



Un diplôme,

ça sert à quoi ?

par Dominique Banizette

Dès qu'elle se développe, toute discipline doit pouvoir être évaluée et certifiée. Dans le cas du Qi Gong, des diplômes ont déjà été créés. Quel est leur intérêt et leur contenu ?

Un diplôme est à la fois un label de qualité qui permet aux pratiquants d'avoir accès à des enseignants convenablement formés et aux futurs enseignants d'avoir des points de repaires précis quant au niveau de pratique nécessaire et aux connaissances requises pour commencer à transmettre cette technique.

Mesurer le niveau de compétence

Le Qi Gong n'est pas comme on pourrait le croire en tant que néophyte une simple gymnastique douce. Sous ses dehors calmes et tranquilles, relaxants, cette discipline est d'une extrême efficacité sur la santé corporelle et psychique des personnes qui le pratiquent. C'est cette efficacité même qui oblige les personnes qui le transmettent à une grande attention et à un bon niveau de compétence. D'origine chinoise, le Qi Gong appartient à une culture pluri-millénaire, et fait partie de la médecine chinoise. S'il n'est bien sûr pas nécessaire en tant que pratiquant de se plonger dans l'étude de l'historique de cette pratique et de la culture à laquelle elle appartient, il sera par contre indispensable à un enseignant de le faire. Lui, devra en effet comprendre l'essence et le sens de cette pratique, d'où elle vient et quelle vision du monde la sous-tend, afin de ne pas la dénaturer, mais de transmettre ces éléments constitutifs de la pratique à ses élèves. Il lui faudra par exemple bien différencier le Qi Gong d'une gymnastique, afin d'aller vers la détente du corps et de l'esprit, recherchée dans le Qi Gong, et non pas vers la tonification musculaire souhaitée dans la gymnastique. Il devra aussi comprendre et sentir que cette pratique est un « art corporel » dans lequel on développe plutôt la sensation, que la réflexion ou l'analyse.

Comprendre les bases de l'énergétique chinoise

Le Qi Gong étant un art de prévention, de

bien-être et de santé, il sera tout aussi indispensable à l'enseignant de comprendre les bases de l'énergétique chinoise, afin qu'il puisse accompagner l'évolution de ses élèves dans la pratique. Connaître par exemple les liens existant entre le geste produit et répété et son action énergétique sur la personne, entre un mode respiratoire et ses conséquences, ou encore comprendre la différence entre une gestuelle simple et une gestuelle accompagnée de points de concentration précis... Tout ceci sera une aide précieuse pour le professeur. Tout autant qu'une formation continue en anatomie du mouvement afin que les enseignants soient à même de comprendre la mécanique des mouvements qu'ils enseignent à leurs élèves, le bénéfice que les élèves peuvent en retirer, le lieu où se situe le point fort ou le point faible du mouvement et donc le lieu où doit se porter l'attention du professeur. Réunis au sein d'un comité technique, des experts qui pratiquent cette discipline depuis de très nombreuses années et dont la compétence est reconnue par l'ensemble de la profession, sont les plus à même d'évaluer les futurs enseignants. Evaluation qui doit mesurer le niveau de pratique, la pédagogie et la théorie.

Une aide pour les enseignants et les pratiquants

Le Qi Gong on l'a dit est, dans son domaine, extrêmement efficace. Son efficacité tient à la mise en place de critères de pratique précis qui doivent être respectés, tout comme on respecte les éléments constitutifs de n'importe quelle autre discipline, qu'elle soit physique, artistique, intellectuelle ou ludique. Cependant, pour pouvoir respecter des règles, il faut, les connaître, les comprendre, les avoir ressenties soi-même et les avoir assimilées. Le rôle des écoles de formation est précisément d'enseigner cela à leurs élèves. Les futurs enseignants doivent donc avoir une connaissance et une compréhension des différents critères de base qui font l'originalité et l'efficacité de cette pratique, en particulier: la détente qui amène à la fluidité du geste, l'axe qui permet d'appréhender notre position dans l'espace et permet la stabilité et la notion de centre, l'intention qui conduit l'énergie à l'intérieur du geste, etc. (voir article p. 22). Mais également, une intégration personnelle de ces différents critères qui font la spécificité du Qi Gong, afin de ne pas dénaturer la pratique. Ceci ne pouvant s'obtenir que par une pratique régulière, un entraînement, Gong en chinois, exactement comme un artiste qui s'entraîne et répète régulièrement chaque jour afin d'intégrer son art. Le Qi Gong n'est-il pas aussi un art? Art corporel, art de se maintenir en bonne santé, art de vivre... Un diplôme est donc pensé et construit pour être à la fois, une aide pour les

Comprendre l'essence et le sens de la pratique.



