

Bulletin du CAMC

Le magazine du Conservatoire des Arts Martiaux Chinois d'Aix-en-Provence n°3 année 2018-2019



La lance ivre (槍醉)



Roman
de Wu Cheng'en

Portrait
Maître Sun Lutang

Passage
de grade

LE MOT DU PRÉSIDENT :

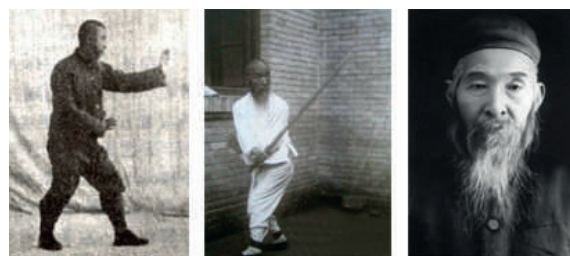
L'année 2018-2019 fut riche pour le CAMC ! De nouveaux projets ont vu le jour et d'autres ont commencé à germer. La diversité des stages proposés témoigne de notre volonté de renouveler chaque année notre offre de formation. Il est important pour nous de vous dévoiler une palette de styles la plus large possible. Vous pourrez ainsi vous orienter et vous spécialiser vers les styles qui vous plaisent et vous correspondent le plus. C'est aussi pour cela que nous mettons tout en œuvre pour vous ouvrir les portes de stages dispensés par de grands maîtres de Kungfu et de Tai Ji Quan. Si Maître Zhang Ke Zhi et Maître Li Quan ont déjà eu l'occasion de venir à Aix-en-Provence pour vous transmettre leur art, l'année à venir fait état de nouveaux intervenants extérieurs, et pas des moindres ! Maître Jung Yong Hwan proposera de nouveaux stages dès l'été 2019 ainsi que plusieurs interventions au CAMC au cours de l'année. Nous sommes très fiers de vous annoncer la venue, au printemps prochain, de Maître Song (frère de Kungfu de Maître Jung), spécialiste du Tang Lang Quan (boxe de la mante religieuse) qui viendra de Chicago pour vous transmettre son art lors d'un stage exceptionnel ! Le CAMC s'associe aussi à la venue du grand Maître Wang Mu Yin, descendant officiel de la lignée du style Wu de Tai Ji Quan, qui proposera de vous initier à son art et de vous faire progresser. Une série de stages de Tuina (massages traditionnels chinois) sera aussi proposée par Cissou et moi-même. D'ici là, bonnes vacances d'été à toutes et tous !

Romain MICALET,
Président du CAMC

SUN LUTANG : le paragon du courant interne

Sun Lutang (1861-1933) est considéré comme le maître incontesté des trois écoles majeures du courant interne (les boxes **Xingyi**, **Bagua** et **Taiji**) dont il fut le premier à opérer la synthèse. Ce fils de fermiers, né en 1861 dans le district de Wan de la province du Hebei, aurait pourtant dû achever misérablement son existence alors qu'il n'était âgé que d'une douzaine d'années. Peu de temps auparavant, la disparition prématurée de son père ne lui avait laissé d'autre choix que de s'engager comme serviteur dans la maison d'un riche propriétaire terrien. Renvoyé à la suite d'un conflit avec un parent de son employeur, il fut réduit à la mendicité. Désespéré de ne pouvoir subvenir aux besoins de sa mère, l'adolescent tenta alors de se pendre. Alertés par ses râles, deux passants le délivrèrent d'une mort imminente. Sauvé, il se trouva gratifié d'un petit pécule qui devait permettre aux Sun de gagner la ville de Baoding où un parent tenait une boutique vendant du matériel de calligraphie. Pour le jeune miraculé, un destin d'exception allait pouvoir se réaliser. Dès son plus jeune âge, Sun Lutang avait manifesté deux prédispositions, l'une pour l'étude, l'autre pour la pratique des arts-martiaux qu'il découvrit en assistant aux exercices d'une milice villageoise. On ignore tout de son premier professeur, un certain **Wu**, vraisemblablement expert en boxe Shaolin. À **Baoding**, sa bonne étoile lui permit de rencontrer deux hommes qui allaient prendre son éducation en main : le lettré **Zhang Rui** qui lui enseigna la calligraphie et le maître **Li Kuiyan** de la

