



Tang Jiashan (P. Cassam-Chenai)  
Président-Fondateur de l'ERICMA

Nathalie Daviet  
Interdeco Métropoles

Le 7 mai 2006

*Absolutely Zen :*

### **.Le kungfu de la Mante Religieuse (Taiji Tanglang Quan)**

#### **Gongfu et accomplissement de soi**

Le terme 功夫 (gongfu ou kungfu) désigne en chinois l'adresse, l'habileté que l'on acquiert par une longue pratique, un travail assidu. Autrefois écrit 工 (gong, "le travail") et 夫 (fu "homme adulte"), ce terme véhiculait l'idée d'un accomplissement de soi par le travail. L'écriture moderne 功 (on a rajouté la force 力 au travail 工) et 夫 précise que le travail consiste à "rafiner" la force de manière à en tirer sa quintessence, ou plus prosaïquement, à acquérir les gestes techniques parfaits afin que le rendement de la force investie dans chaque action ait un rendement de 100 pourcent. Ce concept de gongfu est très général, il s'applique en Chine à toute activité artistique ou artisanale. Par exemple, il est commun d'entendre dire d'un calligraphe ou d'un cuisinier qu'il a un bon "gongfu". Lorsqu'on ne précise pas le contexte, le terme réfère en général aux arts martiaux : 武術 (wushu).

#### **Ecoles d'arts martiaux et solidarité**

Les arts martiaux chinois sont composés d'une centaine de "styles", en chinois "pai" (派 "sectes") ou "men" (門 littéralement "porte" à prendre au sens figuré de porte permettant d'entrer dans une famille, un clan, une maison). En effet, traditionnellement, une école de gongfu est comme une famille, les disciples s'appellent entre eux "frère" ou "soeur", ils appellent leur maître "père". Il n'est donc pas donné à tout le monde de se voir "ouvrir la porte" de son enseignement par le maître, qui n'acceptera pas d'adopter n'importe qui comme fils. Bien sûr, il y a toujours eu en parallèle un enseignement plus proche du modèle occidental avec une relation professeur-élève, mais cet enseignement est très différent de celui qu'on obtient à travers d'une relation maître-disciple traditionnelle. La solidarité que peut trouver le pratiquant au sein de son école, le sentiment d'appartenir à une famille, une communauté peut pallier à l'éclatement de la société moderne et n'est sans doute pas étranger à l'engouement pour les arts martiaux traditionnels en occident.



Tang Jiashan (P. Cassam-Chenai)  
Président-Fondateur de l'ERICMA

### *Le Taiji Tanglang Quan : un système d'autodéfense complet.*

Chaque style est lui-même subdivisé en différentes branches. Par exemple, le style de la Mante Religieuse du nord, le Tanglang Quan, comprend comme branches principales : la Mante Religieuse des Six Harmonies (Liuhe Tanglang Quan), la Mante Religieuse des Sept Etoiles (Qixing Tanglang Quan), la Mante Religieuse de la Fleur de Prunier (Meihua Tanglang Quan), la Mante Religieuse du Faîte Suprême (Taiji Tanglang Quan), la Mante Religieuse aux ailes d'or (Jinchi Tanglang Quan), la Mante Religieuse aux 8 pas (Babu Tanglang Quan), la Mante Religieuse des Canards Mandarins (Yuanyang Tanglang Quan)... C'est donc au total plusieurs centaines de systèmes de combat bien individualisés que compte la Chine. Chaque système est un système complet comprenant des techniques de pieds et de poings comme le karate, des projections et des clés comme le judo, des armes diverses et variés : bâtons, épées, sabres, lances, ... Le pratiquant apprend à faire face à toute situation violente, potentiellement dangereuse. En s'aguerrissant au contact de ses codisciples et lors de défis entre écoles, il prend confiance en lui. Cette confiance lui sert non seulement à gérer une situation de conflit mais s'étend à d'autres domaines d'activité humaine nécessitant courage ou combativité. C'est un remède contre l'angoisse ou les peurs existentielles auxquelles peuvent être sujets certains individus (voir film biographique sur Bruce Lee, le gongfu lui permet de vaincre les démons intérieurs qui le terrorisent).

### *Taiji Tanglang Quan et santé.*

Il y a traditionnellement deux raisons pour pratiquer un art martial: 1- apprendre à se défendre contre un agresseur, 2- renforcer sa santé, sa vitalité. Ce sont en fait deux aspects d'une même démarche visant à rechercher l'harmonie dans le monde extérieur (le macrocosme) en sachant gérer une situation de conflit violent et à l'intérieur de son être (microcosme), l'exercice physique ayant des vertus prophylactiques et antidepressives. Le corps et l'esprit du pratiquant se transforment (l'un agissant sur l'autre et réciproquement) au cours de sa progression, et la connaissance de l'un et de l'autre s'approfondissent au fil de la pratique quotidienne. Les maîtres d'arts martiaux sont d'ailleurs souvent versés



Tang Jiashan (P. Cassam-Chenai)  
Président-Fondateur de l'ERICMA

dans la médecine traditionnelle chinoise. C'est du reste une nécessité pour soigner les blessures qui peuvent survenir au cours d'un combat. Aussi bien les siennes que celles de l'adversaire. "Qui apprend à casser doit aussi apprendre à réparer." De plus la pratique martiale proprement dite s'accompagne souvent de techniques de santé : Qigong, Paidagong, massages, ...

*Le Taiji Tanglang : une ouverture sur une autre culture.*

Le Taiji Tanglang Quan comme les autres arts martiaux chinois est un produit de la culture populaire chinoise. Pour en pénétrer toutes les arcanes, il faut se familiariser avec une autre façon de penser, avec d'autres concepts qui sont à la base de la culture et de la civilisation chinoise. Le pratiquant soucieux de connaître les racines historiques, philosophiques ou théoriques de son art, sera naturellement conduit à s'ouvrir et à s'imprégner de culture chinoise. En particulier, il sera fondamental qu'il comprenne la notion de "wude" (l'éthique martiale), car en Chine, on juge un artiste martial autant sur son aptitude technique que sur sa conduite éthique selon les valeurs morales chinoises ayant toujours cours dans les cercles d'arts martiaux.

P. Cassam-Chenai,

唐家山。

