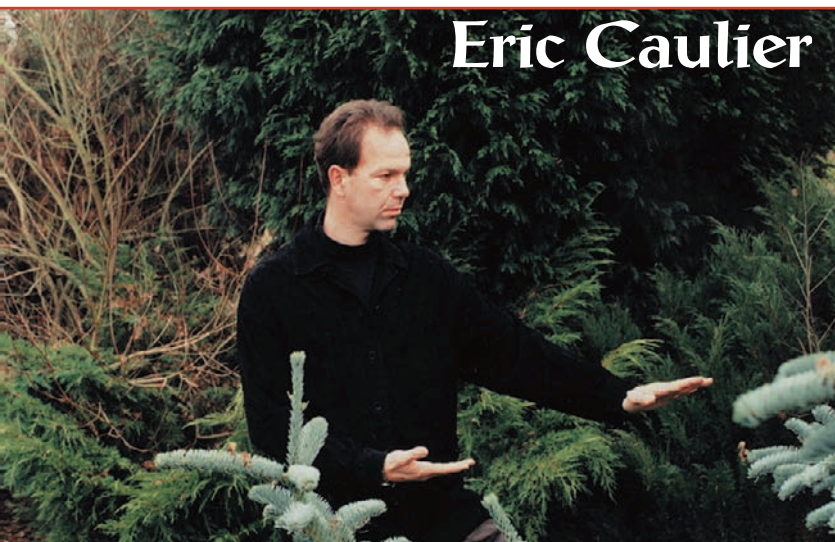


Graines de TAO en Belgique

La pensée dans le



Entretien avec Eric Caulier



En tentant d'établir
un pont entre l'Aïkido
(art japonais),
et le Taï Ji Quan
(art chinois),
deux pratiquants
évoquent l'idée d'une
pensée émanant de
l'intelligence du corps.

- Michel Orszagh : En 1983, Henri Blanquart, aikidoka 6ème dan a donné en France une conférence à propos de sa discipline. Je l'ai trouvée très intéressante car, à plus d'un point de vue, l'Aïkido a des points communs avec le Taï Ji Quan. Le premier point commun est qu'il s'agit d'un art martial interne d'origine chinoise destiné à la cour impériale. Le deuxième est le fait que l'Aïkido utilise la force interne grâce à ce que H. Blanquart appelle "l'intelligence du corps". Pour lui, ce n'est pas le réflexe que l'on recherche, mais le jaillissement de la force (le Ki ou Qi) accumulée dans le Hara (Dan Tian) qui va provoquer quelque chose de non contrôlé.

L'intellect doit donc obligatoirement être déconnecté pour arriver à ce résultat. Le 3ème point que je relève est que l'Aïkido comme le Taï Ji Quan est un art défensif. Du point de vue technique, dans les deux disciplines, on utilise la force de l'autre en l'amplifiant. J'ai souhaité approfondir, au cours d'un entretien avec Eric Caulier, l'aspect du mental décrit par Henri Blanquart :

"Il est essentiel de déconnecter l'intellect... le maître voit mais ne regarde pas. Son regard est impassible, son mental est stable, à tout moment..."



Par Michel
ORSZAGH



Eric à
l'entraînement en Chine.

- Eric Caulier : Parler de l'Aïkido comme d'un art martial interne chinois est un raccourci quelque peu irrégulier. Dans les arts martiaux traditionnels, on considère différents niveaux de maîtrise : la maîtrise technique, la maîtrise énergétique et puis, la maîtrise unifiée de la technique, de l'énergie et du mental. Le fondateur de l'Aïkido aurait, selon certaines sources, atteint le premier niveau (relativement rares sont les personnes qui atteignent ce niveau) quand durant son périple en Chine, il découvrit les arts martiaux chinois. Son nom a été retrouvé dans des écoles traditionnelles de Bagua Zhang (paume des 8 trigrammes). Ceci signifie indubitablement qu'il lui a effectivement été transmis l'enseignement d'un art interne chinois. Le Bagua Zhang et les techniques que Ueshiba avait antérieurement apprises au Japon lui permirent de créer l'Aïkido.

