

Femmes du TAO

Propos recueillis par
Laurence Cortadellas,
enseignante spécialisée dans le Qi Gong
pour enfants à l'association
"Les Temps du Corps"



LA MESSAGÈRE DE L'ORIENT

Entraînée par un destin qu'elle n'avait pas choisi, Ke Wen découvrit la richesse et la profondeur de sa culture millénaire. De cette rencontre avec sa propre tradition chinoise, elle choisit d'en faire une vocation. Celle d'une femme entre deux cultures qui exprime sa passion à partager sans modération...



- **N.G.T.** : Ke Wen, peux-tu nous évoquer des moments importants de ton enfance baignée dans la société chinoise ?
 - **K.W.** : J'ai grandi dans une famille de lettrés. Mon père a participé à la libération de la Chine par l'armée populaire. Il faisait partie de la génération du Parti Communiste. Quand la nouvelle Chine a été fondée en 1949, il est devenu directeur du département de l'éducation de la région de Zunyi dans la province de Guizhou. Ma mère est diplômée du département de chimie de l'université de Guizhou. C'est ainsi que mes parents se sont connus, aimés, et qu'ils ont fondé une famille avec deux garçons et une fille, née le 26 juin 1966...

Malgré l'influence du communisme, j'ai reçu une éducation confucéenne traditionnelle plutôt sévère : Moralité, vertu, respect, responsabilité individuelle. Durant toute mon enfance, j'ai entendu mes parents nous répéter que chaque être réalise sa vie en fonction de ses efforts, qu'il ne faut pas subir les événements, que l'on porte en soi les moyens de forger son propre destin. Cette éducation m'a donné beaucoup de force intérieure pour réaliser ce que je fais aujourd'hui en France.

- **N.G.T.** : Pourquoi as-tu choisi d'entrer en relation avec la culture française ?
 - **K.W.** : À partir de 6 ans, j'ai commencé la danse chinoise et j'ai participé à plusieurs spectacles. J'ai passé mon bac à 16 ans puis j'ai décidé de suivre des études de littérature Française et de philosophie à l'Université du Yunnan à Kunming. J'étais douée pour les langues, particulièrement en Anglais. En Chine on dit du Français que c'est la plus belle langue du monde. Je l'avais déjà étudiée en primaire et j'aimais beaucoup la langue de Victor Hugo, de Rousseau, de Balzac. Et puis Paris, c'était pour moi le temple de la culture Occidentale, ça me fascinait ! J'adorais la poésie, encore aujourd'hui. J'ai lu tout Baudelaire, Lamartine, j'aimais aussi beaucoup Marguerite Duras.

- **N.G.T.** : Et ensuite ?
 - **K.W.** : Au bout de 4 ans, j'ai eu ma licence de lettres Françaises. Durant la

même période, j'ai commencé à pratiquer les arts martiaux internes : Xing Yi, Bagua Zhang, Tai Ji Quan. Ensuite, après mes études, j'étais comme beaucoup de jeunes chinoises, pleine de rêves pour réaliser ma vie, mais j'avais envie de me détacher des traditions. J'étais une jeune fille moderne qui désirait se lancer dans la communication, les affaires : Je faisais partie de cette nouvelle génération résolument tournée vers l'avenir. Mais en Chine à cette époque, on ne choisissait pas son travail, il nous était imposé...

*Pour moi, le corps relié
 à l'esprit exprime
 l'harmonie de l'être
 profond dans toute son
 authenticité, sa vérité
 et sa beauté.*



Wen à 20 ans s'éveille...

À l'âge de 20 ans, à la fin de mes études, j'ai été sélectionnée pour devenir interprète à l'institut de médecine du Yunnan. Exactement le contraire de ce que je voulais faire ! j'étais très éloignée de la médecine traditionnelle, cela ne m'intéressait absolument pas ! J'ai dû suivre un cursus de 3 ans de formation en M.T.C., pour pouvoir travailler à l'institut, avec des médecins chinois et français dans le cadre d'échanges culturels entre les deux pays. C'était comme une punition ! Il a fallu accepter cette réalité, et essayer de transformer cette épreuve en quelque chose de positif. Chacun trace sa vie selon son expérience, mais cela demande de gros efforts.



