

La Voie  
du Mouvement

# Les *H*éritières du Yongtai

Guerrières du Temple

永泰



A l'âge où les fillettes jouent encore à la poupée, les jeunes guerrières manient déjà les armes avec dextérité.



A l'heure où les nonnes guerrières du Yongtaï déferlent en Occident, les Français se tournent toujours plus nombreux vers l'Orient. Frédéric Pinlet, expert en arts martiaux chinois et auteur d'un documentaire sur le temple du Yongtaï, nous expose sa réalité martiale et nous dévoile le quotidien de ces nonnes légendaires.

Texte & photos : Lætitia Lemaire  
Création graphique : Frédéric Villbrandt

**Le Kung Fu  
n'est pas un  
loisir, c'est une  
hygiène de vie.**



Les nonnes guerrières du Yongtaï ont parcouru notre hexagone pour y accomplir des exploits martiaux que l'on croyait jusqu'alors réservés aux hommes. Du spectacle « Le lotus et l'épée », les médias ont retenu les images spectaculaires d'une femme chinoise qui se brise des barres de fonte sur la tête. Pour le spectateur, cette poignante démonstration brise surtout le mythe de la femme soumise. Au-delà de ce déploiement de force, ces nonnes sont venues nous livrer un message riche d'enseignements. Pour le décoder et analyser l'attrait grandissant des Français pour la culture chinoise, j'ai demandé à Frédéric Pinlet de nous révéler les secrets du Kung Fu de Shaolin et de « lever le voile » sur ces nonnes « pas très catholiques » !

### **Dragon Bleu ou l'école de Kung Fu « à la chinoise »**

Auteur d'un récent documentaire réalisé au Yongtaï et instructeur fédéral de Wushu et de Tai Ji Quan, Frédéric a découvert les arts martiaux chinois sous le ciel de Shaolin. Prestigieuse école dont il est diplômé. Depuis 10 ans, il transmet inlassablement cet art à une bonne centaine de « Dragon Bleu » âgés de 7 à 77 ans : *La naissance de l'École du Dragon Bleu a eu pour moi quelque chose d'émouvant car ce fut le point de départ d'une synergie amenant à imaginer toutes les évolutions possibles.* Le « Dragon Bleu » n'est pas sans évoquer également toute

une symbolique chinoise ! Symbolique du dragon, animal légendaire doté d'un long corps de serpent, d'une tête de cheval surmontée de bois de cerf et de cinq serres d'aigles. Autrefois, réservé aux

(suite p. 38)

## LE QUOTIDIEN AU TEMPLE...



Les jeunes recrues comprennent bien vite qu'au Yongtai, on ne badine avec la discipline.



