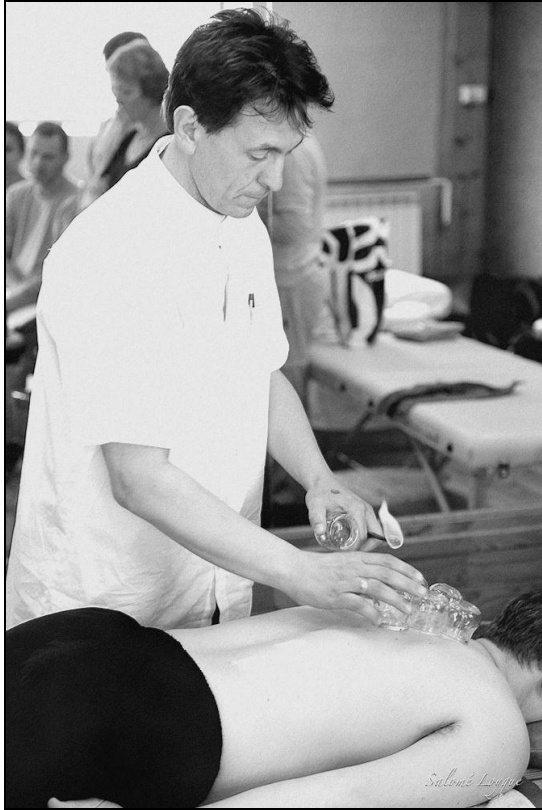


# DES ARTS DE COMBAT AUX ARTS DU SOIN

## UN ENTRETIEN AVEC HERALD LOYGUE



Photos Salomé Loygue

**José Carmona :** *Bonjour Hérald, tu es un expert dans le domaine du combat à mains nues et aux armes. Après avoir combattu en boxe thaïlandaise, tu es devenu instructeur dans cette discipline non sans approfondir d'autres techniques telles que l'eskrima et le sambo. Depuis les années 1990, tu te consacres à l'étude des arts internes chinois et particulièrement à celle du Taiji quan que tu enseignes dans ton école Lishan située à Caen. Ton parcours depuis les sports de combat jusqu'aux pratiques chinoises de l'énergie mériterait que l'on s'y attarde longuement. Toutefois, c'est d'un autre aspect de ton expérience que je souhaiterais m'entretenir avec toi aujourd'hui. En effet, parallèlement à ton activité de « maître d'armes », tu intervies dans le cadre du Diplôme Universitaire de Médecine Traditionnelle Chinoise de Montpellier au titre de tes spécialités qui sont la massothérapie et l'orthopédie chinoises. De nos jours, il est rare de rencontrer des adeptes de l'art du combat qui possèdent à la fois un savoir-faire martial et des connaissances médicales alors que, traditionnellement, les deux allaient fréquemment de pair. Peux-tu évoquer ton évolution dans ce domaine ?*

**Hérald Loygue** : Comme beaucoup d'enfants, j'ai commencé la pratique des arts martiaux par le « grand Judo ». Durant les entraînements, j'étais toujours fasciné par les remises en place des luxations, la réanimation des syncopes ou encore par l'arrêt des saignements de nez. Ce que l'on nomme *kuatsu* ou *seifuku*, faisait partie de la pratique, c'était évident...

J'ai eu la chance d'étudier cette technique naturellement auprès des professeurs qui ont jalonné une quinzaine d'années de pratique. Mais c'est depuis que je transmets à mon tour ce savoir ancestral que j'en ai compris la valeur humaine. Dans tous les arts martiaux dignes de ce nom, cette pratique de soin s'est perpétuée. C'est ce que j'ai pu constater durant mes études de *kempô* où les *kyusho* (actions visant les points vitaux désignées sous le terme de *dian xue* en chinois) sont nombreux puis au sein des arts martiaux chinois avec la médecine *dieda*.

