



HAL
open science

Ethnographier les expériences somatiques avec la recherche en danse : récit d'une enquête sur la pratique de qigong de Shi Yanlei au Shaolin Temple Europe

Martin Givors

► To cite this version:

Martin Givors. Ethnographier les expériences somatiques avec la recherche en danse : récit d'une enquête sur la pratique de qigong de Shi Yanlei au Shaolin Temple Europe. *Anthrovision - Vaneasa online journal*, 2024, 11.1, <10.4000/12rww>. <hal-04889028>

HAL Id: hal-04889028

<https://hal.science/hal-04889028v1>

Submitted on 15 Jan 2025

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Copyright - All rights reserved



Anthrovision

Vaneasa online journal

11.1 | 2024

Embodied Polygraphies and Sensory Experimentations

Ethnographier les expériences somatiques avec la recherche en danse :

Récit d'une enquête sur la pratique de qigong de Shi Yanlei au Shaolin Temple Europe

Martin Givors



Édition électronique

URL : <https://journals.openedition.org/anthrovision/10272>

DOI : 10.4000/12rww

ISSN : 2198-6754

Éditeur

VANEASA - Visual Anthropology Network of European Association of Social Anthropologists

Référence électronique

Martin Givors, « Ethnographier les expériences somatiques avec la recherche en danse : », *Anthrovision* [En ligne], 11.1 | 2024, mis en ligne le 01 août 2024, consulté le 28 novembre 2024. URL : <http://journals.openedition.org/anthrovision/10272> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/12rww>

Ce document a été généré automatiquement le 28 novembre 2024.

Le texte et les autres éléments (illustrations, fichiers annexes importés), sont « Tous droits réservés », sauf mention contraire.

Ethnographier les expériences somatiques avec la recherche en danse :

Récit d'une enquête sur la pratique de qigong de Shi Yanlei au Shaolin Temple Europe

Martin Givors

Le qigong et ses gestes

- 1 Les techniques du corps chinoises constituant le *qigong* (littéralement, « la maîtrise du souffle »), dont l'enseignement et la pratique se développent progressivement en Europe depuis les années 1980, brillent aujourd'hui par l'hétérogénéité de leurs formes et l'éventail de leurs fins : « activité physique de développement personnel » pour les uns (Chenault 2008), pratique prophylactique issue de la tradition taoïste pour d'autres (Despeux 2011), ou encore exercice de conditionnement martial et spectaculaire popularisé par les moines de Shaolin (Shahar 2008). L'histoire récente du terme – qui s'est imposé en Chine dans les années 1950 sous l'impulsion de Liu Guizhen, fondateur du Sanatorium de Tangshan puis directeur de la clinique de Beidahe, deux institutions spécialisées dans le traitement médical par le *qigong* – veut cependant que ce champ disciplinaire soit aujourd'hui avant tout reconnu pour ses ambitions thérapeutiques ou préventives, et pour son étroite association avec la médecine traditionnelle chinoise. Le *qigong* s'est ainsi progressivement cristallisé dans les imaginaires européens comme une pratique de bien-être douce, méditative, caractérisée par ses mouvements lents et ronds, cherchant à « faire circuler le *qi* dans le corps ».
- 2 Si de nombreux travaux d'anthropologues et de sinologues se sont attachés à étudier les enjeux socio-économiques, politiques et religieux structurant les pratiques du *qigong*, notamment en Chine et à Taïwan (Chen 2003 ; Palmer 2005), certaines de ces recherches, pour la plupart menées par des chercheur-praticiens, se sont également attachées à développer des analyses phénoménologiques de la discipline, guidés par

l'intuition que la transformation des conduites sociales opérées par le *qigong* trouvait quelques racines dans la transformation de l'expérience sensible que sa pratique suscitait (Murakawa 2002 ; Micollier 2020). Or, parce que nombre de chercheurs mettent l'accent sur « l'état » d'unité, d'esprit, de conscience ou encore de *flow* recherché par les praticiens (Winniger 2017), l'analyse du *qigong* tend parfois à faire abstraction des gestes techniques constituant les séances de pratique – « gestes » étant ici entendu dans un sens élargi, incluant tant les mouvements des membres du corps, les respirations, ou encore les visualisations. Pourtant, c'est bien dans la spécificité d'une séance, d'une pédagogie, ou encore d'un style, que se construisent les chemins toujours singuliers menant à l'émergence et à la définition de ces expériences.