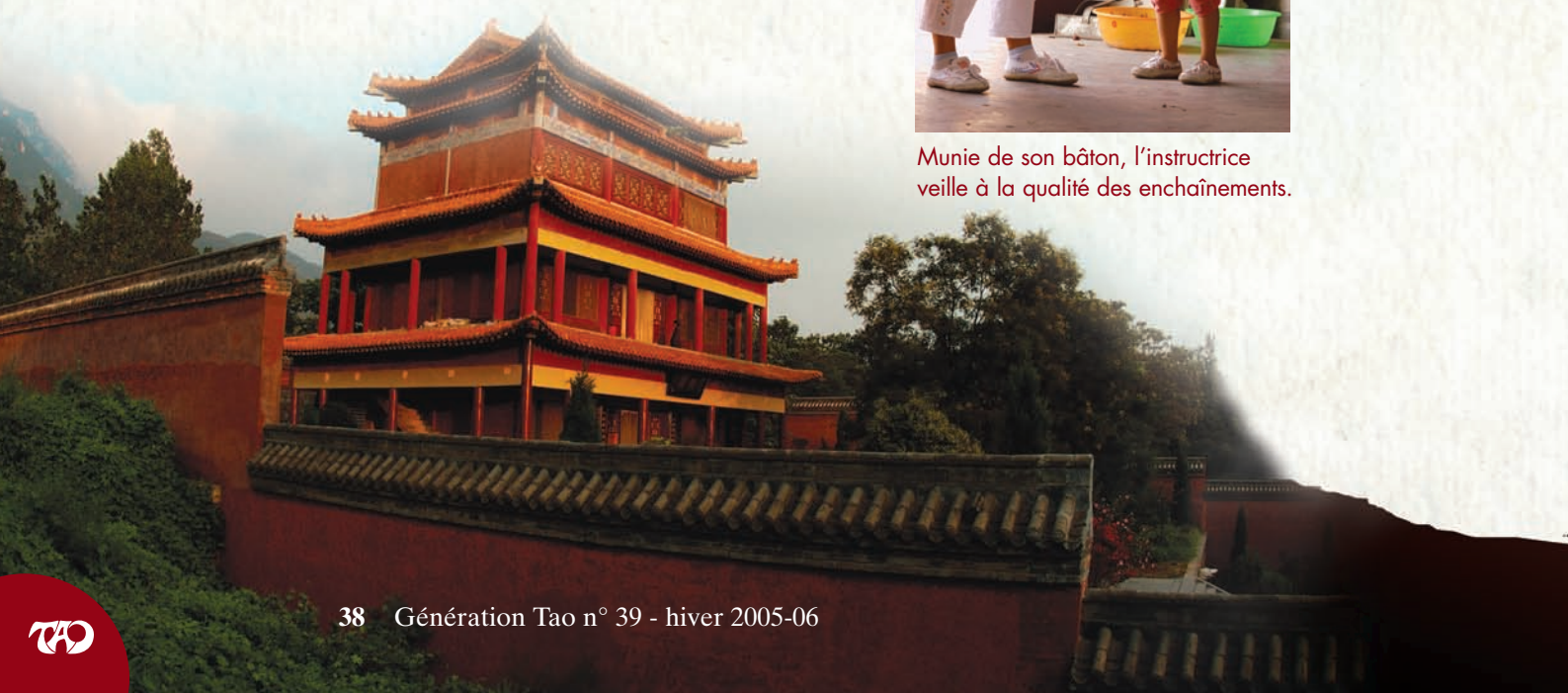
Si le Kung Fu forge le corps et l'esprit, l'instruction apporte le complément indispensable à une tête bien pleine.



Tout l'héritage d'une tradition guerrière au travers d'un regard.



Munie de son bâton, l'institutrice veille à la qualité des enchaînements.



Le quotidien des jeunes femmes démarre très tôt. A 5 heures du matin commence le cours de Tai Ji Quan qui développe souplesse, équilibre et tonus musculaire. Les styles enseignés sont le Chen ancré dans la tradition de Shaolin et le très populaire Yang de Maître Lu Chan. Ici, l'apprentissage du Yang préfigure curieusement le passage au Chen. C'est le Tai Ji Quan des nonnes guerrières aux valeurs martiales. On dépasse très nettement la notion d'hygiène corporelle. L'assouplissement au Yongtai n'est pas une sinécure. Ainsi à une instructrice qui interroge ses élèves après un échauffement: - Lei bu lei? (Etes-vous fatiguées?) Les fillettes répondent en cœur: - Bu lei! (Même pas fatiguées!).

Dans les cuisines se prépare le repas des valeureuses guerrières en herbe.



La fleur de lotus, symbole du Yongtai ,orne les candélabres.



Dès l'aube, le Temple s'éveille...



Dans la joie et la bonne humeur, Frédéric Pinlet est invité à partager le repas des petites écolières.



Les chaussures attendent les jeunes pratiquantes.



L'espace d'un instant pour soi...

Empereurs, quiconque portait l'insigne du dragon était passible de mort ou de bastonnade. Les pratiquants d'arts martiaux chinois conquis par ce symbole de force et de vitalité l'ont adopté depuis toujours. Bruce Lee n'est-il pas surnommé « le petit dragon » : *Petit garçon, j'admirais déjà la Chine. C'est en compagnie de Tintin et Milou et du fascinant album « Le lotus bleu » que j'ai découvert l'Empire du milieu.* Ainsi tel un nouvel album d'Hergé, l'école fondée par Frédéric Pinlet se nomme « Le Dragon Bleu ».

