

# L'Art du Chi, une technique, une méthode mais surtout un art *reçu* que l'on *transmet*

par Michèle Stévanovitch

La première chose qui m'a séduite dans l'enseignement de Vlady, c'était la simplicité de l'approche. Il allait droit au but, donnait la clé tout de suite. Pour tous ceux qui ont un peu bourlingué d'écoles en écoles ou de techniques en techniques, la différence est évidente. La plupart du temps, le travail est entouré de mystère, de théories à intégrer (sans lesquelles il est impossible de pratiquer), de sous-entendus : attention ! tout ça n'est pas accessible au commun des mortels ou en tout cas, ces gens-là (les anciens) étaient bien mieux que nous, etc.

Or, des techniques provenant d'une époque lointaine et d'une culture complètement différente de la nôtre nous ont été présentées par Vlady comme des choses très simples, accessibles à tous et directement. A condition d'être bien guidé évidemment.

Vlady avait le don de la pédagogie, il avait l'enthousiasme, mais surtout il avait été formé par des Maîtres ! Au delà de cette simplicité, on sentait immédiatement la valeur et la profondeur de l'enseignement.

Rappelez-vous ces cours incroyables avec 50 débutants. En quelques dizaines de minutes, Vlady faisait sentir le Chi concrètement à tous et en rigolant ! Mais tous repartaient touchés ! Nous avons évidemment maintenant plus ou moins hérité de cette façon de faire, elle nous semble presque normale. Mais que représente-t-elle au fond ?

## Notre langage est celui du corps et ce langage là est universel.

Un exemple, Vlady (eh oui encore... c'est lui qui m'a tout appris !) disait : "*Lorsque tu te demandes si*

*ton mouvement est juste, fais appel à deux choses : la respiration et la logique martiale ou plutôt la logique de l'effort*". Je ne vous rappellerai pas "la voiture en panne"...

Ça, c'est le langage du corps et c'est simple. Si les explications s'éloignent de cette simplicité, c'est que nous avons quitté le langage du corps et fonctionnons avec la tête ! Je fais ici un petit appel du pied à ceux qui déforment cette logique du corps au profit d'une logique intellectuelle... qui pinaillent sur les explications (martialles ou logiques) pour en découvrir la faille ! Ceux-là sont indécrottables, ils n'ont pas encore compris la différence. Je ferme la parenthèse.

Dans le travail du Chi, c'est la même chose, nos images (nos mots) parlent au corps. Elles ont pour but de provoquer des réponses concrètes, corporelles et non pas imaginaires. La réponse est concrète et elle produit un effet, elle réalise un travail (de type manuel) à l'intérieur. Nous nous transformons.

J'oublie de dire que c'est long, très long ! C'est un travail d'artisan. Il faut répéter inlassablement : "repère avant, repère arrière...". Et surtout ne pas interpréter. L'interprétation est comme une conclusion, c'est fini, on a compris... le travail s'arrête. Ou alors, l'interprétation nous éloigne, nous ramène au mental. Certains mots sont une interprétation... Discerner les mots qui parlent au corps et les mots qui parlent au mental, c'est le travail de l'enseignant. Restons dans l'action, notre travail est concret. Si nous sommes dans l'action, la technique nous travaille de l'intérieur, nous change et notre lecture change. Et lorsqu'elle s'appuie sur un vécu, la lecture est toujours juste et les mots aussi.

Il est vrai aussi que nous avons un

besoin fondamental de comprendre (même si une compréhension est toujours provisoire), de mettre de l'ordre. Il y a un nombre incroyable de bouquins (dont ceux de Vlady) sur le sujet. Nous nous mettons nous-mêmes à écrire dans notre Tantien Mag. Que de tentations ! On voudrait tellement aller plus vite, pouvoir tout expliquer, tout s'approprier. Nous cherchons le but, la fin. Mais dans notre travail il n'y a pas de fin ! C'est tout l'intérêt !

Il y a des bouquins formidables (dont ceux de Vlady) mais ils ne servent à rien. Les bouquins formidables décrivent une expérience. Pendant la lecture, cette expérience est compréhensible par ceux qui l'ont eux-mêmes vécue, il y a alors "reconnaissance". Mais celui qui n'a pas eu cette expérience ne fait que s'égarer avec les mots. Il cherche à comprendre avec la tête, il s'éloigne. Ce ne sont pas les mots qui font comprendre, c'est l'expérience. Ce ne sont pas les mots qui nous changent, c'est le travail.

## Le langage du corps, mais pour recevoir et transmettre quoi ? Comment devenir enseignant ?

Tout d'abord "*Il faut être mordu*", c'est ce que dit la Charte des enseignants de l'Ecole. On ne devient pas enseignant de l'Art du Chi parce qu'on aime enseigner, on devient enseignant parce qu'on est passionné par notre travail et que l'on veut passer sa vie à faire ça !

Oui, mais, ça c'est quoi ? Qu'est-ce que j'ai reçu ? Qu'est-ce qui, dans ce que j'ai reçu, me motive, me passionne ? Comment le cerner et comment le transmettre ?

Pour transmettre, il y a des outils ; les techniques, les formes... et il

faut longtemps pour les acquérir. Il y a le langage du corps et il y a même la pédagogie...

L'essentiel est autre, c'est le "ça".

