

DU TIR À L'ARC AU QIGONG



José Luis Serra est un ami de très longue date. Nous nous sommes connus en 1988 lors d'un championnat d'Europe de Wushu qui se déroulait à proximité de Barcelone. Dès cette rencontre, je pus me convaincre du talent de ce pratiquant des arts martiaux chinois. Aujourd'hui, après plus de quarante années dédiées à l'étude de ces disciplines, il est non seulement un éminent spécialiste du style Hung gar transmis par le maître Lam Chuen Ping, mais aussi un expert du style Chen de taiji quan et de la lutte chinoise, pratiques approfondies dans une relation privilégiée avec ces grandes figures que sont Chen Xiaowang et Yuan Zumou. En 2008, José Luis s'est installé en Slovaquie où il a ouvert l'école d'arts martiaux Wutai ainsi qu'un cabinet de massothérapie à Bratislava. Passionné par le tir à l'arc des steppes, une pratique qui traverse le continent eurasiatique de la Turquie à la Mandchourie, José Luis a accepté de partager ses expériences dans ce domaine avec l'association Shenjiying.

José Luis, qu'est-ce qui t'a amené au tir à l'arc ?

Pendant ma jeunesse, alors que je vivais à Barcelone, je me sentais déjà attiré par le tir à l'arc, cela en lien bien sûr avec mon intérêt pour les arts martiaux. Malheureusement, le fait de vivre dans une grande ville dans laquelle cette discipline ne faisait pas partie des traditions locales ne facilitait pas sa pratique, du moins dans les aspects qui m'intéressaient, très éloignés du sport olympique. Les sources d'information disponibles étant alors très limitées, j'ai laissé cet intérêt pour plus tard. Par la suite, lorsque les conditions ont été plus favorables, ma curiosité s'est surtout portée sur le tir à l'arc en tant que bien culturel commun aux peuples nomades. Pour ceux-ci, l'utilisation de l'arc était non seulement liée à leur survie, comme outil de chasse et arme de guerre, mais aussi à d'autres aspects en tant qu'objet de culte ou encore instrument de loisir. Ma pratique, comme pour d'autres facettes de ma vie, a été conditionnée par les circonstances ainsi que les priorités du moment en relation

avec ma trajectoire en tant que praticien et enseignant des arts martiaux chinois.

Cette situation a radicalement changé lorsque je me suis installé en Slovaquie. Aujourd'hui, j'habite dans une maison avec un jardin ce qui me permet de m'entraîner régulièrement par beau temps et je dispose également d'un espace dans mon école Wutai permettant de tirer en intérieur. D'autre part, la proximité de la Hongrie, dont la tradition du tir à l'arc remonte à l'invasion des Huns, fait qu'il existe un grand nombre de pratiquants ainsi que, et c'est tout aussi important, les meilleurs fabricants d'arcs traditionnels d'Europe. Autant de facteurs qui ont donc contribué au développement de ma pratique. Enfin, je participe aussi régulièrement à des concours réunissant des adeptes d'archerie moderne et traditionnelle.

Quelle est la différence entre le tir à l'arc traditionnel tel qu'il était connu en Europe, notamment dans la région méditerranéenne, et le tir à l'arc du monde nomade ?

Pour mémoire, lorsque nous parlons du monde nomade je fais surtout référence aux populations d'Asie, sans rien enlever aux peuples indigènes des Amériques. Dans ce cas, l'une des différences les plus remarquables est l'utilisation de l'anneau de pouce qui est présente dans presque toutes les traditions asiatiques y compris le tir à l'arc à cheval. Au contraire de l'usage méditerranéen où la corde est tirée avec l'index, le majeur et l'annulaire, comme c'est d'ailleurs également l'usage dans la modalité sportive ainsi que d'autres variantes.

Le tir à l'arc était présent chez tous les peuples d'Europe mais sa dimension traditionnelle a toutefois disparu à l'exception de la Hongrie et de l'Angleterre avec son *longbow*. Dans ce dernier cas, il s'agit une pratique à pied alors que pour la Hongrie il s'agit d'un art équestre qui a été revivifié par Lajos Kassai, dont l'enseignement s'est étendu aux pays voisins ainsi que, dans une moindre mesure, à d'autres pays d'Europe et d'Amérique. Les échanges avec la Turquie, où le tir à l'arc traditionnel jouit encore d'un grand prestige, ont également favorisé la diffusion de cet héritage du monde nomade.



Un modèle d'anneau de pouce

Pendant un temps, tu as concentré tes recherches sur un traité ancien destiné à la formation des Mamelouks, corps militaire d'élite du monde musulman. Que peux-tu nous dire à ce sujet ?