## Le Kung Fu n'est pas un loisir!

Sinologue et conseiller pour les spectacles « Les pouvoirs

## Shaolin, ou La Mecque du Kung Fu, s'occidentalise

Pour son apprentissage du Kung Fu, Frédéric a choisi Shaolin. De nombreux stages dans la ville mythique lui ont permis d'accorder son savoir occidental à la réalité de cet art oriental: *J'ai travaillé 15 ans dans une école française avant d'aller parfaire mon éducation martiale en Chine. Au-delà de l'aspect technique qui correspondait à l'amélioration ou à la finition de mes gestes, j'y ai surtout découvert une mentalité de travail et je m'y suis consacré. Je suis allé chercher le « la » comme il est dit en musique. Il m'a permis d'optimiser*



*mon enseignement martial en France, pour ne pas demander trop, ni trop peu à mes élèves. La vérité, je l'ai découverte à Shaolin. A mon retour, j'ai dû y mettre un « bémol » car en Occident les gens ne sont pas formés et leur corps n'est pas forgé comme en Chine à de tels efforts physiques.*

## Kung Fu Land!

*Le temple de Shaolin, c'est terminé!* La célébrité a ses revers. Haut lieu touristique, la mythique cité de Shaolin est assiégée chaque année par des millions de touristes et des milliers d'autobus qui ont nécessité la construction d'infrastructures appropriées. Disparu le petit chemin de terre creusé par des pluies torrentielles. Disparues aussi les petites échoppes de souvenirs. Yong Xin, l'actuel moine dirigeant du monastère, a décidé de tout raser autour du temple et pour satisfaire la demande croissante de touristes en mal de souvenirs, il construit un centre commercial: *Shaolin a décidément perdu le caractère traditionnel que j'ai pu connaître. Ce n'est plus un lieu de travail et de recueillement. C'est un lieu touristique que l'on peut visiter grâce à son petit train digne de Disney Land! Aujourd'hui, il faut s'éloigner du temple et parcourir la région de Shaolin pour découvrir d'authentiques écoles traditionnelles.*

**Ces nonnes  
luttaient déjà  
contre la discrimination  
des hommes  
à l'égard des  
femmes.**

## L'école des femmes du Yongtai

*C'est parce qu'il est encore temps de montrer à quoi ressemblerait une école de Kung Fu de la vallée de Shaolin que Frédéric a décidé de tourner un documentaire au Yongtai. C'est surtout parce qu'il a eu envie de montrer des images susceptibles de réveiller les Occidentaux devenus plaignants et fragiles. Avec le reportage diffusé dans l'émission Envoyé Spécial, « Les Héritières du Yongtai » ont touché des millions de téléspectateurs. Mais l'audimat, même lorsqu'il atteint 22 %, a ses aléas. Pour toucher un large public et être diffusé sur une grande chaîne, il a fallu*

mystérieux des Moines de Shaolin » au Cirque d'hiver et « Le lotus et l'épée » au Casino de Paris, Frédéric se plaît à vulgariser les arts martiaux chinois: *Le Dragon Bleu est une plateforme associative à partir de laquelle on exerce plusieurs activités dont les cours. Son activité principale est de faire connaître par tous les moyens l'art martial chinois au plus grand nombre. Spectacles, formations en entreprise, écriture, image, reportages, cinéma... Le Kung Fu a un rôle social et peut modifier la vie de certains individus complètement perdus.* Frédéric préconise ainsi de pratiquer cet art populaire ancestral en toute simplicité: *Le Kung Fu tel que je le conçois n'a rien d'élitiste, il est une base gestuelle fondamentale. Les Chinois lorsqu'ils parlent de Kung Fu, parlent d'apprentissage, ils ne parlent pas de loisir! Le Kung Fu n'est pas un loisir, c'est une hygiène de vie. Le plaisir peut venir de ce qu'il nous aura apporté.*

respecter une ligne éditoriale reflet de notre société occidentale: *Société en manque d'images d'Epinal, les Occidentaux veulent voir les moines et les nonnes crânes rasés, vêtus d'une toge usée par les années d'errance. La réalité est tout autre: ils se déplacent aujourd'hui en voiture, ont un téléphone portable et utilisent internet. Ils n'en sont pas moins bouddhistes et capables de pratiquer le Kung Fu au plus haut niveau.*