Je souhaiterais d'autre part nuancer le côté self-défense de l'Aïkido et du Tai Ji Quan. Sur un certain plan, le fait de pouvoir garder son calme, de rester maître dans une situation, permet de désamorcer une situation explosive.

Maintenant, il ne faut pas prétendre ce qui n'est pas. Mieux vaut ne pas se trouver face à quelqu'un d'entraîné pour le close-combat, même en pratiquant de la poussée des mains.

- M.O. : Veux-tu dire qu'on ne puisse pas y faire face sans un entraînement plus poussé ?

- E.C. : Effectivement... Tu as parlé de la force qui jaillit et le terme est judicieux. Ce type de résultat est le fruit d'un travail très très long.

*Si nous nous plaçons
sur un plan
énergétique ou
spirituel, l'énergie
que l'autre a envoyée,
si on ne lui donne pas
de prise, lui revient.
C'est une loi cosmique.*

Prenons le cas de quelqu'un qui aurait une certaine spontanéité dans le combat. Il y a des gens qui sont des combattants nés : ils peuvent développer à un certain moment, sous l'emprise d'une émotion, d'une impulsion, quelque chose de fort. Dès qu'ils vont entrer dans un processus d'apprentissage, ils vont faire marche arrière.

Celui qui avait ce don va en quelque sorte le perdre. Celui qui avait cette habileté sera des années durant moins "efficace", parce qu'il va entrer dans un travail où c'est son intellect qui va diriger ses mouvements, canaliser ses postures, les directions de son corps, effectuer le mouvement avec telle ou telle trajectoire, réapprendre à respirer, tout cela sous le contrôle du mental.

Cette force qui jaillissait un petit peu ne va plus jaillir, car l'intellect va tout freiner. Puis vient une partie non moins difficile : conserver tous les acquis techniques -placement de la taille, du dos, des alignements, de la respiration, de la façon de canaliser la pensée en oubliant qu'on les possède et en oubliant ce qu'il faut faire.

Cela veut dire que c'est comme si quelque chose d'autre, une autre intelligence, prenait le relais : quelque chose dans mon corps organise tout sans que j'aie à faire le moindre effort conscient. C'est penser sans processus conscient de penser. "Je ne sais plus, consciemment, que je sais".

M.O. : C'est ce que Henri Banquart appelle l'intelligence du corps ?

- E.C. : En effet. A ce moment-là, c'est retrouver la spontanéité de l'enfant, mais avec une puissance décuplée. Par conséquent, de ce point de vue là, l'entraînement des arts martiaux c'est apprendre à se tenir debout et apprendre à marcher de façon correcte, naturelle, harmonieuse, sans y penser. C'est peu de choses. Tout ce que nous allons faire sera, par la suite, imprégné de ces principes. A ce moment-là, nous pouvons devenir un canal pour que la force jaillisse.

*Nous sommes un petit
univers relié au grand
univers, un petit cosmos
relié au grand cosmos.*

En Tai Ji, le ciel, c'est le sommet du crâne et la terre peut être symbolisée par le centre énergétique. L'échange d'énergie qu'il y a entre le ciel et la terre de l'univers s'opère également entre notre ciel et notre terre : c'est la petite circulation. Nous sommes quelque part reliés à cette grande circulation céleste. Les deux sont en concordance. A ce moment, la force de l'univers peut jaillir à travers la personne. Seulement, que se passe-t-il ? Ce type de travail demande du temps, du soin, un guide très bon et très compétent. Parce que quand l'énergie de l'univers passe en nous, elle renforce ce qui est unifié en nous. Mais elle déchire ce qui en nous est déchiré. Cela ne va faire qu'accentuer le niveau auquel nous sommes.



