



Jérôme Ravenet.

crédit photo: Sandrine Ravenet

## La voie du *pratiquant*

### Se libérer de toute volonté

par Jérôme Ravenet

A travers sa passion de la culture chinoise et sa maîtrise du Ba Gua Zhang, Jérôme Ravenet nous interroge sur le sens de nos pratiques et le sens même de la voie.

La liberté, c'est d'abord une impression de spontanéité. *Dao fa ziran*: « La Voie, c'est la spontanéité » (Laozi, XXV). Dans le Baguazhang, nous cherchons cette Voie, une expérience subjective, un vécu difficile à décrire: l'impression d'être le témoin (plutôt que l'auteur) d'un geste qui s'accomplit pour ainsi dire de lui-même, *sponte sua*. Car c'est ainsi que « sans agir (s'agiter), il n'y a rien qui ne soit accompli »: *wu wei er wu bu wei* (Laozi, XLVIII).

#### Se libérer de toute volonté

Une impression, un vécu: tel est le problème

pratique de la spontanéité qu'il ne faut pas confondre avec le problème philosophique de la volonté libre et non conditionnée par des causes extérieures. Dans l'école du Bagua zhang, il ne s'agit pas de libérer la volonté, mais de se libérer de toute volonté. C'est difficile puisque le geste spontané n'est pas n'importe quel geste. Spontanéité n'est pas fantaisie. Elle fleurit quand sont dépassés les codes ou principes qu'il a fallu intérioriser (les Chinois les transmettaient jadis sous forme de chansons pédagogiques), et quand les grimaces du laborieux apprenti laissent enfin place à la détente du maître. Si rien n'est plus difficile, c'est qu'il faut constamment harmoniser les contraires qui tendent à s'exclure. *Conjunctio oppositorum!* La spontanéité n'est pas laisser-aller, ni désinvolte: elle est le Grand Œuvre, faisant tenir ensemble les opposés (que la sagesse chinoise appelle yin-yang).

#### La recherche d'une autre « liberté »

Nous sommes en apparence très loin du problème politique de la liberté — problème que la tradition chinoise en effet n'avait pas posé; le mot nouveau *ziyou* (voir article de Cyrille Javary p.19) qui traduit l'idée occidentale de liberté n'apparaît qu'à l'époque moderne (fin 19<sup>e</sup> s.-début 20<sup>e</sup> s.) par le détour du japonais. Sous cet angle, on pourrait se demander pourquoi tant d'Occidentaux jouissant de libertés fondamentales, entourés de garanties juridiques, ont besoin de chercher une autre « liberté » dans la pratique d'un art interne. N'est-ce pas parce qu'aucun savoir juridique ne pourra jamais nous donner l'assurance de posséder la spontanéité (oxymore) ? L'important n'est pas ce que nous savons, mais ce que nous savourons: pas un savoir objectif mais un art subjectif de vivre et de voir. La spontanéité — la différence de la liberté — n'a pas besoin de lois, mais de codes et de rites. Les arts internes portent une sagesse du rituel, parce qu'il est des gestes dont la répétition donne sens. L'Occident ne se sent plus protégé par ses « droitdelhommismes », ni rassasié par son consumérisme: saturés de richesses matérielles, nous sentons bien que cet avoir ne peut combler notre être et que l'essentiel continue d'échapper aux progrès de la science et du droit.

#### Le geste de l'instant présent

Pas de triomphalisme toutefois: la pratique du Baguazhang ne peut nous tirer de l'aliénation (on dit souvent du stress) de la vie moderne tant qu'elle est réduite à un loisir ou à un antalgique, et même la maîtrise de sa technique gestuelle doit être relativisée. Une pratique ne peut nous libérer tant qu'elle ne sert qu'à atténuer des symptômes, qu'à compenser plus longtemps les conséquences d'un style de vie erroné, sans agir sur les causes mêmes de notre mal. Le Baguazhang se veut pourtant bien plus

qu'une gymnastique capable de corriger nos problèmes posturaux. Il est comme tous les arts internes, une hygiène de l'existence, une diète de vie. Il doit nous libérer du productivisme et libérer le corps, machine asservie destinée à servir, pour en faire une sorte de laboratoire spirituel, de mandala, de cercle magique où, pour parler comme Jung, se dessine un chemin qui va du Moi au Soi. Le geste nous conduit au rendez-vous de la fine pointe de l'instant présent pour nous libérer des remords du passé et de l'angoisse du futur.

## Disciple de sa propre liberté

Le moment arrive — plus vite qu'on ne croit — où pour continuer à progresser, le pratiquant doit devenir plus assidu, plus attentif à la qualité de mille choses (alimentation, etc.): pour celui qui n'est pas prêt à ce surcroît de discipline, c'est l'heure de zapper dans le grand supermarché des spiritualités à la mode. « Le sage exige beaucoup de lui-même, les gens ordinaires exigent beaucoup d'autrui » (Entretiens, XII, 16). Hélas, cette discipline sent la scolarité: elle en rebute beaucoup! Mais celui qui aime vraiment la liberté sait qu'on ne peut s'en passer en guise de préalable... avant que contrainte et liberté ne cessent de s'opposer. « A quinze ans, je résolus d'apprendre. A trente ans, j'étais debout dans la Voie. A quarante ans, je n'éprouvais plus aucun doute. A cinquante ans, je connaissais le décret du Ciel. A soixante ans, j'avais une oreille parfaitement accordée. A soixante-dix ans, j'agissais selon mon cœur, sans pour autant transgresser aucune règle » (Entretiens, II, 4). ■