### Le royaume de la tranquillité éternelle

Loin de tous ces tumultes, à quelques kilomètres... Un petit chemin à travers la majestueuse chaîne de montagnes appelée Song Shan. Une vaste terrasse de terre battue. Des murs aux teintes orangées. Des toits aux couleurs vert jade. Deux gigantesques lions de pierre. Voici le temple du

Yongtai, « de la Tranquillité éternelle » : royaume de sérénité et de simplicité aux parfums d'antan. Le temple a été restauré en 1991 sous l'impulsion de Madame Qu Yu Rong. Cette femme d'affaires acharnée a décidé d'y investir toute sa fortune en hommage aux combattantes qui le peuplaient autrefois. Ces nonnes luttaient déjà contre la discrimination des hommes à l'égard des femmes. Issue d'une famille agricole très pauvre de neuf enfants, la bienfaitrice n'a reçu aucune éducation et ne sait ni lire ni écrire. Aujourd'hui, âgée de 53 ans, elle doit sa fortune à la politique industrielle agricole des années 1980 qui lui a permis de créer son entreprise dans le domaine de l'industrie agro-alimentaire. En bonne gestionnaire, elle réinjecte tous les bénéfices de l'édifice religieux dans l'école du Yongtai. (suite p. 40)

## LA LEGENDE DE LA PRINCESSE YONGTAI

L'histoire de la Chine est marquée par une succession de 24 dynasties et de plusieurs centaines d'Empereurs, Impératrices, Princes et Princesses qui ont suscité quantité de mythes.

### Une période sanglante

La légende de la princesse Yongtai naquit à l'époque guerrière des Dynasties du Sud et du Nord. Nous sommes en 521 dans la province du Henan. La dynastie Beiwei (Wei du Nord), également appelée Tobawei, règne en maître sur le territoire. Tandis que l'Empereur Yuange de la dynastie Wei fait régner la terreur, ses valeureux guerriers résistent aux attaques des royaumes extérieurs et luttent courageusement contre les barbares. Une période sanglante, synonyme de rivalités et morcellements, s'abat sur le territoire durant plus d'un demi-siècle.

### La princesse Zhoufa

La Princesse Zhoufa, fille de l'Empereur, est rebaptisée et gratifiée du doux nom de Yongtai, « paix éternelle ». Lassée des intrigues de la cour et des querelles au sein de la

famille, elle décide de se consacrer au Bouddhisme. Au plus grand étonnement de tous, elle abandonne son existence royale pour s'adonner à la lecture des sūtras, textes sacrés de la doctrine bouddhiste. Pour avoir parcouru la vaste chaîne de montagnes du Songshan en compagnie de sa famille, elle se souvient d'un temple situé au pied de la montagne Taishi.



### L'héritage de Zhuanyun

Jadis, modeste hutte érigée par Zhuanyun, première nonne de Chine, elle fut transformée en un humble couvent par la princesse Minglian, unique femme disciple de Damo. Avec l'aide de son frère aîné, le sombre guerrier Yuanyu, successeur de l'Empereur, elle transforme le petit couvent en un temple magnifique. Elle y invite une centaine de paysannes et leur enseigne l'écriture, la lecture, l'usage des plantes médicinales et le Wushu. Bientôt, plus de 1000 nonnes y vivent, prodigant mille soins aux habitants vivant aux alentours et s'adonnant aux arts martiaux chinois. Elles égalent leurs homologues masculins du monastère de Shaolin tant en Wushu qu'en maniement d'armes.

### Symbole du Bouddhisme et des arts martiaux

Souvent appelées « moines de seconde catégorie », les nonnes du Yongtai se battent pour l'égalité de leurs droits et l'obtiennent. Le couvent connaît son heure de gloire. La charitable princesse Yongtai est estimée de tous et rapidement vénérée comme une sainte pour ses bons soins. A sa disparition, le temple de Minglian sera rebaptisé temple de Yongtai. Le nom subsistera sous la dynastie des Tang pour disparaître, sous celle des Jin, et devenir le temple de Yong Chan, la « Contemplation Eternelle ». De la dynastie Yuan à nos jours, il reprendra le nom de Yongtai et pérenniserà à travers les siècles le symbole du bouddhisme et des arts martiaux féminins.