Eric avec son Maître, Men Hui Feng.

*Avec ce type
d'énergie, celui
qui n'est pas prêt,
qui n'a pas fait un
travail intérieur
d'unification,
verra ses fragilités le
déchirer davantage.*

Par conséquent, si le travail technique d'apprentissage est long, celui du désapprentissage et de l'unification l'est autant pour que la force puisse jaillir. Travail d'unification qui doit pouvoir réunir en soi le yin/yang, harmoniser les oppositions,...

- M.O. : On peut mettre des années avant de franchir cette étape ?

- E.C. : Bien des gens font passer le message suivant : l'énergie est quelque chose de doux, de gentil qui nous permet de faire en sorte que tout aille bien. Il suffit de quelques mouvements et ça y est : on a de l'énergie, on en est traversé... Si ces gens aiment se perdre dans l'illusion, dans la suggestion, libre à eux. Maintenant, tel n'est pas mon propos. Cette énergie dont nous par-

lons est quelque chose de très fort.

*Et quand
on parle
de la
pensée
créatrice,
c'est vrai-
ment la
pensée
qui crée.*

- M.O. : Cela correspondrait à ce que Henri Blaquart disait :

"Qu'on accumule le mental dans le Hara" ? Je me suis demandé : "Comment accumuler ce mental dans le Hara pour qu'il jaillisse sous forme d'énergie ?"

- E.C. : Je ne comprends pas très bien ton image d'accumuler le mental dans le Hara. La localisation de la pensée n'est pas chose évidente.

Dans notre culture, nous la localisons au niveau de la tête, parce que c'est le siège du cerveau. Les chinois, dans l'idéogramme de la pensée créatrice, font plus référence à l'idée du coeur, comme siège de la pensée.

Mais de quel type de pensée s'agit-il ? Il s'agit plus de notions telles que la spontanéité ou l'impulsivité. Il est évident que s'il s'agit d'une pensée logique, analytique, elle viendra plus du cerveau. Les impulsions ou la spontanéité seront plus situées au niveau du coeur. Si c'est une force plus primaire, plus primitive, plus à l'état brut, on pourra dire qu'elle vient des tripes et nous la situerons dans notre centre. L'idée de la pensée créatrice et de cette force qui jaillit sont des expériences que j'ai personnellement vécues à différentes étapes de ma vie, sans y être préparé. C'est très fort. J'avais accès de façon ponctuelle à ce type d'énergie. Cela me détruisait et

me faisait peur en même temps. Je pensais telle chose. Elle était créée, concrétisée.

A partir du moment où on ne peut pas contrôler sa pensée, on peut avoir des envies de destruction vis à vis de l'entourage ou de soi-même. Et l'on devient un véritable danger. A cette époque, j'entrais facilement en état de méditation et avais accès à d'autres dimensions. Les personnes qui me guidaient m'ont interdit formellement de continuer, en me suggérant des activités très terre à terre. C'est pourquoi j'insiste beaucoup sur l'importance d'être guidé par des personnes qui ont l'expérience de ce type de phénomène. D'être guidé et de faire un travail parallèle d'harmonisation intérieure pour unifier ce qui doit l'être.

M.O.

* Le terme japonais Hara ("ventre") correspond au terme chinois Dan Tian ("Foyer"). Il désigne communément le centre énergétique se situant à trois travers de doigts sous le nombril. Cependant le Hara ou Dan Tian est aussi usité pour d'autres centres énergétiques : le second foyer au niveau du coeur, le troisième au niveau de la tête.

** A lire chez Guy Trédaniel Editeur, d'Eric Caulier : Voyage au coeur du Taijiquan (1998)

*** Pour contacter E. Caulier : C.A.P. - Taijiquan, Avenue de la chasse Royale, 49 - 022 Mons - Hyon Belgique tél : 003265361289



En posture typique du style Yang de Tai Ji Quan, chez lui en Belgique.