boxe **Xingyi**. Sous la férule de ce dernier, il s'exerça pendant sept ans consacrant la première année à la pratique d'une seule posture (celle dite « des trois principes » **San Shi Bu**) dans laquelle, chaque jour, il devait se tenir immobile pendant plusieurs heures. N'ayant finalement plus rien à lui apprendre, ce dernier le recommanda à son propre maître, le redoutable **Guo Yunshen** dont la puissance du coup de poing direct « beng quan » est restée dans les annales. Une légende prétend que **Guo** affronta le fondateur du **Bagua Zhang**, **Dong Haichuan** (1813-1882), au cours d'un duel homérique qui aurait duré trois jours ! En réalité, **Guo** ne rencontra jamais **Dong Haichuan**. Intrigué par la renommée du maître de **Bagua Zhang** dans la capitale, il s'y rendit pour rencontrer **Cheng Tinghua**, un disciple de ce dernier, originaire de la même région que lui. Agacé par les propos de son compatriote qui essayait de le dissuader de lancer son défi, **Guo**, qui était prodigue de son fameux coup de poing, l'attaqua subitement. L'aisance avec laquelle l'interlocuteur esquiva cette technique dévastatrice dissuada **Guo** d'aller plus loin. De cette entrevue musclée naquit une amitié durable qui eut pour conséquence d'ouvrir à **Sun Lutang** les portes de l'école **Cheng**.



PASSAGE DE GRADE DES KUNG-FU KIDS !

Le passage de grade est toujours un événement particulier dans la vie d'un pratiquant. Il permet d'évaluer sa progression et d'afficher sa maîtrise au travers du grade obtenu. Les enfants n'échappent pas à cette règle. Le passage de grade des Kung-fu Kids se veut donc une conception moderne dans son approche pédagogique à l'enfant, tout en conservant les valeurs ancestrales des arts martiaux chinois qui sont le courage, le respect, la solidarité et l'humilité. Le programme a été conçu pour développer progressivement leurs capacités physiques et mentales dans des conditions optimales de sécurité. Une approche ludique des arts martiaux leur permet de développer sa psychomotricité. Au travers de différentes capacités à acquérir c'est la découverte, du corps de l'enfant, en

utilisant comme base les déplacements des animaux, le crocodile, le crabe... ou encore des parcours. La variété pédagogique permet à tout enfants de progresser à son rythme afin d'acquérir les capacités nécessaires (équilibre, distance..) pour passer au grade suivant. Chaque grade correspond à la maîtrise de 4 capacités nécessaires à maîtriser pour présenter le grade suivant. Ces capacités ont été pensées afin que le jeune pratiquant puisse progresser le plus naturellement possible et développer les aptitudes et réflexes nécessaires au Kung-fu. Même si cet événement reste stressant de base pour l'enfant, il reste une étape nécessaire à son évolution et à sa construction sur le long chemin qu'est celui du Kung-fu.

LA LANCE IVRE (ZUI QIANG - 槍醉)



Le style de l'ivresse (醉拳; pinyin: **Zuì Quán**) est une école de kung-fu très atypique. De nombreuses légendes entourent sa création et sa diffusion, la plus importante étant le récit de huit immortels lors d'un banquet dans un royaume sous-marin. Après de très nombreuses coupes d'un breuvage alcoolisé, les immortels se retrouvèrent ivres. Profitant de l'état de ces derniers, les gardes du royaume les attaquèrent. À leurs grandes surprises, les immortels réussirent à les repousser malgré leur état d'ivresse très avancé qui deviendra plus tard le style des huit immortels ivres (**Zui ba xian quan** 醉八仙拳). Dans sa forme enseignée depuis plusieurs dizaines d'années, chaque déclinaison de boxe de l'ivresse était censée représenter la personnalité de l'immortel correspondant parmi les huit immortels du panthéon taoïste. Il s'agit donc d'un style de kung-fu mimétique, tout comme les styles animaliers et chacun des mouvements a une signification martiale. Il faut savoir que l'ivresse est un thème lié à la religion taoïste depuis l'antiquité et faisant l'objet d'une danse dédiée : le **Zui Wu**. Divers ouvrages chinois font état d'une forte présence sous la dynastie des **Ming** (1368-1644) ainsi que sous celle des **Qing** (1644-1912). Il existe différentes formes traditionnelles de boxe de l'ivresse : boxe des huit immortels ivres (**zui baxian quan**), boxe du vin blanc (**zui luohan quan**), boxe du fou ivre (**zui dian quan**), boxe du singe ivre (**zui hou quan**), boxe de la mante religieuse ivre (**zui tang lang quan**). Certains de ces styles comportent des armes ayant le même principe de mimétisme d'un homme saoul, mais où chaque mouvement à une signification martiale comme le bâton ivre (**zui gun**), le sabre ivre (**zui dao**), l'épée ivre (**zui jian**) et évidemment la lance ivre (**zui qiang**) »,

