

Lo Man Kam

« Ne jamais regarder, juste sentir! »



Neveu de Yip Man, Sifu Lo Man Kam reste l'une des grandes figures du Wing Chun, la « boxe du printemps radieux », rendu populaire par Bruce Lee. De passage à Paris avec son fils, nous les avons rencontrés. Ressenti et sensation apparaissent comme les maîtres-mots de la discipline.

propos recueillis par Delphine L'huillier,
avec la participation de Ivan Heretynski de l'AFWC
calligraphies : Lo Man Kam • photos : Cécile Bercegeay

GTao : Quand avez-vous commencé la pratique des arts martiaux ?

Lo Man Kam : En 1950, j'avais alors 18 ans, j'ai commencé à étudier le Choi Li Fat, un style des boxes du sud de la Chine.

Pendant 10 ans, je me suis entraîné tous les jours. Puis en 1960, j'ai quitté Hong-Kong pour Taiwan.

Je souhaitais devenir militaire de carrière. Je suis entré dans une école militaire où j'ai pratiqué le judo et le chinna avant d'intégrer les forces spéciales de l'armée. J'ai quitté celle-ci en 1975 et j'ai ouvert mon école pour y enseigner le Wing Chun.

Aujourd'hui, à 73 ans, cela fait 31 ans que je pratique cette discipline. Pas mal non ? — *rires* —

GTao : La réputation du Win Chun dans les arts martiaux chinois est d'être essentiellement un art de

combat. Qu'en pensez-vous ?

LMK : Il existe beaucoup de manières d'aborder le Wing Chun, comme c'est le cas pour de nombreuses choses. Prenez cet objet — *Lo Man Kam se saisit du bougeoir*

devant lui — , vous avez choisi d'y mettre une bougie. Vous pourriez l'enlever et l'utiliser comme un verre. On peut aborder et utiliser le Wing Chun comme on le souhaite : pour combattre,

améliorer ses sensations, développer son acuité et sa concentration, retrouver sa spontanéité ou comme un art de vivre. Mais sa première vertu est de renforcer notre santé car elle est le fondement de tout. Sans elle, on ne peut rien faire, et surtout pas combattre. Pour construire un building, il faut de solides fondations. Sans cela, rien ne peut être bâti.

Comme le soleil se lève et se couche chaque jour, je ne cesse jamais de m'entraîner.

GTao : Qu'en est-il pour vous aujourd'hui ?

LMK : La pratique du Wing Chun renforce ma santé, notamment parce qu'elle stimule le Qi, les organes, le cœur et facilite la circulation sanguine. En Chine, on dit :

« Si le cœur est fort, le corps est fort ». A condition de pratiquer régulièrement. Aussi comme le soleil se lève et se couche chaque jour, je ne cesse jamais de m'entraîner.

GTao : Et la pratique éveille-t-elle l'âme ?

LMK : Si le corps est sain, le mental est forcément sain. Et un esprit sain engendre de bonnes personnes, des personnes justes.

GTao : Quel est pour vous l'enseignement essentiel du Wing Chun ?

LMK : Le « feeling » ! Entretenir la spontanéité. Et pour cela il est important de vider le mental. C'est pourquoi dans ma pratique du Wing



Chun qui est composée de trois formes, dans la première forme qui est enseignée à mes étudiants, les mouvements sont exécutés très lentement, pour exercer la concentration et permettre la relaxation. C'est une méditation.

GTao: Mais comment trouver et cultiver ce feeling?

LMK: Un jour une élève m'a demandé: « Mais qu'est-ce que c'est le «feeling»? ». Je lui ai demandé: « Vous avez un petit ami? Vous l'aimez? ». Elle m'a répondu: « Oui ». Alors je lui ai demandé: « Vous sauriez me dire ce que c'est l'amour? Non? Et bien c'est normal, on ne peut pas l'expliquer, mais c'est ça le feeling. C'est cette même sensation. » — rires — Et plus on la travaille, plus on progresse. Le Chi Sau, l'entraînement à deux, est excellent pour cultiver le ressenti.

GTao: Est-ce pour cette raison que vous pratiquez notamment en aveugle?