- 3 En complément des recherches d'inspiration phénoménologique susmentionnées, cet article entend donc proposer une approche ethnographique et chorégraphique du *qigong* en se focalisant sur les temps de pratique eux-mêmes, dont il s'agira d'étudier la composition : comment les praticiens entrent-ils dans la pratique ? Par quels gestes ? Selon quelle logique séquentielle évolue-t-elle ? Suivant quelles indications ? Les expériences somatiques des praticiens seront ainsi abordées moins par le recueil de leurs paroles que par la description des dispositifs d'entraînement au sein desquels leurs organismes se trouvent trempés. L'ambition de cette approche sera double. D'une part, il s'agira de mettre en lumière, par l'analyse gestuelle, un certain nuancier des pratiques de *qigong*, et d'interroger ainsi les définitions du terme lui-même. D'autre part, il s'agira de participer à la valorisation de l'étude des temps d'entraînement comme pierres angulaires de l'inscription sociale des pratiques de *qigong*, leur analyse étant essentielle à la compréhension des dispositions et des sensorialités qu'ils peuvent structurer et activer chez les praticiens.
- 4 En raison de la centralité des techniques du corps dans cette étude, et du fait de mon propre parcours de chercheur dans le champ de la danse, cet article puisera ses outils descriptifs et conceptuels dans les littératures à la fois de la recherche en danse et de l'anthropologie. Les pratiques dansées et les pratiques de *qigong* partagent effectivement un certain nombre de caractéristiques fondamentales justifiant la mise en commun de ces outillages analytiques, à commencer par le fait que leur ethnographie est « nécessairement ancrée dans le corps et l'expérience somatique » (Sklar 1991 : 6), et que, en conséquence, l'étude qualitative des gestualités qu'elles développent y est fondamentale, « parce que la manière dont les personnes bougent permet de comprendre la manière dont ils pensent et ressentent et ce qu'ils savent. » (Sklar 1991 : 6) S'inscrivant ainsi dans la lignée de récents travaux à la croisée de l'anthropologie et des études en danse, ce travail s'appuiera sur des approches structurales, affectives mais aussi qualitatives de l'analyse du geste, inspirées notamment du système développé par le chorégraphe et théoricien Rudolf Laban (Loureiro 2013 ; Houseman, Mazzella di Bosco et Thibault 2016 ; Roquet 2019). Il proposera ainsi de montrer les apports des pratiques de l'analyse gestuelle et chorégraphique dans le cadre d'une anthropologie des techniques du corps et des affects.
- 5 Cette exploration à la fois conceptuelle et méthodologique prendra pour objet une enquête de terrain que je conduis depuis 2022 au Shaolin Temple Europe. Monastère bouddhiste Chan fondé dans la région de Kaiserslautern (Allemagne) en 1995, cette structure accueille une communauté (*sangha*) composée de disciples et de novices partageant leur temps entre des séances d'entraînement aux arts corporels chinois

(*qigong*, *taiji quan* et *kungfu* principalement), des temps dédiés aux tâches de la vie commune, et des cérémonies. À raison de plusieurs semaines par mois, le lieu accueille des praticiens venus principalement d'Europe et d'Amérique du Nord pour y suivre des temps d'immersion dans la vie monastique, ou des stages donnés par l'équipe permanente ou des professeurs invités.

