

## La technique du maître Nguyen Dan Phu

Il y aura bientôt trente ans qu'en compagnie de mon ami le Docteur Chin j'ai assidûment fréquenté l'Ecole du Dragon Vert qui représentait alors l'enseignement du maître Nguyen Dan Phu dans le dixième arrondissement de Paris. A l'instar de Hoang Nam et de Nguyen Duc Moc, cet expert méconnu fut l'un des premiers à enseigner en France un art martial vietnamien mêlé de techniques chinoises. Cette transmission tout d'abord informelle devait, au cours des années, donner naissance à l'école Thanh Long (Dragon vert) dont nous présentons aujourd'hui les principales caractéristiques. Originaire du nord du Vietnam, Nguyen Dan Phu s'engagea comme interprète dans l'armée avant de s'installer en France après la seconde Guerre mondiale. Encouragé par les succès du judo, il commença bientôt à enseigner à quelques disciples un savoir en autodéfense principalement acquis à Hanoi et à la frontière chinoise. Son enseignement se diffusa discrètement jusqu'à la fondation en 1972 de la Fédération Française de Viet Vo Dao où il se trouva aux côtés des maîtres Phan Hoang, Tran Minh Long, Tasteyre Tran Phuoc et Pham Xuan Tong. A son décès le 28 juin 1999, le regretté Nguyen Dan Phu, qui n'avait jamais fait profession de l'enseignement des arts martiaux, laissait toutefois derrière lui des milliers d'élèves regroupés au sein des structures créées par ses fils et ses nombreux disciples. Parmi ces derniers, le docteur Chin occupe une place privilégiée non en raison de son ancienneté mais de la relation intime qui le lia au maître Nguyen Dan Phu et du rôle qu'il fut indirectement amené à jouer dans la codification du Thai Cuc, technique qui représente l'aspect interne de la pratique de l'école du Dragon Vert.

**J. Carmona :** Comment as-tu connu le maître Nguyen Dan Phu ?

**Chin :** Je l'ai connu en 1976 à Paris alors que je travaillais comme médecin anesthésiste à l'hôpital Saint-Louis. Le maître venait d'être victime d'un accident de la circulation. Je pratiquais alors le kung fu indochinois avec Yvan Pham Kim Ho mais je fus rapidement séduit par la personnalité de mon patient et convaincu de rejoindre son école par quelques uns de ses élèves qui travaillaient dans l'hôpital.

**J.C :** Peux-tu nous présenter l'école Thanh Long ?

**Chin :** Au début de son enseignement, le maître Phu n'enseignait pas d'enchaînements de type *quyen* (*kata* en japonais). Il avait rassemblé ses connaissances en autodéfense sur la base de techniques vietnamiennes et chinoises en créant des « leçons ». Il y avait ainsi les leçons des « doigts », des « paumes », des « tranches de mains », des « coudes », des « marteaux » et des « pieds ». En tout sept leçons consistant chacune en un aller-retour enchaînant diverses techniques mettant en application la même arme naturelle. Dans l'ensemble, sa pratique insistait plus particulièrement sur les mouvements des membres supérieurs et sur les blocages suivis d'une contre-attaque en un seul mouvement continu.

**J.C. :** Je m'en souviens bien ! A la fin des années soixante-dix, on terminait nos entraînements avec les bras couverts d'énormes hématomes... Parle-nous de cet aspect du Thanh Long.

**Chin :** Le maître Phu insistait sur la protection de la ligne centrale du corps défendue non seulement par les bras mais aussi par les jambes. Pour préparer ses élèves à des chocs très durs, il avait développé l'utilisation de plusieurs instruments tels que le faisceau de baguettes

en bambou pour endurcir avant-bras et tibias, le sac de graines pour le conditionnement des mains et enfin une sorte de rouleau tenu à deux mains par un partenaire pour le travail des « marteaux » du poing.

**J.C.** : La technique des « marteaux » est essentielle dans l'école du maître Phu...

**Chin** : Oui, cette technique était sa spécialité. L'enchaînement des différents « marteaux » forme la cinquième leçon. Une caractéristique réside dans la façon de fermer le poing, le pouce venant se placer sur le côté de l'index. On travaillait cette technique sur des attaques de poing données à pleine puissance. Il fallait « casser » l'attaque mais, dans le souci d'équilibrer la riposte, en visant non pas une zone vitale mais le bras ou la jambe de l'adversaire. Ce n'est qu'à la dernière extrémité que ces mêmes mouvements circulaires des poings peuvent labourer la ligne centrale de son corps où sont situés les principaux points vitaux.

**J.C.** : Le maître insistait-il sur l'endurcissement du ventre, thorax, etc. comme on peut le voir dans le chi-kung dur (*ying qigong*) ?

**Chin** : Non, seuls les quatre membres devaient être renforcés avec modération. Le maître ne parlait pas d'énergie dans les arts martiaux comme on le fait aujourd'hui dans les arts internes. Pour lui, il fallait du « nerf », c'est-à-dire exploser en effectuant la technique. Par ailleurs, il pratiquait une gymnastique respiratoire et d'automassages pour la santé, un aspect important de son entraînement personnel.