Mes recherches ont commencé un peu par hasard et aussi par nécessité. La vérité est que même ici, en Slovaquie et en Hongrie, l'utilisation de l'anneau de pouce demeure minoritaire. Lorsque j'ai voulu m'y mettre, je n'ai trouvé personne vers qui me tourner. Alors, après avoir acheté un anneau en corne coréen dans le magasin d'archerie le plus proche, comme presque tout le monde, je me suis tourné vers l'internet. Je suis ainsi tombé fortuitement sur la traduction anglaise de 1970 d'un traité écrit en 1368 par un certain Taybugha, instructeur des Mamelouks. Il semble qu'à cette époque la formation en tir à l'arc des Mamelouks commençait, pour des raisons internes, à connaître une certaine décadence et le manuel de Taybugha avait donc pour but de favoriser une pratique correcte

afin de lui redonner son prestige et son efficacité. La lecture de ce traité reste encore aujourd'hui pour moi une grande source d'inspiration. Lorsque je l'ai découvert, un monde inattendu de sophistication s'est ouvert devant mes yeux m'invitant à une exploration qui a été une expérience fructueuse. En évoquant les différentes traditions du monde arabe ainsi que des peuples perses et turcs, les différences entre les enseignements des différents maîtres de l'époque, les erreurs de pratique, l'utilisation de l'arc et de l'anneau, etc., ce texte a mis à l'épreuve ma condition d'autodidacte. Je disposais d'une source et des outils, il ne me restait plus qu'à travailler avec persévérance. Par ailleurs, les ouvrages *Arab archery*¹ et *Turkish Archery and the Composite Bow*² ainsi que la lecture de documents et le visionnage des vidéos du Dr Murat Özveri, fondateur de l'association Tirendaz à Istanbul et éminent chercheur dans le domaine du tir à l'arc turc, m'ont également été très utiles.



Une comparaison entre un arc de type turc (en haut) et mandchou.



Au sein de l'association Shenjiying, nous sommes très intéressés par la méthode sino-mandchoue. Quelles sont, selon toi, les caractéristiques de celle-ci?

En tant que pratiquant d'arts martiaux chinois, je n'ai pu m'empêcher d'être attiré par le tir à l'arc du pays du Milieu. Dans un empire aussi vaste que la Chine, le nombre de peuples qui le composent a généré une grande richesse de traditions. Cependant, en raison des circonstances sociopolitiques et du caractère idiosyncrasique du peuple chinois, le tir à l'arc a presque disparu au sein de la population Han pour ne se maintenir que parmi les minorités mongole, coréenne et mandchoue. Ces dernières années, des chercheurs tels que Stephen Selby à Hong Kong et Peter Dekker à Amsterdam ont contribué à relancer l'intérêt pour le tir à l'arc chinois dans le monde entier, y compris en Chine même.

Pour répondre à la question, je vais plutôt évoquer les différences entre le tir à l'arc sino-mandchou et la technique turque que je connais mieux. La première différence réside dans les caractéristiques des arcs qui sont tous deux recourbés. On peut qualifier l'arc turc de court voire très court. Il mesure ainsi de 51 à 47 pouces, avec des *siyah* (extrémités des branches de l'arc NDLR) également très courts, une caractéristique qu'il partage avec les arcs coréens. Le relâchement de la corde n'entraîne pratiquement pas de choc en retour, ce qui lui confère une grande mobilité et une grande polyvalence sans pour autant diminuer sa puissance qui, dans le cas des arcs militaires, peut dépasser les 120 livres. Le fait d'être un arc compact le rend en outre plus facile à transporter et moins vulnérable aux manipulations brutales. Par ailleurs, l'allonge relativement limitée facilite la cadence de tir. Enfin, l'utilisation de flèches plus courtes et plus légères en fait un outil idéal pour le tir à l'arc monté ainsi que pour le tir à l'arc à longue distance.