- 6 C'est à l'occasion de l'un de ces événements, un camp d'été de quinze jours, que l'enquête dont il sera ici question a été réalisée. Notre attention se portera plus spécifiquement sur la pratique du *shaolin qigong* enseignée par Shi Yanlei. Ancien moine-combattant formé au Temple Shaolin du Hennan (Chine) aujourd'hui âgé d'une cinquantaine d'années, Shi Yanlei s'installe en Angleterre au début des années 2000, et dispense ses enseignements aux côtés de son frère, Shi Yanzi, au Shaolin Temple UK, ainsi que *via* sa propre plateforme en ligne. Ayant longtemps pratiqué le combat, d'abord en contexte irrégulier¹ puis dans le cadre du *sanda* – une forme instituée de boxe chinoise –, le style de Shi Yanlei se caractérise par la recherche d'une articulation entre des éléments issus de ce qu'il nomme les « *arts martiaux traditionnels* » de Shaolin et les pratiques de « *combat moderne* ». Opérant à la croisée de ces influences, il développe une pratique physique mêlant renforcement musculaire, endurance, vitesse, et « *travail interne* » (*neigong* 内功)), adoptant un vocabulaire varié de postures et de frappes (pied et poings) issues des arts dits traditionnels et de diverses boxes, et laissant de côté les formes plus acrobatiques et plus chorégraphiques des arts de Shaolin véhiculées notamment par le *wushu* sportif et les films d'arts martiaux. Bien que la pratique du combat ait longtemps été à l'horizon des entraînements de Shi Yanlei, elle occupe aujourd'hui une place mineure dans son enseignement, lequel entend s'adresser à un large public (et non pas seulement aux combattants). Adaptés à la transmission « *en ligne* », ses protocoles d'entraînements sont réalisables sur l'espace « *d'un tapis de yoga* », dans des espaces intérieurs même exigus, et ceci afin de faciliter leur intégration dans le quotidien des praticiens. En tant qu'enseignant, son désir consiste ainsi à transmettre des routines d'entraînement à travers lesquelles répondre aux « *besoins du corps* », qu'il juge trop souvent négligés vis-à-vis de ceux de l'esprit.

The Shouting Shifu

S'entraîner dans les forêts d'Otterberg



Photographie de Miao Zheng

- 7 Mercredi 22 juin 2022, dans la cour du Shaolin Temple Europe, au milieu des bois de la commune d'Otterberg (Allemagne). Il est environ 6h10. « *Ok guys come on, we start training ?!* ». C'est avec plus d'une quinzaine de minutes d'avance sur le programme que Shi Yanlei crie pour battre le rappel. Nous accourons dans le pré en contrebas du monastère et nous plaçons face à lui. « *We start warm up before running³* ». Sans attendre, je me trouve levant mes genoux jusqu'à la poitrine en alternant rapidement jambe gauche et jambe droite. Mes hanches sont encore raides de la nuit, mes cuisses lourdes de la veille, mais je tente de maintenir le rythme soutenu qu'il impose, avec la sensation de brusquer le brouillard matinal qui m'habite encore. Nous poursuivons avec des fentes en avant, des squats, et c'est au tour de mes genoux de me faire grimacer, à mesure qu'une chaleur s'empare progressivement de mon corps et amorce une première suee. Le temps de mobiliser doucement mais succinctement nos articulations, Miao Jian, l'un des disciples du monastère, ouvre le portail au fond du pré. Le footing matinal commence.
- 8 La route en direction d'Otterberg, sur laquelle aucune voiture ne circule à cette heure, est en pente descendante, et le premier kilomètre et demi parcouru me paraît étonnamment léger, par contraste, peut-être, avec l'intensité soudaine de l'échauffement. Arrivés dans le champ où nous nous étions entraînés la veille, Miao Jian, qui tient la tête du cortège, pénètre en courant sur la terre encore humide et crevassée, et nous entraîne dans une course circulaire depuis la route jusqu'au sommet d'une haute butte en pente raide, le temps que l'ensemble des participants soit arrivé. Rapidement, les pas se font lourds, imprécis, s'enfoncent entre les bottes d'herbes touffues, les cuisses se raidissent à la montée, le souffle s'accélère, et tandis que certains se montrent hésitants à la descente, d'autres se ruent dans la pente. Une fois l'intégralité des participants rassemblée, Shi Yanlei nous installe au sommet de la butte où l'entraînement se poursuit sans interruption. Disposés en lignes, l'assemblée, composée à part égale d'hommes et de femmes, a les yeux rivés vers le