Echange d'énergies avec Maître Zhang Guang De



En 1994 à la Réunion, "le phénix fait son nid"

Finalement, au bout de 2 ans d'études, est née petit à petit une passion pour ces notions du corps, du ciel, de la terre, de l'homme, et ma vision a changé. En 1988, 2 groupes de médecins français sont venus à l'institut pour des échanges très intéressants. Pour moi cela a été comme une révélation, j'ai découvert le plaisir de partager avec eux ce réservoir immense que contient la tradition Chinoise et qui s'est perpétué depuis des siècles jusqu'à aujourd'hui. Depuis le début de ma formation en M.T.C, je m'étais également mise à l'étude du Qi Gong, je me suis plongée dans cet océan de culture avec tout mon corps. Une passion est née, à travers cette pratique du Qi Gong et le Tai Ji Quan car pour moi, le corps relié à l'esprit exprime l'harmonie de l'être profond dans toute son authenticité, sa vérité et sa beauté.

- N.G.T.: Quelles sont les personnes qui ont marqué de leur empreinte ta philosophie de la vie ?

- K.W.: A l'époque de mes études à Kunming, je me souviens particulièrement de deux vieux maîtres qui m'ont marquée par leur sagesse et leur gentillesse : M. SA Cuo Zen, décédé à l'âge de 92 ans et M. HE Fu Sheng, 88 ans, qui est encore vivant. Ils ont trouvé le chemin de leur vie en travaillant patiemment leur corps toute leur vie. Il y avait en eux une grande sagesse et, dans chacun de leur geste se lisait la profondeur de leur cœur. Et puis il y a eu la rencontre avec Maître ZHANG Cuang De, créateur du Dao Yin Yangsheng Gong (Cf Génération Tao n°2) que j'ai connu plus tard, avec qui j'ai beaucoup appris et évolué : C'est un maître qui sait partager sa connaissance avec le cœur.

- N.G.T. : Tout à l'heure, tu nous a parlé de ta passion pour la danse chinoise. Quelles sont selon toi les différences et les similitudes entre la danse chinoise et la danse occidentale ?

-K.W. : La danse occidentale, le ballet, l'opéra, c'est extraordinaire; c'est un sacrifice de son corps, une souffrance. Dans la danse classique, la spontanéité du corps est très dominée par la technique. Par exemple Sylvie Guillem, c'est une beauté fabuleuse, c'est un rêve, mais ça n'est pas proche de la vie. Quant à la

danse contemporaine, le corps des danseurs est parfait, mais le mouvement est heurté, souvent violent. Je pense que les danseuses indiennes ou chinoises, bougent plus avec leur âme, dans une certaine harmonie du corps et de l'esprit, Dans les danses orientales, on est proche de la vie, ce qui permet de conserver une souplesse dans l'expression : la manifestation est sacrée et naturelle.

- N.G.T. : Étant donné tes goûts pour la poésie et l'esthétique, comment abordes-tu la pratique du Qi Gong ?

- K.W.: Avant chaque cours, je me prépare, quels que soient mon humeur et mes préoccupations, j'y mets toute mon âme, sinon le geste devient répétitif et n'a plus de sens.

Dans chaque geste, je dois pouvoir exprimer ma philosophie de la vie, chacun de mes mouvements doit être porteur de poésie, d'information profonde et pas seulement d'une forme. C'est comme une danse sacrée...

*Je veux
donner
quelque
chose qui
vient du
fond de moi
à chaque
cours.*

Photo (couverture)
de Guillaume
PONTAY.





*“La voix du TAO,
c’est une voie
d’évolution,
d’adaptation et de
transformation”*



- **N.G.T.** : Quelles sont les différences dans la manière de pratiquer les arts énergétiques en Chine et en France ?

- **K.W.** : C’est une question très intéressante à laquelle j’aimerais donner des éléments de réponse d’après mon vécu. La culture, la tradition, la façon de penser et de vivre sont différentes en Chine et en France. L’enseignement doit refléter cette différence. La culture du corps est en effet imprégnée dans la pensée chinoise. Pour un Chinois, le travail énergétique est naturel, relié à sa santé. La bonne intention s’installe avant même que le corps soit construit par la pratique. Le matin, beaucoup de Chinois se lèvent pour pratiquer le Qi Gong, le Tāi Ji Quan ou la danse dans les parcs. Certains n’exécutent pas correctement les mouvements : ils ne sont ni enracinés, ni équilibrés et ni harmonieux, mais l’esprit et l’intention sont présents ! Ils ont confiance en ce qu’ils font, persuadés que cela leur apporte santé et force. C’est au fil des répétitions qu’ils améliorent leurs formes et mouvements.