*Dans quelles circonstances as-tu découvert la médecine chinoise ?*

J'ai découvert la médecine chinoise en 1995 à Taiwan. Mon professeur de « boxe de la mante religieuse » (*tanglang quan*), était médecin traditionnel. Après notre cours au parc le matin, la journée se terminait dans son cabinet où, entre deux patients, il continuait sa leçon. Encore une fois, il n'y avait pour moi non seulement aucune opposition entre art de soin et art martial mais comme une évidence du lien intime qui existe entre eux. Ces deux aspects procédaient à mes yeux du même principe, ouvraient une perspective autre que le simple fait de combattre, ouvraient le dojo, le *daoguan* en chinois, sur le Vivant... De retour en France, je me suis formé selon différents cursus en me spécialisant par la suite à l'hôpital Xuanwu de Pékin dans un domaine très lié aux arts martiaux, le *zhenggu tuina*, l'orthopédie traditionnelle.

*Tu es passé, en quelque sorte, du ring au cabinet du thérapeute. L'expérience du combat a-t-elle influencé ta vocation ?*

La recherche d'une pseudo-efficacité m'a conduit vers le ring dans différentes disciplines. Mais ces années de combat et de préparation tant dans les arts de lutte que de boxe m'ont fait comprendre physiquement la nécessité d'une pratique respectueuse du corps humain...

La pratique, traumatisante fait qu'il n'y a pas ou peu de « vieux » dans les salles de boxe... sauf sur les bancs ! Le décès brutal de l'un de mes maîtres d'*eskrima* d'une crise cardiaque à 50 ans a questionné ma pratique et ma définition de l'efficacité. Le fait d'enseigner un art d'une redoutable efficacité aux forces spéciales et de mourir à cet âge a été une grande interrogation pour moi. En parlant avec d'autres experts, il s'est avéré que bon nombre d'entre eux avaient développé des problèmes de santé graves directement liés à leur façon de pratiquer ou à l'esprit de leur pratique... La manière dont on vit fait partie intégrante de la pratique martiale... Tout cela m'a fait réfléchir et soutenu dans ma démarche d'une recherche de cohérence entre pratique de santé et pratique martiale.

*Ce qui explique ton choix de pratiquer les arts internes...*

En effet, tous ces facteurs ont orienté ma recherche vers les arts internes et plus particulièrement vers le Taiji quan qui regarde conjointement ce qu'on y nomme, à juste titre, les trois trésors (*san bao*) : *jing*, *qi* et *shen*.

Le *jing*, c'est « l'essence vitale » dont dépend le développement de notre forme corporelle (*xing*). De ce point de vue, il y a nécessité d'une pratique martiale respectueuse du corps humain. Le *qi* c'est l'ensemble des « souffles » qui nous anime. Une pratique de santé doit s'adresser au *qi* du pratiquant, être nourrissante... Enfin, *shen* se rapporte aux fonctions psychiques ou spirituelles. Ainsi, la pratique doit avoir un sens, une direction, un esprit qui élève celui qui s'y adonne... La pratique, quelle qu'elle soit, est comme une graine que l'on plante dans une terre particulière, celle de la vie de chacun. En fonction de la géographie et de l'histoire du pays, cette graine donnera différents fruits...

*Tu vas prendre en charge certains enseignements dans le cadre du DU de Médecine Traditionnelle Chinoise de Montpellier. En quoi consisteront tes interventions ?*

C'est le Professeur Eric Marié, éminent spécialiste de médecine chinoise et responsable pédagogique du Diplôme Universitaire de troisième cycle de médecine chinoise de Montpellier qui m'a demandé de prendre en charge les enseignements de *qigong* et *tuina*. Mes interventions reprendront le programme de l'université de Shanghai dans ces matières, coloré bien évidemment de mon expérience clinique et de ma formation à Beijing. Le programme couvre un domaine vaste où indications et contre-indications, travail technique et protocoles de soins sont développés dans les domaines du *qigong* et du *tuina*.

