

## **Première poussée. Le tuishou en art ludique de l'attention**

Témoignage novice sur les rencontres interstyles de tuishou organisées à Lailé les 11 et 12 mars 2017 (<http://faemc.fr/news/la-video-de-la-rencontre-de-tuishou-interstyles-faemc-laille-2017>), par Yves, de l'association rennaise Taiji Quan DAO ([taijiquandao.fr](http://taijiquandao.fr))

Je suis arrivé le dimanche. Premier atelier avec Alain. La grande gentillesse qui émane de ses conseils et plaisanteries contraste avec la puissance impressionnante de ses mouvements de corps et de bras, pas chassés vers un partenaire qui paraît adversaire à chasser. L'ombre des guerriers désinvoltes porte sur le parquet. Plusieurs partenaires se succèdent face à moi. Une femme me montre qu'elle peut me repousser avec ses seuls bras, sans son corps, parce que je ne suis pas ancré, alors que je ne le peux pas sur elle, parce qu'elle est ancrée; puis elle me montre comment elle s'ancre en basculant son sacrum vers l'avant; et je découvre étonné que je résiste effectivement à ses poussées; et je m'étonne encore de ma capacité à la déséquilibrer complètement par mon corps mû par mon changement de pieds quand mes bras sont si impuissants.

Commence la première session de tuishou du jour. Je m'installe comme d'autres bénévoles aux postes d'observation depuis la table des cafés lyophilisés sans leurs clients. Je découvre d'en haut la variété des pratiques. Un couple attire l'oeil par l'agressivité de ses passes, cherchant à placer des claques y compris en sautant sur l'adversaire, seuls les sourires partagés les distinguant de deux bagarreurs de fin de bal. Impressionnant mais effrayant, repoussant. Ma voisine de café reconnaît plus près ses amies et camarades de cours qui enchaînent aussi des prises, des clés, chutent et se relèvent sans relâche. Je reconnais parmi elles ma professeure éphémère de l'atelier précédent. Elle m'avait pourtant dit avoir commencé comme moi en septembre dernier avec le même professeur. Ah il y en a qui sont fortes. A moins que ce ne soit pas les mêmes cours que les miens? Je vois d'autres couples dont les mains balaient moins vivement les airs et cet homme immense qui joue le jeu d'être déséquilibré par sa menue partenaire. A moins qu'il le soit vraiment?

Je le revois après déjeuner. Il s'appelle James et dirige mon deuxième atelier, dit de "propioception" sans que je sache bien ce que cela veuille dire (est-ce la perception interne de son propre corps? La perception de l'autre au travers de son propre corps?). J'y suis attentif à mon corps seul puis sous la chaste caresse d'une partenaire, puis dans l'écoute de l'intensité mise dans la main d'un-e partenaire, statique puis mouvante, qu'il s'agit alors de dévier les yeux pourtant fermés. Je m'étonne de voir ma poussée soudaine et confiante être déviée comme si je l'avais annoncée, mais je m'étonne autant de dévier plusieurs fois une poussée inattendue. Cet exercice m'est révélateur de ce que peut être le tuishou: une adaptation réflexe à l'intention de l'autre qui est permise par une écoute corporelle rendue possible par un effort considérable de détente. Pas tant un combat (parfois souriant) confrontant deux puissances, deux rapidités, deux agilités, deux expertises des postures et contre-postures. La fin de l'atelier nous mettra à rechercher prises et poussées sur les articulations, autrement dit à pratiquer le tuishou, les yeux encore fermés. Mais l'absence de pratique se fait sentir et je ne sais pas trop quoi faire de mes bras, ne trouve rien à saisir, tord les doigts ou pousse le nez, pardon. Une riante partenaire rencontrée au déjeuner se moquera gentiment mais ne m'en vexera pas moins.

La deuxième session de tuishou libre est lente à se mettre en place alors que nombre de personnes

repartent de Lailé vers leur région et que celles qui restent s'avouent fatiguées. J'attends le début de la session en causant avec un voisin avant de commencer des cercles de mains et des tentatives de poussées, avec lui et sous ses conseils amicaux. Trois autres partenaires suivront au son du gong des dix minutes, chacun-e également aimable et compréhensive face à mon inexpérience frustrante et inquiétante. Celle-ci menace en effet d'exposer mon incapacité, mon imposture et de me faire honte puisque j'empêche mon ou ma partenaire de pratiquer vraiment ce qu'elle est peut-être venue chercher depuis l'autre côté de la France. Mais non, tout se passe bien. Chacun-e cherchera à me permettre de jouer avec elle ou lui au tuishou.

Oui, le tuishou m'apparaît alors comme un jeu. Ou plutôt comme une danse ludique. L'attente et le changement de partenaire mais surtout cette bonhomie communicative, accueillante et rassurante me rappellent les festnoz de chez moi et ces bals folk découverts l'été dernier à Gennetines. Une centaine de participant-es, plusieurs arts martiaux internes et externes, chaque art avec ses styles variés, et chaque pratiquant-e avec ses manières singulières. Dans ce cadre ludique où s'ajustent à chaque couple les règles du jeu, la plus ou moins grande maîtrise ne compte finalement plus tant sinon comme possibilité d'un jeu plus subtil et intense. Il suffit ici d'une envie de la pratique, pratique qui s'affine et envie qui s'exacerbe dans la découverte d'une familière étrangeté. J'aurai appris bien plus qu'une belle parade ou qu'une clé fatale. J'aurai découvert un jeu qui transforme en art l'attention à soi et à l'autre, un jeu qui établit le respect mutuel le plus sincère comme fondement véritable d'une énergie à la fois protectrice et transformatrice.