professeur. Autour de moi, les visages ont rougi, les tempes sont humides, les vestes tombent et jonchent à présent l'herbe. Personne ne parle, tous les regards épient les gestes de l'ancien moine-combattant. « *Focus your breathing with your movement together, no power⁴* » : les mouvements qui suivent forment des enchaînements à partir de postures traditionnelles, genoux fléchis, souvent proches du sol, générant des étirements importants, et sollicitant fortement nos cuisses pour résister à la gravité. Je remarque que la crispation de mes jambes n'accroche plus tout à fait mon attention, mais elle s'étale à présent comme une toile de fond, silencieusement insistante. Lorsque nous nous relevons enfin, mes hanches se découvrent de nouvelles amplitudes de mouvement, mais mes jambes sont raidies par l'effort de maintien des postures. « *After stretching you have to use your legs to make them strong⁵*. » Shi Yanlei décline alors un répertoire de cinq coups de pieds que nous enchaînons. Mes jambes se délient progressivement à mesure que la vitesse augmente, puis le professeur enchaîne par des frappes de poing effectuées en posture basse, cette fois « *with power⁶* », râlant à chaque expiration lorsque son poing fracasse l'air encore frais.

- 9 Enfin, Shi Yanlei se place au centre du groupe, soucieux que chacun puisse distinguer les mouvements qu'il s'apprête à nous transmettre. « *If you teach this to your mom, better you know how to do it properly⁷*. » Il s'agit des deux premières pièces du *baduanjin* – un enchaînement classique du style de Shaolin – dont il nous dit qu'elles permettent d'ouvrir la poitrine et de faciliter la récupération. « *Push as hard as you can with your arms, back straight, feet grab floor, focus your breathing with your movement together⁸*. » C'est au cours de cet exercice que Shi Yanlei mobilisera l'une des rares métaphores présentes dans son enseignement : « *Be like a stone, heavy, hard⁹* ». Au terme des répétitions, le professeur prend la parole alors que les corps autour de moi commencent à se relâcher, légèrement alourdis par l'effort, le souffle apaisé.

« If you have no strength you have no patience, if you have no patience you get angry, I don't believe someone who says that he has a strong mind but a weak body. Now run back to the temple, at your own pace. When you are running, you should be able to talk to yourself. If you can't talk, you are running too fast. Ok. Go¹⁰ ! »

- 10 Les plus téméraires détalent, ragailardis. D'autres amorcent un trot. Cette fois, la pente n'est pas à notre avantage, mais même si les muscles me tirent, je sens mon corps prêt à endurer la remontée à un rythme soutenu mais confortable. Arrivé en contrebas du monastère, j'aperçois Joshua, le plus jeune des disciples, trottant en cercle devant un ancien corps de ferme délabré. Il s'élanche subitement en se dirigeant vers moi alors que j'emprunte un virage, et le voilà qui se met à crier dans mon dos : « *Run faster, faster, I'm running after you!!!* ». Sans réfléchir, je me précipite aussitôt en avant de toutes mes forces pour gravir les quelques deux-cents mètres qui me séparent encore du monastère. « *Yes, that's it!¹²* ». Quelques secondes plus tard, je m'aperçois qu'il m'a à peine suivi, bien sûr. Il trotte à nouveau en contrebas, méditant peut-être sur sa prochaine cible. Le souffle coupé par le sprint, je me retrouve bientôt dans l'enceinte du temple et rejoins les premiers arrivés qui s'étirent contre le muret de la terrasse. En attendant le retentissement du gong qui signalera l'heure du porridge, je m'affale dans l'une de ces chaises de jardin en plastique blanc disposées dans la cour. Julien, un participant avec qui j'ai commencé à sympathiser la veille, me rejoint bientôt. De là, nous commentons nos sensations de la matinée. Il me dit : « *Yanlei nous pousse hors de notre zone de confort, c'est comme ça qu'on grandit, qu'on progresse* ». Puis, carnet et stylo en main, nous procédons à la prise de notes détaillée de la séance. Il ajoute : « *Je les note, comme ça si jamais je veux les refaire chez moi, après...* »

« Cutting » and « Sharpening the Knife »