*Nos lecteurs se demanderont certainement ce qu'est exactement le tuina. Peux-tu présenter cette discipline ainsi que la spécialité du zhenggu tuina dans les grandes lignes et en préciser les champs d'application ainsi que les origines?*

Le *tuina* est une des applications directes du *daoyin qigong*. Dans le *tuina*, il existe plusieurs familles de spécialités. *Zhenggu*, c'est l'orthopédie. *Zheng* signifie « droit », « correct » et *gu* signifie « os ». *Zhenggu*, c'est le rajustement articulaire et la réduction des fractures. Une des cinq branches du *qinna shu*, l'art de « saisir et contrôler », est *cuogu*, « disloquer les os ». Pour remettre en place, c'est *zhenggu*...

Les applications concernent à peu près tous les problèmes ostéo-articulaires et musculaires de la tendinite à la sciatique en passant par les troubles neurologiques, paralysies (syndrome *wei*) etc. Ce sont les traumatismes que l'on voit le plus en cabinet mais les syndromes rhumatismaux (*bi zheng*) ainsi que beaucoup d'autres pathologies sont traités.

Le *zhenggu* s'est développé surtout chez les Mongols et les Mandchous durant des périodes historiques très riches en combats et conquêtes. Chez ces peuples friands de lutte traditionnelle et férus d'équitation, la réduction des fractures et la remise en place des luxations a atteint un niveau très

élevé. A tel point que les quatre spécialités qui étaient présentes au sein du « Bureau supérieur de la cavalerie » concernaient les palefreniers, les cavaliers, les vétérinaires et les médecins orthopédiques chargés de soigner les cavaliers...

C'est donc tout naturellement vers les médecins mandchous et mongols que s'est tournée la cour impériale, et cela dès les Ming. Leur réputation était telle que l'empereur Qianlong lui-même ne se déplaçait pas sans son médecin mandchou attitré, De Shoutian (Cao Bande), et que l'hôpital de l'empereur (Taiyi yuan) confia la section orthopédie au Bureau supérieur de la cavalerie.

*Quelle place occupe la pratique du qigong au regard de ton activité de masseur ?*

Chaque jour, après m'être levé, je pratique 1 à 2 heures le *qigong* et le *neigong* (travail interne) avant de commencer ma journée de *tuina*.

Puis dans la journée entre deux patients ou s'il y a un désistement. Enfin, je pratique encore le soir en cours avec les élèves. Si on ne met pas de carburant dans la voiture, on ne va pas loin...

Par ailleurs, au bout d'un certain temps de pratique, l'acte de masser doit devenir un *qigong*... Le *tuina* est un échange entre le *qi* du patient et celui du thérapeute et le soin par conséquent, un échange avec un *qi* pathogène... Pour contrecarrer les effets néfastes de celui-ci, le praticien doit donc développer son *qi*, et cela doit s'exprimer jusque dans sa posture. Ainsi, le renforcement ostéo-articulaire et musculaire de même que la nutrition du souffle font partie de la préparation indispensable... Autrefois on disait qu'avant de mettre des aiguilles, il fallait pouvoir faire monter et descendre l'eau d'un puits (*jing*). Cela signifie que le masseur devait pouvoir faire monter et descendre le *qi* dans les cavités, ces points d'acupuncture qui peuvent être comparés à des puits... Le *deqi* (saisie du *qi*) n'est pas l'apanage des acupuncteurs, il n'y a pas de massage sans *deqi*. En résumé, le *qigong* est la nourriture du masseur chinois...