PORTRAIT

Dominique Banizette pratique le Qi Gong depuis 20 ans. Directrice de l'Ecole du Qi, elle est aussi cofondatrice de la FEQGAE, dont elle est vice-présidente et responsable du comité technique et pédagogique.

enseignants à qui il permet de repérer clairement les critères de base de la pratique et d'évaluer leur niveau personnel par rapport à un niveau requis, et une aide pour les pratiquants à qui il garantit des enseignants sérieusement formés et attestés par des experts. Tout cela est nécessaire au maintien d'un bon niveau de pratique qui sans lui, on le sait, aurait tendance à perdre en qualité au fil des années. Enfin, le diplôme, pour une discipline aussi variée et regroupant autant de courants, traditionnels et modernes, comme le Qi Gong, c'est aussi un moment de rencontres où se côtoient les différentes écoles et les différentes techniques enseignées en France, ce qui permet aux candidats d'élargir leur vision de ce que peut être la pratique, de rencontrer les élèves des autres écoles et des experts. 🌿

LE POINT DE VUE DES FEDERATIONS

DOMINIQUE CASAYS

Président de la Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Energétiques (FEQGAE)

Le diplôme d'enseignant de Qi Gong, développé depuis 9 ans par les principaux acteurs (écoles, enseignants) du Qi Gong en France au sein de la FEQGAE est essentiel pour assurer l'éthique et la qualité de l'enseignement d'une discipline si jeune chez nous.

Par contre, le cadre des arts martiaux tel qu'il est défini par le Ministère de la Jeunesse et des Sports ne nous paraît pas approprié au Qi Gong qui reste avant tout un art de santé et d'équilibre, et ne peut rien gagner à s'insérer dans un moule servant également pour le Judo ou le Karaté. La France serait bien le seul pays au monde à ranger autoritairement le Qi Gong à l'intérieur du Wushu !

BRUNO ROGISSART

Conseiller technique fédéral pour les arts énergétiques chinois à la Fédération Française de Wushu Arts Energétiques et Martiaux Chinois (FFWAEMC)

L'obtention d'un diplôme reconnu par la Ministère des Sports serait une excellente chose pour le Qi Gong et les arts énergétiques chinois en général. En effet, la richesse de notre discipline réside sans aucun doute dans la grande diversité des styles. Le parcours du Qi Gong en France, l'engouement qu'il connaît auprès du grand public, l'intérêt de sa pratique pour le bien-être et la qualité de l'enseignement ne sont plus à démontrer. Un diplôme reconnu serait finalement la reconnaissance de tout et de tous, la priorité étant aujourd'hui principalement administrative, des centaines d'enseignants l'attendent !

LA SITUATION DU QI GONG AUJOURD'HUI

En mai 1995, la Fédération des Associations et Enseignants de Qi Gong naît, regroupant la quasi totalité des écoles de Qi Gong et maîtres chinois. L'année suivante, en 1996, la Fédération Européenne de Qi Gong et Disciplines Affinitaires naît à son tour. Les deux entités, parfois appelées « Fédération du nord » et « Fédération du sud » se partagent équitablement l'ensemble des acteurs du Qi Gong.

En 1998, la Fédération des Associations et Enseignants de Qi Gong rejoint la FTCCT (Fédération de Tai Chi Chuan Traditionnels) et forme avec cette dernière la « Fédération de Tai Chi Chuan-Chi Gong », FTCCG, après deux années de discussions sur la création d'une grande fédération d'arts martiaux et énergétiques chinois. Cette nouvelle fédération de Tai Chi Chuan-Chi Gong obtiendra l'agrément ministériel. Un an après, l'ensemble des adhérents Qi Gong issus de la première Fédération des Associations et Enseignants de Qi Gong et entrés à la Fédération de Tai Chi Chuan Chi Gong démissionne. En mars 2003, les deux fédérations originelles de Qi Gong, la Fédération des Associations et Enseignants de Qi Gong, reformée depuis son départ de la FTCCG, et la Fédération Européenne de Qi Gong et Disciplines Affinitaires fusionnent et forment la Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Energétiques. Aujourd'hui, il y a donc deux entités qui revendiquent l'organisation du Qi Gong :

crédit photo: Ecole du Qi - photo: Marie-Anne André



- La Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Energétiques rassemble près de 10 000 licenciés (pour la France).
- La Fédération Française de Wushu, Arts Energétiques et Martiaux Chinois, qui a obtenu la délégation du Ministère des Sports pour l'ensemble des arts martiaux chinois et de Qi Gong. La FFWAEMC regroupe entre 3000 et 4000 licenciés de Qi Gong.

Aucun de ces deux groupements ne représente les praticiens en Qi Gong thérapeutique. En effet, l'activité thérapeutique ou médicale, suppose un diagnostic et un traitement et ne peut logiquement s'appliquer aux fédérations qui gèrent l'enseignement du Qi Gong à des groupes de pratiquants. En ce qui concerne le diplôme, il n'y a à l'heure actuelle aucun diplôme officiel de Qi Gong. : la Fédération Européenne de Qi Gong délivre depuis 9 ans un diplôme d'enseignant (environ 500 professeurs diplômés), et la Fédération Française de Wushu délivre un diplôme de moniteur fédéral (voir « points de vue ci-contre »).

Dans le monde, le Qi Gong n'est en général pas réglementé. On peut cependant noter qu'en Chine, le Qi Gong est encadré par l'Association Nationale de Qi Gong Santé, fonctionnant comme une fédération officielle, dépendant du Ministère des Sports, mais indépendante des arts martiaux, du fait de la spécificité du Qi Gong. Le Qi Gong thérapeutique ou médical concerne le ministère de la santé chinois.