Le "ça" ne se définit pas. C'est à la fois les outils (techniques, formes), mais aussi la manière de les présenter, de les enchaîner, autrement dit la *Méthode*. Mais c'est surtout ce qui est transmis sans mots... Ce qui passe par le corps et le dépasse.

**En fait, ce que nous transmettons, ce vers quoi nous a guidé Vlady, c'est une qualité de présence à soi. C'est le *You*.**

Le vide. Le vide mais pas le néant. La réalité est ouverte complètement. C'est la faculté de connaître fixée sur rien. Une présence qui ouvre au monde et à la transmission ! Nous y voilà ! C'est le début et c'est aussi l'aboutissement. C'est le début car on peut l'entrevoir tout de suite. Si l'enseignant est centré, l'élève reçoit même s'il n'en est pas conscient. Et ça passe à travers des techniques simples, de base. Il ne faut pas attendre d'enseigner ou de suivre des techniques compliquées, ça n'a rien à voir...

Vous souvenez-vous ? *"You follow me"*, tout est là.

Mais l'enseignant ne peut transmettre sans l'élève qui veut recevoir. Alors, vous, en tant qu'élève, vous êtes-vous ouvert ? Avez-vous été suffisamment centré et sans attente ?

Il n'y a quasiment pas de différence entre être élève et être enseignant, cela nécessite la même présence centrée qui ouvre. Votre formation a commencé lorsque vous avez pris votre premier cours. La boucle est bouclée, comme on reçoit, on va enseigner. Choisissez donc l'enseignant qui a reçu et développé la graine, l'enseignant qui ne cherche rien. L'enseignant qui transmet. On en revient à la première question : Qu'est-ce que j'ai reçu ?

Je vous raconte mon expérience.

Le cours commence, j'ai une idée globale de la technique de Chi

que je veux faire. Je me centre, je décris ce que je vis, ce qui se fait (la technique a été pratiquée des centaines de fois) et je m'entends dire des choses que je n'ai jamais dites. Le déroulement se fait merveilleusement, avec une logique incroyable... que je n'ai pas calculée ! J'étais centrée. "Ça s'est fait". Cela n'a rien à voir avec une volonté d'originalité ou avec "la personnalité".

Dans l'ouverture que nous recherchons, la personnalité n'a pas sa place. La personnalité fait partie de ce que Vlady appelait "la première couche". Le phénomène que je décris concerne une capacité en relation avec la transmission. Si la technique a été "apprise", ça ne se passera pas. On continuera inlassablement à répéter la technique et y mettre de l'originalité ne fera qu'illusion. Lorsque les techniques ont été transmises, elles s'emboîtent, se complètent comme un puzzle et finissent par *me* transformer. Pas comme un puzzle, comme quelque chose de vivant, qui a sa logique, imprévisible. Pendant ce cours, si je m'étais préoccupée et préparée au déroulement ou à la pédagogie, je me serais enfermée dans mes raisonnements, mes désirs de bien faire ou de faire autrement, mes craintes etc.

*"Oui, mais lorsqu'on commence à enseigner, on ne peut pas faire la même chose !"*... Si, absolument. Vous attendez quoi...? D'être prêt...? NON, dès que vous enseignez, ce doit être de cette manière.



*Michèle Stévanovitch lors de la remise du flambeau de la direction de l'Ecole par Vlady en 2000*

Si vous enseignez, c'est que vous avez pratiqué longtemps avec les Formateurs. Si, pendant votre apprentissage, vous avez eu la bonne attitude, si vous étiez pleinement ouvert, il vous suffit maintenant d'écouter.

Donc, écoutez et ne décrivez que ce qui se fait ! Ne vous dites pas : *"Ah oui, il y a encore ça et ça à placer"*. NON !

Il y a quelques années, les stages de formation duraient deux mois. C'était idéal pour s'imprégner. En deux mois, chacun avait l'occasion de craquer... de lâcher le mental.

Les circonstances sont différentes et cela devient très difficile pour la plupart des participants de faire de longs séjours. C'est toujours la meilleure formule (et nous allons y revenir partiellement au Centre International). Mais si ce n'est pas possible, ne perdez pas votre temps avec une mauvaise attitude, ne vous laissez pas détourner par votre mental, n'analysez pas, ne vous laissez pas obséder par la mémorisation et ne prenez surtout pas de notes pendant les cours ! C'est le meilleur moyen de passer à côté (prenez-les après si vous voulez et seulement si vous êtes ancien). L'autre jour, après un cours, quelqu'un m'a dit : *"C'était merveilleux, j'étais vraiment dedans, mais je suis incapable de dire ce qu'on a fait"*, je lui ai répondu : c'est ça, tu as eu la bonne attitude, c'est passé et entré ! Ça ressortira au bon moment.

Il est évident que de cette manière nous n'attirons pas énormément de candidats à l'enseignement, c'est trop long, trop difficile et surtout... trop différent, déroutant. Mais ceux qui sont là sont les bons ! C'est long, oui, très long. Mais dès le premier cours suivi, c'est merveilleux. Dès le premier cours donné, c'est merveilleux. Trente ans après, c'est toujours merveilleux... Et puis, n'oubliez pas, c'est aussi l'aboutissement... Alors, « continuez ! »

M.S