Le répertoire de Shi Yanlei

- 11 C'est au cours de cette routine, qui nous accompagnera matin et après-midi deux semaines durant, que Julien et moi procédons tous deux à l'écriture de partitions de l'ensemble de nos entraînements avec Shi Yanlei et Shi Hengyi, notre second professeur. Ces notes, pour reprendre les termes de la chercheuse en arts du spectacle Julie Sermon, sont autant de « manières protocolaires de transcrire, guider ou prescrire » (2016 : 44) les entraînements de *qigong* que nous suivons : elles endossent un rôle à la fois mémoriel (garder une trace), performatif (s'y référer dans l'avenir pour remettre en jeu l'entraînement), mais également analytique, au sens où leur rédaction comme leur relecture sont des occasions pour le praticien (et l'ethnographe) de porter un regard réflexif sur les séances traversées. Au fil des jours, se dessine, sur nos carnets, tout un répertoire d'exercices bientôt familiers, lequel laisse également entrapercevoir les organisations rythmiques des entraînements de Shi Yanlei. J'entends ici la notion de rythme au sens de François Laplantine, c'est-à-dire comme « la forme (*morphè*), en tant qu'elle est transformée par le temps » (2005 : 106), en l'occurrence : le corps en tant qu'il est transformé par une succession de mouvements qui ne sont pas seulement des déplacements dans l'espace, mais des dispositifs affectifs altérant les états des praticiens.

- 12 Ce média ne peut être affiché ici. Veuillez vous reporter à l'édition en ligne <http://journals.openedition.org/anthrovision/10272>

Video-Link: <https://vimeo.com/985595657>

- 13 Rythmiquement, la pratique de Shi Yanlei se compose de différentes séquences parmi lesquelles se distinguent deux régimes d'exercice qu'il qualifie lui-même en ces termes : « *using the body*¹³ » et « *looking after it*¹⁴ », ou encore, « *cutting*¹⁵ » et « *sharpening the knife*¹⁶ ». « *Cutting* », c'est courir, sprinter jusqu'à en perdre haleine, enchaîner des combinaisons de coups de pied « *traditionnels*¹⁷ » forts, jambes contractées, avec des séries de squats inspirés des cinq postures du style Shaolin¹⁸, mais c'est encore enchaîner des coups de poing réalisés en position basse avec des séries de pompes, de « *burpees*¹⁹ », de sauts à pieds joints par-dessus un partenaire en position de gainage. Montant progressivement en intensité jusqu'au « *killing time* », ce régime d'exercice voit les muscles se fatiguer parfois jusqu'à l'échec, la transpiration imprégner les visages et les vêtements, des râles se faire entendre lorsque le maintien de postures exigeantes met à l'épreuve nos résistances. Le répertoire du « *cutting* » de Shi Yanlei se compose d'une alternance de ce que les arts martiaux chinois appellent, d'une part, le *jibengong*, c'est-à-dire le travail des mouvements élémentaires d'un style de *kungfu* (postures, frappes de pieds et de poings), et, d'autre part, le *gongfu*, c'est-à-dire le renforcement du corps (squats, pompes, gainage). Seules les frappes dites « *de combat*²⁰ », issues principalement du vocabulaire du *sanda*, nous offrent ici une occasion de répit, en ce qu'elles se pratiquent « *without power* », mais avec vitesse, l'accent étant ici porté sur la précision d'éléments techniques.

- 14 « *Sharpening the knife* », c'est se préparer ou récupérer, assouplir le corps en enchaînant les cinq postures, grimacer en sentant les faces internes des jambes tirer, grimacer encore parce que les postures d'étirement sont basses et épuisent les cuisses, exécuter la respiration inversée pendant laquelle l'abdomen se contracte pour soulever la cage thoracique. C'est aussi pratiquer les différentes pièces du *baduanjin* en poussant les bras « *as hard as we can* » pour étirer les tissus de la poitrine, pousser le sang de toute notre force jusqu'à l'extrémité des doigts, contracter le corps « *to be like a stone* ». Dans ce régime d'exercice, la tension est comme réorientée au travers de mouvements plus progressifs et soutenables, des rythmes respiratoires plus longs, quoique les fortes poussées dans les mains, les positions basses sur les jambes, ou encore les contractions de l'abdomen interdisent toujours tout relâchement global. Le vocabulaire de ces séquences emprunte à nouveau au *jibengong*, aux positions d'étirements plus classiques, ainsi qu'à une version peu répandue d'un enchaînement de mouvements intitulé le *baduanjin* que Shi Yanlei dit tenir de son maître, Shi Yongxin, actuel abbé du Temple Shaolin du Hennan.