- **N.G.T.** : Et en France ?

- **K.W.** : Les Français essaient de comprendre les choses dans leur profondeur même si le corps n’y trouve pas toujours son expression naturelle. En France, les gens ne possèdent pas cette même connaissance du corps, il faut leur faire sentir par une pédagogie appropriée. Le corps, entité subtile et délicate, est le soutien de l’esprit relié avec le Ciel, la Terre et tout notre entourage. Donc, tout le travail des arts énergétiques consiste à régulariser la vie intérieure du corps afin d’ouvrir sa sensibilité aux échanges qu’il entretient avec tout ce qui l’entoure : la nature, les autres, le travail, la famille, les ancêtres, etc.

Un bon enseignant est celui qui sait créer un vase communicant entre les deux cultures. Etant chinoise, j’ai envie de dire que nous ne sommes pas là pour imposer notre culture et j’insiste sur le sens du partage.

Je remercie ainsi beaucoup mes élèves, particulièrement mes élèves de l’école de formation, avec qui j’ai beaucoup évolué et développé une relation riche d’échanges de nos différences.

- **N.G.T.** : En quel sens ta manière d’enseigner a-t-elle évolué en vivant parmi nous ?



Wen dans ses 20 printemps à Kunming (Chine)

- **K.W.** : Par exemple, les Chinois apprennent à pratiquer le Qi Gong et le Tāi Ji Quan dans la répétition des formes. Le professeur ne parle presque pas et chacun trouve sa propre sensation dans le silence. En France, la pédagogie n’est pas la même car on a besoin de parler pour faire comprendre le principe et l’esprit de la pratique.



Lao Gong (la paume des mains) : Wen capte l'énergie de la nature

Dans les arts externes, on a davantage une image visuelle du mouvement : Le corps lui-même manifeste déjà l'union du Yi ("intention, esprit"), du Qi ("énergie") et du Li ("la force interne"). Pour les arts internes, il faut d'abord trouver la sensation profonde et l'exprimer ensuite dans le corps : c'est plus difficile et donc la parole comme outil pédagogique devient plus importante. La parole est une manifestation de l'esprit, c'est un outil très fort de la communication.

“Exprimer sa pensée par les paroles” devient progressivement “exprimer sa pensée par le corps”...

C'est un long chemin que je poursuis avec tout mon cœur. Étant une enseignante chinoise vivant en France, je m'efforce constamment de perfectionner mon français pour mieux communiquer et transmettre cette profondeur et cette subtilité de la relation corps-esprit à mes amis français. La voie de l'énergie est une voie de l'infini, la profondeur et la dimension sont sans limite comme la vie, l'espace et l'univers.

- N.G.T. : Pour conclure, quels sont tes futurs projets ?

- K.W.: Depuis 6 ans, moi, mon mari Dominique et mes amis avons beaucoup travaillé pour développer l'énergétique chinoise, faire connaître le Qi Gong en créant des événements comme les Journées Nationales à la pagode de Vincennes, l'école de formation, les cours, etc. Nous avons également participé à la création d'une grande fédération (FTCCCQ) qui vient d'obtenir

l'agrément ministériel pour les arts martiaux chinois internes et énergétiques. Nous en sommes très heureux !

Mais je crois que ce qui manque à Paris, c'est un "Centre de l'énergétique et de l'art chinois", où l'on trouverait des pratiques martiales et thérapeutiques, mais aussi les diverses formes d'expression artistique reliées à l'énergie comme la calligraphie, le chant, la danse, la peinture, la musique. C'est vraiment ce que j'ai envie de faire très bientôt ! Un endroit où l'on trouve une multitude de pratiques et d'activités culturelles, un salon de thé, des conférences régulières, des discussions et des échanges entre pratiquants. Oui c'est ça ! Un centre d'échanges et de rencontres culturels !

- N.G.T. : Et le projet d'avoir des enfants ?

- K.W. : Pour le moment, non. Mais il y a l'importance de la continuité et puis c'est vrai que j'ai un mari occidental, et que ça serait beau de donner naissance à des enfants qui puissent capter les deux cultures. On verra !



Communiquer le Qi du ciel avec le Qi de la terre

L.C.

**Photos de
Guillaume
PONTAY &
Michel
FOUAN**

* Pour tous renseignements concernant les activités de Wen, les Temps du Corps
tél : 01 47 25 79 14
fax : 01 47 21 44 24