**J.C.** : Venons-en au Bagua zhang, cet art martial interne chinois auquel il accordait une importance particulière.

**Chin** : Il avait commencé à enseigner cette technique sur Paris à Robert Siwsanker, qui dirigeait le club du Dragon Vert, et quelques autres. Il appelait cela le Thai Cuc ce qui se traduit en chinois par Taiji. Mais cela ne ressemblait pas au Taiji On se déplaçait dans quatre directions à partir d'une position en garde latérale et on effectuait des mouvements des mains ouvertes en griffes classés selon « huit portes ». Les enchaînements étaient plus angulaires que circulaires. A l'époque, j'avais déjà étudié le Taiji quan à Hong Kong et je possédais de nombreux ouvrages chinois sur les arts martiaux. Dans ma bibliothèque il y avait un livre de Jiang Rongqiao sur le Bagua zhang qui avait été publié à Pékin au début des années soixante. Tu connais d'ailleurs bien l'enchaînement décrit dans ce bouquin puisque tu as publié sur ce sujet un livre avec Wang Bo qui pratiqua la forme de Jiang... En y regardant de plus près je m'aperçus qu'il y avait des similitudes avec le Thai Cuc du maître Phu. Lorsque je fis part de ma découverte à ce dernier, il fut enchanté et me demanda de lui traduire intégralement ce texte en français.

**J.C.** : Il ne connaissait donc pas l'existence de ce livre ?

**Chin** : Du tout. Il y avait des ressemblances avec ce qu'il avait commencé à montrer mais on voyait bien qu'il ne s'agissait pas de la même version de cette pratique. Le plus curieux était que le maître Phu ne pratiquait pas la marche circulaire du Bagua zhang mais un déplacement en forme de croix.

**J.C.** : D'où détenait-il cette pratique ?

**Chin** : Selon ce qu'il m'avait expliqué à l'époque, du sud de la Chine. Il disait détenir ses techniques martiales de trois sources : deux maîtres vietnamiens et un maître chinois qui vivait juste de l'autre côté de la frontière. C'est avec ce dernier qu'il apprit son Thai Cuc qui était en fait du Bagua. Lorsque de nombreuses années plus tard, il découvrit le livre de Jiang Rongqiao il se remémora de nombreux mouvements qui étaient enfouis dans sa mémoire. Il avait une haute idée de la valeur de cette pratique qu'il considérait même supérieure au Thieu Lam (la boxe Shaolin, NDLR).

**J.C.** : Tu as évoqué les leçons et le Thai Cuc. Peux-tu nous dire si son école comporte d'autres enchaînements codifiés ?

**Chin** : Lorsque le Viet Vo Dao s'organisa au cours des années 1970, chaque maître fondateur apporta un enchaînement à mains nues (*quyen*) pour le programme fédéral. Le maître Nguyen Dan Phu créa pour cette occasion le quatrième *quyen* fédéral. Il effectuait également des recherches sur différentes armes blanches et élaborait progressivement les formes d'armes que nous connaissons aujourd'hui.

**J.C.** : Incluaient-il les saisies et projections dans le programme de son école ?

**Chin** : Non, il ne semblait pas spécialiste de cet aspect du combat. Son point fort était dans la défense et particulièrement les blocages ainsi que dans certaines techniques de poing qui lui étaient propres : le « marteau » dont j'ai déjà parlé mais aussi la « bêche », frappe descendante du poing ongles en dessous, la « fronde », mouvement tournoyant du poing qui vient frotter la tempe, le revers du poing, etc. Dans ses techniques de poing, il évitait les impacts violents pour chercher à balayer les points vitaux. Il devait considérer que les tentatives de saisie exposent à des frappes létales...

**J.C.** : Pour terminer, quelle image gardes-tu du maître Nguyen Dan Phu ?

**Chin** : Ses connaissances ne lui servaient pas à se valoriser et sa pratique ne constituait pas un gagne-pain. Il était vraiment préoccupé par des questions concrètes : l'autodéfense, la prévention des maladies ou du vieillissement... C'était un vrai pratiquant toujours prêt à apprendre. Quelques années avant sa disparition, nous avons entendu parler d'un Chinois très fort qui pratiquait la technique des cinq animaux. Le maître Phu avait souhaité le rencontrer et s'il avait eu la possibilité d'apprendre quelque chose de nouveau avec cet expert, il se serait mis à son école malgré son âge avancé. C'est à cet esprit de débutant que l'on reconnaît les maîtres authentiques...

**J.C.** : Je te remercie au nom de tous les visiteurs de notre site.

**Chin Shingpok est docteur en médecine, spécialiste en anesthésie-réanimation, biologie et médecine du sport, et acupuncture pour laquelle il a été consultant au CHU Saint-Louis-Lariboisière. Il est 3<sup>ème</sup> dan de Viet Vo Dao et diplômé d'Etat pour l'enseignement des arts martiaux chinois internes (AMCI). A Bayeux où il réside, il enseigne le Taiji quan (styles Yang, Wu et Chen) ainsi que le Bagua zhang.**