Pour + d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 60



## PORTRAIT

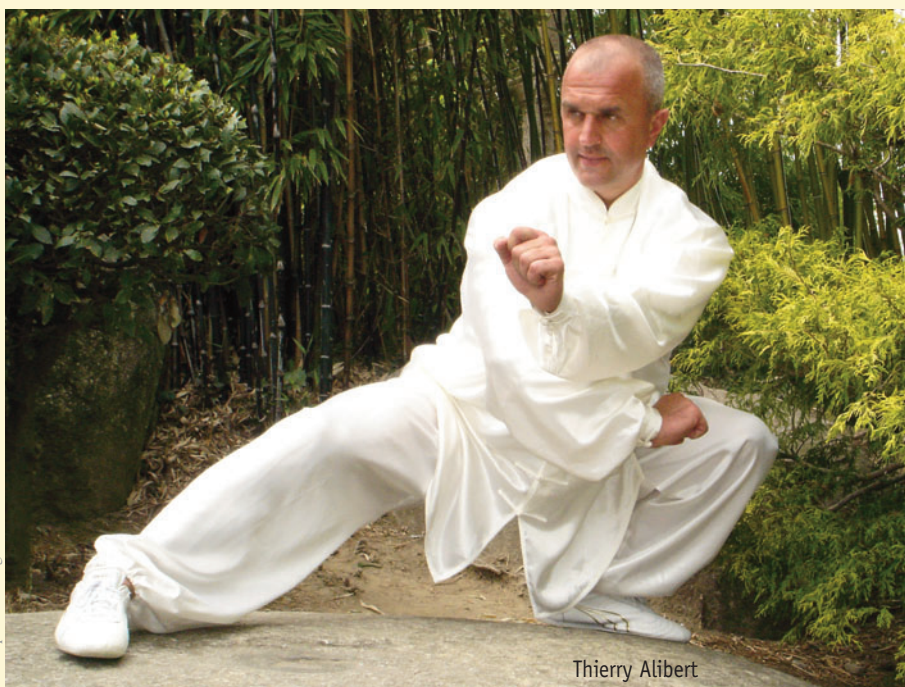
Jérôme Ravenet est agrégé de philosophie, Docteur ès Lettres, il a développé sa thèse sur la dimension spirituelle du Tai Ji Quan. Il est aussi diplômé de l'Université de M.T.C. de Shanghai, spécialiste du Ba Gua Zhang, du Xing Yi Quan et du Tang Lang Quan.

[www.baguazhang.fr](http://www.baguazhang.fr)  
[www.phalanstere.fr](http://www.phalanstere.fr)

## LA LIBERTÉ AU CŒUR DE LA TRADITION

Si la tradition est réellement un socle. Si elle n'abrite pas, consciemment ou inconsciemment les spectres du pouvoir, de l'autorité et du conditionnement, alors, il sera possible, sur la base d'une tradition, de devenir un être créatif et réellement libre.

Car les arts martiaux devraient être des arts vivants, spontanés et évolutifs. Or, si nous observons souvent chez le pratiquant l'envie de s'émanciper d'un style, d'un Maître, d'un Gourou, force est de constater que cela s'arrête la plupart du temps à des mots. Les humains que nous sommes ayant très vite besoin de s'accrocher à une bouée, à un phare...



Thierry Alibert

Par définition, la tradition signifie « ce qui est transmis », mais couramment, nous l'associons au passé. Peut-on devenir un être libre et réellement créatif sans être libéré du passé? Peut-on évoluer vraiment, avancer dans sa vie de pratiquant avec l'esprit toujours neuf, frais, spontané et innocent tout en s'appuyant sur la tradition? L'essence même de la liberté réside dans la compréhension du mécanisme de nos habitudes: quand je répète inlassablement un Tao en respectant scrupuleusement les conseils du Maître qui vécut un siècle auparavant dans un système culturel particulier, sous une autre latitude, qui n'avait pas les mêmes problèmes physiques ou de santé que moi... La tradition est-elle alors porteuse d'une bonne énergie?

Le geste artistique parfait ne doit jamais être deux fois le même. Seul un esprit libre et attentif, seconde après seconde à ce qu'il fait, à ses pensées, à ses émotions, à son corps en mouvement, fera cesser les habitudes.

Les arts martiaux devraient avant tout réunir des êtres libres et non les séparer, car ils sont avant tout des principes et non des styles. La tradition ne devrait reposer que sur ces principes communs et universels afin de donner réellement à chacun la force de trouver la liberté vraie. Il ne s'agit pas pour autant de se couper de la tradition, d'une spécificité, cela n'aurait pas de sens. Mettons en œuvre au cœur de la tradition une perception plus élargie des faits, une lucidité permanente afin de dépasser notre soif de certitude et de pouvoir évoluer librement...

Thierry Alibert est expert en arts martiaux internes chinois, enseignant et formateur, fondateur de l'Ecole Tao. Il a également créé TAO Prod, une société de production de vidéos didactiques de Taiji Quan et Qi Gong.

[www.thierryalibert.com](http://www.thierryalibert.com)