1 Nabih Amin Faris et Robert Potter Elmer, *Arab archery*, David De Angelis, 2019.

2 Paul E. Klopsteg, *Turkish Archery and the Composite Bow*, Martino Fine Books, 2016.



Tir à l'arc dans la tradition mamelouke par José Luis Serra

L'arc mandchou répond quant à lui à des exigences différentes. C'est un grand arc qui peut atteindre 60 pouces ou plus bien qu'il existe des preuves d'arcs plus courts pour le tir à l'arc monté. Il possède de longs *siyah* qui lui donnent une force supplémentaire pour pousser la flèche au dernier moment, mais évidemment avec le choc en retour caractéristique. Il utilise des flèches lourdes avec un long empennage pouvant atteindre la moitié de leur longueur totale, ce qui facilite le vol et confère un grand pouvoir de pénétration. Ces caractéristiques sont souvent attribuées à son utilisation dans la chasse aux grands animaux tels que les tigres, les ours et les grands cervidés et bien sûr à son emploi dans la guerre pour pénétrer les cuirasses des ennemis en privilégiant un tir à courte et moyenne distance. Mon expérience du tir à l'arc mandchou a commencé par la lecture des sources disponibles qui, sans être trop abondantes, m'ont néanmoins fourni les connaissances de base. Le handicap suivant était la nature même de la pratique. Alors que dans le tir à l'arc turc l'allonge de l'arc est limitée à 28 ou 32 pouces, dans le cas de l'arc mandchou celle-ci peut atteindre 35 ou plus en pleine allonge et je n'avais donc ni l'arc ni les flèches adaptées à de telles caractéristiques. Heureusement, j'ai pu me procurer un arc mandchou en fibre de verre ainsi que des flèches en bambou et un carquois chez Alibow en Chine. Le défi suivant était l'utilisation de l'anneau cylindrique que j'avais déjà acheté il y a quelques années lors d'un séjour en Chine. Son emploi m'a offert une difficulté supplémentaire, car la façon de saisir la corde diffère du tir à l'arc turc. De plus je n'étais pas habitué à tendre l'arc à de telles limites et j'ai donc été obligé de réapprendre à viser en modifiant mes repères. D'autres sensations nouvelles sont venues d'une position de tir différente de celle du tir à l'arc turc induite notamment par cette pleine allonge.

Comment développes-tu le tir à l'arc nomade dans ton école ?

Petit à petit. Chaque année, j'organise un séminaire d'été. Il s'agit d'un projet multidisciplinaire, le tir à l'arc n'en constituant qu'une partie, même si je prévois d'organiser un séminaire spécifique au cours duquel nous pourrions développer l'ensemble des pratiques. Nous nous réunissons également chaque semaine dans une région voisine et, comme je l'ai déjà dit, j'ai aménagé mon école afin de faciliter notre pratique en intérieur.

Les archers hongrois sont les grands représentants du style nomade en Europe. As-tu des contacts avec eux ?

Les Magyars constituent une minorité en Slovaquie et donc, lorsque je participe à des concours, je rencontre parfois certains d'entre eux. Alors que les concurrents équipés d'arcs traditionnels restent minoritaires en Slovaquie, leur proportion est beaucoup plus élevée en Hongrie. Par chance, il se trouve que l'un des facteurs d'arc les plus réputés au monde, le Hongrois Czaba Grozer, a son atelier à Feketeerdo, juste de l'autre côté de la frontière à seulement 35 km de chez moi. C'est auprès de ce spécialiste que j'ai pu acheter mon premier arc composite et que je continue à me fournir.

Tu es sur le point de publier un livre qui met en relation le tir à l'arc et le qigong. Quelles affinités vois-tu entre ces deux disciplines ?

Il y a beaucoup de points communs : la maîtrise de la respiration, essentielle dans les deux disciplines ; l'intention (*yi*), qui intervient dans la visée et le lâcher de la flèche ; la conduction de l'énergie vers les racines du corps, ce qui favorise la stabilité, le calme et la concentration ; l'arc et la flèche considérés comme éléments yin et yang et bien d'autres concepts encore... J'ai combiné ceux-ci pour créer le système Houyi Yansheng Gong³ qui consiste en 12 exercices simples, six dans lesquels l'arc représente l'élément actif et six dans lesquels il est l'élément passif, le lâcher de la flèche restant virtuel (l'arc est tendu puis relâché lentement NDLR). Tout ceci est lié à des notions de la médecine traditionnelle chinoise et a pour objectifs, dans le cas des non-archers, d'améliorer la santé et la concentration en utilisant l'arc comme un élément supplémentaire et, pour ce qui est des archers, de profiter d'un autre outil pour améliorer leurs compétences.

Merci José Luis, nous reviendrons sur ce passionnant sujet.

Propos recueillis par José Carmona



Houyi Yangsheng Gong par son fondateur José Luis Serra

3 L'archer Houyi 后羿 est un héros mythologique de la Chine ancienne notamment connu pour avoir sauvé le monde en abattant de ses flèches neuf soleils excédentaires. Son épouse est Cheng'E 嫦娥, déesse de la Lune.