La lance ivre est aussi considérée dans le **Zui Ba xian quan** comme la reine des armes. Comme sa cousine, la lance classique en kung-fu, c'est l'arme simple la plus difficile à maîtriser. Cette arme longue à pointe aiguë est connue pour sa polyvalence et sa puissance. Un petit coup peut tuer. Même une personne non experte qui ne sait que pousser en ligne droite est dangereuse avec une lance, car il est difficile de contourner sa longueur. La lance était la principale arme de combat rapproché des armées chinoises, car elle utilise seulement un peu de métal et est donc beaucoup moins chère qu'une épée et beaucoup plus meurtrière qu'un bâton.

Pour toutes ces raisons, nous pouvons mieux comprendre pourquoi il existe aussi une lance ivre. Son utilisation garde les mêmes principes que le style à main nue. L'élément de surprise en est donc la clé du succès pour les combattants munis de cette arme. Imitant les mouvements maladroits et erratiques d'un ivrogne, ils confondent leurs adversaires et cachent leurs attaques. La maîtrise de la lance ivre nécessite une extrême agilité et une maîtrise totale de son corps, car l'art de la lance ivre exige des articulations souples et des mouvements fluides et une coordination parfaite (pour éviter de se blesser soi-même). Comme si la pratique du style à main n'était pas déjà assez dure, le pratiquer avec une arme longue telle que la lance complexifie énormément sa maîtrise. Les mouvements de la lance sont irréguliers et déséquilibrés et les techniques sont très acrobatiques et nécessitent un degré élevé d'habileté, d'équilibre et de coordination. Les réalisations techniques sont créées généralement par la quantité de mouvement et le poids du corps, et l'imitation se fait généralement à travers une certaine fluidité dans les mouvements arme en main. Cette arme, à l'intérieur de l'école des huit immortels ivres, est considérée comme la plus difficile à apprendre en raison des prouesses physiques nécessaires. Pour y exceller, il faut être détendu et passer facilement d'une technique à l'autre. Se balancer, boire et tomber sont des mouvements utilisés pour repousser les adversaires. Lorsque l'adversaire pense que le boxeur ivre est vulnérable, il est en réalité bien équilibré et prêt à attaquer avec sa lance. Quand il siffle une coupe de vin, le pratiquant pratique vraiment les techniques de saisie et de frappe. Les chutes peuvent être utilisées pour éviter les attaques, mais également pour bloquer les attaquants ou encore pour pouvoir atteindre son adversaire plus facilement avec la lance.



Julien, spécialiste de l'ivresse au CAMC



La Pérégrination vers l'Ouest (西遊記) un roman central de la culture chinoise

La Pérégrination vers l'Ouest (西遊記 - **Xī Yóu Jì**) est une œuvre faisant partie des quatre livres extraordinaires. Ces quatre livres extraordinaires de la littérature chinoise sont quatre romans communément considérés comme étant les œuvres de fiction de la Chine prémoderne les plus grandes et les plus influentes. Ces quatre chefs-d'œuvre sont « Les Trois Royaumes - 三國志演義 », « Au bord de l'eau - 水滸傳 », « La Pérégrination vers l'Ouest - 西遊記 » et « le Jin Ping Mei - 金瓶梅 ».

