



Illustration par Naïts, extraite de la BD « Grandmaster, Espoir pour le futur », par Didier Beddard et Naïts, Editions Soleil.

Wing Chun,

La nonne guerrière

La « boxe du printemps radieux », le Wing Chun, est le seul art martial traditionnel reconnu aujourd'hui pour avoir été créé par une femme. En contrepoint des nonnes guerrières du Temple de Hongtaï, nous lui rendons hommage.

par Didier Beddard

En 1645, les Mandchous s'emparèrent de la Chine et font méthodiquement la conquête de l'Empire du milieu. Ils oppriment le peuple chinois, de souche Han à quatre-vingt-dix pour cent, et imposent leurs lois avec des méthodes impitoyables. Les moines de Shaolin prennent alors l'habitude de se réunir au temple pour développer une nouvelle forme de combat dans l'espoir de restaurer leur dynastie. Ils analysent ce qu'il y a de meilleur dans chaque style pour obtenir une efficacité maximale et privilégient la stratégie des combats rapprochés, offrant ainsi à tous les pratiquants un apprentissage plus court et des techniques plus facilement assimilables. Ils sont malheureusement dénoncés et les Mandchous commencent à incendier les temples. Cinq maîtres sont à l'origine de ce style révolutionnaire, parmi lesquels une femme, la nonne Ng Mui, qui sera la seule à échapper au massacre. Elle consacre tout son temps à élaborer la suite logique de ce style en l'enseignant à une jeune orpheline nommée Wing Chun.

« Connais en toi le masculin, adhère au féminin. »

Ce style est composé de différents types d'entraînement spécifique. Il existe six formes dont trois à mains nues : *shilim tao* donne accès à l'analyse, l'interprétation et l'utilisation d'une forme, qu'il s'agisse de l'aspect interne ou externe ; *chum kil* permet de passer d'une distance à une autre. Ce sont les principes de *shilim tao* associés à l'étude des déplacements et à l'utilisation des trois distances (jambes, poings et corps à corps) ; *biljee* (le « toucher de la mort - les doigts qui transpercent ») étudie la précision des touches. *Mook jong*, mannequin de bois utilisé pour le développement des applications martiales, représente un partenaire en bois constitué d'un tronc, trois bras et une jambe. Il permet d'étudier les combinaisons martiales, les angles, la diffusion de l'énergie lors de l'impact, mais aussi la précision, la vitesse et la puissance. Ajoutons deux formes d'armes : une longue au bâton et une courte (« couteaux papillons »). Chaque type d'entraînement est lié aux autres et complémentaire. Dans le Wing Chun, l'aspect Yin a été mis en avant dans l'utilisation de la « non force » : diminuer pour augmenter.

Une des composantes du style est basée sur ce principe, le *chi sao* (mains collantes), un exercice à deux qui utilise les bras pour s'exercer à infiltrer le système de défense de son partenaire sans se laisser toucher. *Chi sao* permet notamment de développer sa sensibilité par le contact, ce qui amène le pratiquant à détecter l'intention de son partenaire en utilisant les forces et les directions donner par celui-ci ; ainsi il parvient à ses fins sans s'opposer. Etre avec son adversaire et non contre permet ainsi plus aisément de comprendre l'art de combattre sans combattre. La technique est basée sur la structure même de l'individu, son fonctionnement physique et physiologique régi par les lois purement physiques ; équilibre, déséquilibre déviation, interception, stratégie, tactique, rien n'est laissé au hasard. Pour conclure, je citerai les paroles de Lao Tseu : « Connais en toi le masculin, adhère au féminin. » Et : « Le plus souple en ce monde prime sur le plus rigide. Seul le rien s'insère dans le sans faille. A quoi je reconnais l'efficace du non-faire. La leçon du non-dire, l'efficace du non-faire, rien ne saurait les égaler. » Aussi, bienheureux ceux qui adhèrent au féminin.

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