## Une éducation digne des nonnes guerrières

Petites filles laïques, les pensionnaires du Yongtai reçoivent une éducation proche de celle des nonnes guerrières qui vécut jadis au temple. Elles apprennent le Wushu traditionnel, l'interne et l'externe, pratiquent les armes et sont éduquées dans les valeurs du Bouddhisme. L'enseignement du Yongtai est un doux mélange de Kung Fu traditionnel et de Kung Fu dit moderne avec ses interminables séries de postures Ma Bu, Gong Bu, Xie Bu, Xu Bu et autres Gui Bu agrémentées d'ineffables acrobaties, de prodigieux écarts faciaux, de sauts phénoménaux parfois plus esthétiques que martiaux: C'est un enseignement extraordinairement complet pour un Occidental mais ce n'est pas exactement celui des nonnes guerrières des siècles passés. Depuis, pour des raisons souvent politiques, les arts chorégraphiques et théâtraux chinois sont venus enrichir cet art millénaire. Ici, le travail est intense et la recherche de la perfection de tous les instants, mais il n'y a pas de rivalité entre les pratiquantes. Les fillettes rendent visite à leurs parents une fois l'an et n'ont d'autre choix que d'apprendre à vivre en société et à se soutenir dans l'effort. Celle qui réussit est acclamée par ses camarades. Celle qui est punie est consolée par ses aînées. Les grandes choisent les petites. Les anciennes aident les nouvelles. L'autodiscipline est de rigueur et la dernière à table nettoie le réfectoire. Pensionnat, uniforme, récitation, punition... Le Yongtai n'est pas sans rappeler l'école d'autrefois où l'autorité faisait loi. Les maîtresses respectées enseignent l'écriture et les mathématiques. La rigueur pédagogique

forge les caractères et trois années de Kung Fu suffiront à transformer ces fillettes en de véritables guerrières!

## L'héritage sacré

Le documentaire\* permet de partager heure par heure le quotidien de ces fillettes qui ont hérité de la fortune philosophique, intellectuelle et martiale des nonnes guerrières.

Fillettes qui reprennent le flambeau d'une autre façon de voir le monde! Si ces images permettent de prendre la mesure de notre retard sur le plan physique, elles permettent aussi de découvrir l'harmonie originelle du Kung Fu, sa philosophie de l'amélioration de l'Homme et son message de générosité et de partage. Héritier d'une tradition bouddhiste, le Yongtai n'accueillait-il pas jadis des indigents et des orphelins? Quel que soit son physique, son sexe, sa nationalité ou sa religion, toute personne peut hériter de cette tradition: *Travailler au Yongtai, c'est pratiquer l'art martial de la plus belle façon qui soit. C'est repousser ses propres limites. Souvent, on y part quelque peu courbattu, toujours, on en revient courbaturé, mais héritier malgré soi de la grande tradition des nonnes guerrières.*

[www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)

\* Le documentaire *Les héritières du Yongtai* sera diffusé en salle le 15 janvier 2005. L'école du « Dragon Bleu » jumelée avec l'école du Yongtai permet à quelques téméraires d'y effectuer des séjours d'apprentissage. Voir notre carnet d'adresses p. 62

## LA CHINE ET LES FEMMES en chiffres

- 81 % de femmes actives.
- 25 % de femmes analphabètes.
- 70 % d'ouvrières agricoles.
- 21 à 36 % dans les domaines juridiques, médicaux ou comptables.
- L'âge minimum du mariage est de 20 ans pour la femme et de 22 ans pour l'homme.
- 119 garçons naissent pour 100 filles.
- 2,2 % des parents préfèrent une fille.
- 600 Yuans de pension sont versés aux personnes âgées de plus de 60 ans ayant eu un enfant unique, deux filles ou aucun enfant.
- 6 % travaillent dans les hautes sphères du gouvernement.
- 7 millions adhèrent au parti communiste chinois, soit 14 % des effectifs totaux.
- 12 millions de femmes pour 61 millions de membres au sein du gouvernement.
- 649 femmes sur 2978 députés à l'Assemblée Nationale Populaire.
- 30 % victimes de violences conjugales.
- 10 millions de prostituées.
- 56 % des suicides féminins de la planète.
- 1,7 million de fillettes abandonnées chaque année.