Vraisemblablement écrit (ou compilé) par 吳承恩 **Wú Chéng'ēn** (1500-1582) sous la dynastie 明 **Míng**, La Pérégrination vers l'Ouest narre l'incroyable voyage du moine chinois 三藏 **Sān Zàng** (Tripitaka en français) et de ses disciples vers le Paradis de l'Ouest – c'est-à-dire l'Inde – en quête des écritures bouddhistes au VII^e siècle sous la dynastie 唐 **Táng**.

Wu Cheng'en 吳承恩 (1506 env.-1582) est un écrivain chinois de la dynastie **Ming**. Homme fin et intelligent, d'une très grande érudition, ses écrits furent nombreux et s'étendirent à des domaines variés. Il jouit en son temps d'une très grande renommée, ce qui ne l'empêcha pas toutefois de mourir dans le dénuement et sans descendants : ses manuscrits furent ainsi dispersés et perdus. Il aura fallu attendre le vingtième siècle, et tout le génie de **Lu Xun** pour que la paternité du Voyage en Occident lui soit rendue.

Le thème du Voyage en Occident est la quête des soutras en Inde par le moine bouddhiste **Xuanzang** au VII^e siècle. À partir de ce fait historique, l'auteur imagine un récit haut en couleur. **Xuanzang** aura pour escorte le fameux Sun Wukong (le singe égal au ciel), ainsi que **Zhu Bajie** (Porcet) et **Sha Wujing** (Sablet).

En dépit de cette ligne directrice que constitue ce périple et ses multiples dangers, le récit est centré sur 孫悟空 **Sūn Wùkōng**, le Roi des Singes, contraint bien malgré lui d'escorter le moine jusqu'à sa destination finale. Les frasques du personnage, son caractère attachant et l'évolution de sa personnalité au fur et à mesure de la progression vers l'Ouest en font le véritable héros de l'histoire. Cette œuvre magistrale, mêlant récit et poésie, philosophie et fantastique, est considérée comme l'un des quatre grands romans classiques chinois. Elle en constitue sans doute le plus accessible : les multiples rebondissements du récit, l'omniprésence de l'humour et ses personnages hauts en couleur en font l'histoire idéale pour enchainer les enfants, la qualité de son écriture un support scolaire intéressant pour l'étude littéraire, et la morale et la philosophie sous-jacente ont de quoi contenter les adultes. Elle est ainsi connue de tous en Chine – petits et grands – via de nombreuses adaptations destinées à des publics très variés (versions abrégées, films, séries, bandes dessinées, etc.), il est vrai de qualités parfois très inégales.

Avec La Pérégrination vers l'Ouest ou Le Voyage en Occident, nous touchons à la quintessence du roman chinois. Le Voyage en Occident est à la Chine ce que Don Quichotte est à l'Espagne ou Gargantua à la France.



Salon des Sports

Le CAMC sera présent lors du salon des sports comme chaque année le samedi 7 septembre 2019 et dimanche 8 septembre 2019 de 9h30 à 18h. Des démonstrations seront faites par les élèves du club. Cet événement se déroulera au Complexe sportif du Val de l'Arc à Aix-en-Provence. N'hésitez pas à passer nous faire un coucou !

Reprise des cours

Le Conservatoire des Arts Martiaux Chinois vous informe que la reprise des cours se fera dès le lundi 2 septembre 2019 au Gymnase de la Nativité. Les horaires et les jours ne changent pas. À noter que le lieu de pratique pour les enfants et adolescents sera désormais au Gymnase de la Nativité.

Nouveautés cette année : un atelier arme le jeudi de 18h30 à 19h et un cours combat le vendredi de 18h30 à 20h30.

ASSOGORA

La 41^{ème} édition de l'Assogora, fête des associations et du bénévolat du Pays d'Aix, se déroulera le dimanche 15 septembre 2019 de 10h à 18h. Comme chaque année, le Conservatoire des Arts Martiaux Chinois y tiendra un stand afin de faire découvrir nos activités.

Restez au contact
www.kungfufrance.com

facebook : CAMC