

ETHIQUE DU KUNG FU

Depuis 2 500 ans, Wu Ti (technique) et Wu De (moralité) sont estimées comme les 2 roues d'un char, ou les 2 ailes d'un oiseau, c'est à dire comme 2 éléments nécessaires et indispensables pour maintenir l'équilibre.

Wu De provient des philosophies taoïste, confucianiste et bouddhiste. 6 qualités morales prévalent dans la pratique du Wushu :

- Len : la gentillesse, l'altruisme
- Yi : l'équité
- Li : la politesse, l'égard
- Tse : la conduite naturelle dans l'esprit des règles
- Xing : le respect de la parole donnée
- Yong : la vaillance, le dévouement

Les moines du Temple de Shaolin se sont basés sur ces concepts pour édicter dix règles de conduite

- ne pas trahir son maître
- penser sainement
- ne pas mentir
- toujours pratiquer en profondeur
- agir de manière civique
- se maîtriser
- respecter les règles de la discipline
- ne pas s'opposer à l'empereur
- ne pas opprimer les faibles
- suivre une bonne hygiène de vie

Aujourd'hui les mêmes principes restent en vigueur : avoir le goût de l'effort, rechercher la perfection, être volontaire, être poli, respecter le professeur, respecter sa parole et la vérité, défendre le faible, faire respecter la justice, se montrer modeste, aider autrui.

En parallèle, la technique Wu Ti doit respecter 6 points :

- Fa : la façon de faire
- Shi : la forme, l'image, le geste
- Qin : la force, l'énergie
- Qi : synchronisation de la respiration
- Lun : rythme
- Shen : l'esprit, l'intention

Chaque point engendre le suivant pour aboutir au geste juste.

Le pratiquant doit toujours avoir ces principes présents à l'esprit.