâce, notamment, à la méditation, cette maxime prend tout son sens. La dépersonnification est au centre de cette dernière. Indépendamment des arts martiaux, le but ultime de la méditation est de se détacher de l'identification au corps pour se fondre dans le Tout, l'Univers, **le Tao** 道. Reste alors ce qui est permanent en nous. Notre esprit, d'un point de vue taoïste, n'est qu'une infime, et incomplète, partie du **Tao**, comme le reflet d'une seule et même lune sur d'innombrables rivières, lacs et étangs. Le **Tao** est à l'homme ce que l'eau est au poisson. Appliquée au combat, cette philosophie taoïste, reviendrait à tenter de ne faire qu'« Un » avec son adversaire et l'environnement ambiant : c'est-à-dire le Tout, l'Absolu, le **Tao**.

武道 (Wu Dao) « *La voie des arts martiaux* »

Le caractère **Wu** 武 est constitué de deux éléments : **Zhi** 止 (cesser, arrêter) et **Ge** 戈 (lance, harpon, hallebarde) et implique les armes en général. La signification des arts martiaux dans la culture chinoise est donc de « cesser (l'usage des) armes comme (voie)

martiale » : **zhi ge wei wu** 止戈為武.

L'influence du **Chan** (Zen) dans les arts martiaux se retrouve aussi dans la non identification à l'égo limitée par le corps et la personnalité qui, en se diluant comme dans l'eau, ne fait qu'un avec le **Tao**. Notre véritable nature **Zhenxing** 真性 n'a, dans l'absolu, jamais été séparée du Tao et doit donc ne faire qu'un avec l'adversaire et la situation.

Le fait de dépasser son rapport naturel aux cinq sens par la pratique, notamment, de la méditation, permet d'élargir son ressenti et sa conscience dans son rapport au monde au-delà de notre enveloppe corporelle limitée. C'est l'idée véhiculée dans ces quelques vers que l'on attribue au bonze **Takuan**, maître Zen, relatifs au plus célèbre des samourais japonais **Miyamoto Musashi** :

被一片葉子迷惑的話就看不到樹, 被一樹迷惑的話就看不到森林。別把心留在任何地方, 在不知不覺, 就會看到全部, 這才叫做「看」

« Si tu es troublé par une feuille alors tu ne verras pas l'arbre. Si tu es troublé par un arbre alors tu ne verras pas la forêt. Ne laisse pas ton esprit (ton cœur) n'importe où, et au moment où tu t'y attendras le moins, alors tu verras le tout. Cela, seulement, s'appelle « voir ». »

Leçon du bonze **Takuan** donnée à **Musashi**, tirée du manga « Vagabond » qui est lui-même une adaptation du chef d'œuvre de la littérature japonaise, l'une des « bibles » des pratiquants d'arts martiaux : **La pierre et la sabre et La parfaite lumière**.