LMK: J'ai l'habitude de dire: « Ne jamais voir, juste sentir ». Ce qui signifie de ne jamais passer par le mental. Et toutes les techniques que l'on peut enseigner sont moins importantes que ce sentiment. Car dès que j'entre dans la technique, je rentre dans un processus mental, j'émet des pensées et il n'y a plus de spontanéité. Dans les exercices avec un partenaire, je demeure vigilant, toujours en contact. Ce n'est pas toucher l'autre qui est essentiel, mais s'exercer à sentir: d'où vient le mouvement, anticiper, réagir, etc.

GTao: Quelle différence faites-vous entre le Chi Sau, l'étude avec partenaire en Wing Chun et le Tui Shou, l'étude avec partenaire en Tai Ji Quan?

LMK: — *Lo Man Kam dessine une voiture en train de circuler sur une route balisée* —. Regardez cette voiture, elle roule tranquillement dans son couloir de lignes. Mais si un obstacle survient, que se passe-t-il? Il sera très difficile de réagir pour un pratiquant de Tui Shou.

Le pratiquant de Chi Sau s'exerce en tenant compte de l'obstacle, de la mise en situation. Il saura réagir. C'est moins codifié et plus pratique, plus réaliste.

GTao: Le placement des jambes est néanmoins très codifié ou en tous cas très caractéristique. La création du Wing Chun est attribuée à une nonne: Ng Mui. Elle portait une robe qui ne lui permettait pas d'écartier ses jambes. Le placement des jambes aurait pu évoluer...

Personne ne peut affirmer que c'est une femme qui a créé le Wing Chun.

LMK: Mais c'est une légende! Comme toutes les autres légendes chinoises! Personne ne sait et ne peut affirmer que c'est une femme qui a créé le Wing Chun comme aucun fait historique qui se soit déroulé avant la première guerre mondiale en Chine ne peut l'être. Le placement des jambes, de la colonne vertébrale et des hanches en Wing Chun a été retenu pour son efficacité. Pour renforcer le corps et activer la circulation sanguine.

GTao: Mais, si c'est une légende... elle est intéressante, parce qu'elle est la seule à considérer une femme à l'origine d'un art martial!

LMK: La réalité est que les femmes en Chine autrefois ne pouvaient rien dire, rien faire, n'avaient aucun droit. Seuls leurs maris pouvaient agir. Alors, créer un art martial...

GTao: Quant à vous, vous avez hérité de la transmission de votre oncle Yip Man, et vous avez transmis votre enseignement à votre fils. Le Wing Chun est-il pour vous une histoire de famille?

LMK: Toute notre généalogie ne s'est pas mise à pratiquer le Wing Chun. J'ai choisi d'apprendre le Wing Chun après avoir pratiqué d'autres styles, comme après avoir goûté plusieurs thés, j'ai choisi celui que je trouvais le meilleur.

GTao: C'est aussi le thé qu'a choisi Bruce Lee...

LMK: Avant que Bruce Lee ne pratique le Wing Chun, il perdait tous ses combats. Le Wing Chun lui a permis de gagner. Il est devenu une star de cinéma et il s'est assis dans son fauteuil de star.

GTao: Aujourd'hui, de quelle manière avez-vous progressé dans votre pratique?

LMK: L'énergie est toujours là, disponible. Je n'ai plus besoin d'y penser. Je donne à mes élèves le moyen de changer. Je les aide à progresser.

www.generation-tao.com
Voir notre carnet d'adresses p. 62



QUESTIONNAIRE DE PIVOT

Sifu Lo Man Kam et son fils, Gordon Lu, ont bien voulu se prêter au jeu de répondre au fameux questionnaire que Bernard Pivot posait à ses invités dans son émission « Bouillon de culture ».

- **Votre mot préféré?**
GL: Silence LMK: Silence
- **Le mot que vous détestez?**
GL: Noir LMK: Tuer
- **Votre drogue favorite?**
GL: Le kung Fu LMK: Le Kung Fu
- **Le son, le bruit que vous détestez?**
GL: le grincement
LMK: le cri des bébés
- **Votre juron, gros mot ou blasphème favori?**
GL: Damned! LMK: Forger it!
- **Le métier que vous n'auriez pas aimé faire?**
GL: Policier LMK: Assassin
- **La plante, l'arbre ou l'animal dans lequel vous aimeriez être réincarné?**
GL: un cheval LMK: un chien
- **Si Dieu existe, qu'aimeriez-vous, après votre mort, l'entendre vous dire?**
GL: Je suis heureux que tu sois là.
LMK: Tu as été tellement bon pour les gens.