*Bon nombre de pratiquants d'arts martiaux chinois ne connaissent que par des lectures l'existence d'une pharmacopée traditionnelle. Celle-ci joue pourtant un rôle important non seulement dans le cadre du traitement des blessures mais aussi dans celui des techniques de conditionnement comme pour la célèbre « paume en limaille de fer ». As-tu une expérience dans ce domaine ?*

La préparation au renforcement du corps ou d'un membre en particulier comme dans les méthodes de la « la paume de fer » ou de la « cloche d'or » nécessite un entraînement spécifique accompagné de bains de plantes. Concernant la paume de fer, après avoir percuté des sacs remplis d'éléments de plus en plus durs, on trempe la main dans de l'eau presque bouillante pour la plonger aussitôt après dans une préparation à base de plantes. Cette opération était recommencée plusieurs fois... L'inconvénient de cette méthode, c'est la perte de sensibilité qu'induit ce travail. Ainsi, la question posée à l'élève était : Quelle main veux-tu sacrifier?

J'ai été initié à cette technique à la fin des années 1980 par un maître chinois malaisien de boxe *shaolin*, le *shifu* (maître) Lai Khee Choong. Celui-ci était un disciple du *shifu* Quek Heng Choon qui avait lui-même reçu la tradition *shaolin* de Shi Gao Can (également connu sous le nom Seh Koh San), l'abbé du Temple Shaolin Shuang Ling de Singapour. Le vénérable Shi Gao Can était un moine bouddhiste chinois qui avait apporté l'enseignement traditionnel du *shaolin* du Fujian en Asie du Sud-Est. C'est également avec le *shifu* Lai Khee Choong que j'ai débuté l'apprentissage des soins *dieda* et du *neigong* dans les mêmes années. Intéressé pour que je développe son école en France, il me fit venir à Londres pour me présenter à son maître et m'initier à ses méthodes, similaires à celle du célèbre maître malaisien Pong Chye Kim qui découpe du granit à mains nues et que j'ai d'ailleurs rencontré un peu plus tard...

*Avec le recul, quel jugement portes-tu aujourd'hui sur ces techniques?*

Avec le recul, je pense que ces techniques n'ont plus de sens pour moi. Elles cultivent un esprit particulier. Premièrement en tant que thérapeute, la sensibilité de la main est très importante. Ce que m'avait confirmé le Maître Pong, qui était, outre un expert de boxe *shaolin*, un acupuncteur renommé. Deuxièmement, nous ne vivons plus de la même façon qu'autrefois. Les modes d'agression ont bien changés et les lois également. Et finalement, humainement parlant, cultiver l'esprit de douceur et le relâchement n'est pas la même chose que de devenir un bloc de béton armé. Et cela, dans la perspective d'une hypothétique agression...

*Revenons-en à la pharmacopée. Comment l'utilises-tu dans le cadre de la pratique?*

Principalement pour le traitement des blessures liées à l'entraînement. Les blessures les plus fréquemment rencontrées lors du travail libre sont les contusions/hématomes, les épistaxis (saignement de nez), les entorses (des doigts le plus souvent), les luxations des genoux ou des doigts, les fractures (nez ou doigts), les coupures et saignements (au visage, les arcades sourcilières le plus souvent), les brûlures (dues au frottement)... Pour chaque domaine, il y a plusieurs actions possibles qui peuvent être envisagées conjointement. Bains d'herbes, emplâtres, décoctions, cataplasmes, liniments sont autant d'outils classiquement utilisés. Dans mon école, le plus souvent j'utilise, pour les traumatismes, un *dieda jiu* « maison » ainsi et autres *zhenggu shui*, qui sont des alcoolats, pour les saignements et coupures, la préparation *yunnan baiyao*, pour les brûlures, le *jing wan hong*, le *diedawan* en poudre et quelques *gao* (emplâtres) « maisons ». Tout cela combiné avec les techniques *guasha* (raclages), *bahuguan* (ventouses) et, bien entendu, les techniques manuelles du *zhenggu tuina*...

*Je te remercie au nom de nos lecteurs.*

**Propos recueillis par José Carmona (août 2012)**  
[www.shenjiying.com](http://www.shenjiying.com)