



## MON EXPERIENCE DU QI, CH'I ou KI

Cela fait longtemps que je côtoie la notion de QI et je suis loin d'en mesurer toutes les facettes. J'ai pensé que mon expérience pouvait être utile, c'est pourquoi j'écris cet article.

### LE QI UNE NOTION A VIVRE

J'ai durant de nombreuses années pratiqué l'AIKIDO et on nous en parlait assez souvent. On n'essayait pas de la définir mais on nous demandait de la vivre.

Nous avons des échanges, que nous aurions pu avoir au Taiji Quan, du type :

- « poussez l'autre, en étant détendu, sans force musculaire ».
- « mais comment pousser sans utiliser ses muscles ? »
- « pousse et tu verras ».

La plupart du temps nous n'insistions pas, parfois on avait une information supplémentaire :

- « vos bras doivent être légèrement courbés et flexibles comme un tuyau d'arrosage dans le lequel circule de l'eau, détendus mais pas mou ».
- « quand vos bras sont épuisés (après une longue série d'exercices), vous voyez alors ce qui reste, car vous ne pouvez plus utiliser votre force musculaire » (il ne restait souvent pas grand chose).

La notion de QI est alors présentée comme une expérience à vivre et non comme un savoir intellectuel à acquérir. Elle est du domaine du ressenti et non de l'intellect.

Je me prend souvent à donner l'exemple suivant :

Si un aveugle de naissance vous demande de lui expliquer ce qu'est la couleur bleue, vous ne pourrez pas lui expliquer directement, vous ne pourrez que lui donner des analogies. Mais pour lui transmettre réellement cette connaissance, vous n'avez pas d'autres solutions que de lui apprendre à voir. Après seulement il pourra voir le bleu et cela uniquement par lui-même.

Et ce qu'il verra sera bien loin de ce qu'il avait imaginé.

Pendant tout le temps de son apprentissage il ne saura pas où vous voulez le mener (puisque'il ne connaît pas réellement le but final, mais juste ce que vous lui en avez dit), il faudra qu'il vous fasse confiance et qu'il ait une certaine affinité pour la méthode que vous emploierez.

Personne ne nous apprendra ce qu'est le QI. C'est la pratique du Taiji Quan qui nous met sur un chemin de l'auto-apprentissage, guidé par un « maître » et une technique. De la pratique sortira, peut-être la perception du QI, ce n'est même pas sûr, ce qui a convenu « pédagogiquement » à certains ne convient pas à d'autres. Certains trouveront leur voie dans le Taiji Quan, d'autres dans l'art des fleurs ou la calligraphie. Trouvez ce qui vous convient le mieux.

### UN USAGE DE LA LECTURE

Les littératures chinoise et japonaise parlent du QI. Elles font références à des cultures qui ne sont pas les nôtres, ni géographiquement, ni temporellement (se sont des théories plutôt anciennes, peu utilisées dans le monde moderne, même dans leur lieu d'origine), ni culturellement.

Nous ne maîtrisons même pas parfaitement la langue, à peine si nous sommes capables de repérer dans un dictionnaire les termes chinois et leurs traductions mot à mot (encore plus délicat quand il s'agit d'une forme d'écriture ancienne). Alors de là à comprendre leur façon de penser cela me paraît peu probable.

Que celui qui ne me croit pas lise les 1000 traductions du célèbre livre chinois « le YI KING ».

Je me suis amusé à lire 4 versions de l'hexagramme wou wang (25) :

- traduction de Lieou Yi-Ming et Thomas Cleary : LA FIDELITE (sans erreur)
- traduction de Sam Reitler : LA SIMPLICITE
- traduction de Cyrille Javary : SPONTANEMENT
- traduction de Richard Wilhelm : L'INNOCENCE (l'inattendu)



Qui peut dire ce que le texte chinois souhaitait exprimer ?

Je ne dis pas qu'il ne faut pas étudier les textes sur le QI, bien au contraire lisons les. Mais ne pensons pas comprendre ce que les auteurs veulent dire, surtout quand c'est subtil et du domaine du ressenti comme le QI (quelle est la part de description du réel, de l'analogie ou du symbolisme ?).

La lecture, et même la traduction limitée peut nous ouvrir des horizons nouveaux, de nouveaux territoires à découvrir, nous permettre d'aller dans des directions que nous n'aurions même pas imaginées.

Oui la lecture des textes est importante, en lisant plusieurs auteurs ou le même auteur, voir le même livre dans des traductions différentes, en échangeant entre nous sur nos lectures. Nous allons nous ouvrir à de nouvelles idées, pas toujours celles que l'auteur a voulu transmettre, mais qu'importe, elles nous permettront de progresser sur notre chemin.

## **LE QI UNE NOTION A EXPERIMENTER**

Il faut être vigilant, à partir du moment que le QI est du domaine du ressenti on peut se leurrer, prendre les vessies pour des lanternes (chinoises bien entendu). Durant ces années de pratiques d'AIKIDO j'ai pensé avoir compris un certain nombre de chose sur le QI. Maintenant avec un peu plus d'expérience et avec la pratique d'un art interne, le Taiji Quan, je m'aperçois que j'étais loin du compte et qu'il me reste beaucoup de travail à faire.

Si un jour je ressens ce qu'est le QI, je suis sur qu'il aura peu de rapport avec ce que j'avais imaginé (comme l'aveugle avec la couleur bleue).

Attention la lecture sur le QI peut nous installer dans un monde imaginaire, un monde de représentations très loin de la réalité, c'est tellement plus facile que d'apprendre à voir.

La pratique en solitaire peut aussi mener à ce type d'attitude, par exemple dans le cas de la méditation.

Encore une fois le QI n'est pas du domaine de l'intellect mais de la perception.

Je ne dis pas qu'il ne faut pas lire, mais qu'il faut confronter cette lecture à une réalité, non pas imaginée, mais testable.

Pour mesurer nos acquis, il faut confronter notre travail d'apprentissage à d'autres que cela soit le « maître » ou les autres pratiquants.

En Taiji Quan si nous voulons tester le développement ou plus modestement la perception de quelque chose autour du QI, il faut nous confronter à la réalité. Cela peut être dans la vie courante, mais c'est parfois assez difficile, il faut mieux le faire (au moins dans un premier temps) durant la pratique. Le Taiji Quan a développé des méthodes d'apprentissage notamment la forme, mais aussi des méthodes de confrontation au réel comme le Tuishou ou les applications martiales.

Nous pouvons avoir un tas de théories sur le QI mais la poussée des mains nous rend plus modeste.

Lionel