Qualifier deux régimes gestuels

- 15 Une analyse kinesthésique, inspirée des travaux de la danseuse, pédagogue et notatrice Angela Loureiro, révèle rapidement que les mouvements du premier régime d'exercice, « *cutting* », se caractérisent tous par leur flux « libre » – au sens où la progression du geste ne pourrait être que « difficilement interrompue » (2013 : 34) en raison de sa puissance balistique –, et leur « phrasé d'impact » – au sens où l'intensité augmente jusqu'à un point culminant. Toujours avec force, le corps « presse » contre la terre dans les squats et les pompes qu'il enchaîne à grande vitesse, il « frappe » lourdement des pieds et des poings, il « fouette » l'air pour se relâcher. Le second régime d'exercice, quant à lui, propose tout autant de fortes mises en tension du corps avec quelques brefs relâchements, mais ceux-ci sont réalisés suivant un rythme « soutenu » – comme pour « rallonger le temps » (2013 : 40), prolonger le geste d'ouverture du corps dans l'étirement des tissus. Le flux des gestes y est « condensé », dans une forme de « rétention de la progression du mouvement », celui-ci étant « maîtrisé en chaque point de son trajet » (2013 : 35). Et les phrasés, s'ils ne sont pas construits autour d'impacts, restent néanmoins « progressifs » et culminent lors du maintien des postures.
- 16 Fait remarquable, la spatialité des mouvements, en revanche, demeure toujours « directe », – « le mouvement ne dévie pas de son but, il est ciblé, droit » (2013 : 37) –, qu'il s'agisse de frappes soudaines ou de pressions continues. Or, la relation à l'espace d'un mouvement décrit bien souvent l'attention, « à la fois mentale et physique » (2013 : 36), que lui porte le praticien, et l'on ne s'étonnera pas de constater que Shi Yanlei nous invite à travailler cette directionnalité jusqu'à notre regard qui doit rester « *sharp*²¹ », jusqu'à nos gestes d'attention qui doivent rester « *focused*²² ». C'est là, selon lui, la condition nécessaire pour que la pratique du *qigong* « [agisse] comme une paire de ciseaux, découpant nos pensées et donnant à notre esprit et à notre corps un lieu de refuge et de calme » (Shi Yanlei 2009 : 78).

Gainés et concentrés.



Photographie de Participant.e (anonyme)

- 17 C'est donc dans l'alternance dynamique de ces deux régimes gestuels que s'élabore le rythme spécifique du travail de Shi Yanlei. Pour reprendre le récit initial : l'échauffement et le sprint ont proposé une montée progressive en intensité qui a culminé lors des ascensions répétées de la butte, le travail d'étirements a offert un temps de récupération – quoique les postures soient restées basses –, puis les coups de pied et frappes de poing ont à nouveau cherché l'épuisement et l'essoufflement des corps, avant que le *baduanjin* ne permette à nouveau de récupérer – quoique les pressions exercées dans les postures maintiennent un haut niveau de tonicité. La course de retour cherchait l'effort mais non l'épuisement, à l'exception notable de celles et ceux dont Joshua estimait qu'ils pouvaient recommencer un cycle de « *cutting* » sous la forme d'un sprint final. On observe ici combien la pratique est sous-tendue par une construction rythmique dans laquelle la résolution de chaque séquence « est en elle-même une préparation pour la construction suivante » (Ingold 2001 : 197), au sens où les séquences élaborées par Shi Yanlei sont comme maillées les unes aux autres. Chacune altère ce que Christine Roquet, reprenant un terme vernaculaire de la danse contemporaine, nomme un « état de corps », c'est-à-dire la « disposition sensorimotrice » du praticien, « la manière dont [sa] perception [...] sous-tend et organise le déroulement de [son] geste » (2019 : 155) : l'état de fatigue conduit à la nécessité de la récupération, l'état de ré-energisation conduit à la possibilité de l'effort renouvelé.

De la partition à la sous-partition

- 18 Au fil des jours, les agencements de ces différentes phases d'entraînement se modulent au regard de la météo et de l'appréciation du tonus général du groupe. Lors des après-midis de grand soleil, les frappes traditionnelles lourdes sont remplacées par des frappes de combat légères pour tempérer l'intensité de l'entraînement, et le cours est

déplacé dans les sous-bois environnants. Les deux derniers jours, l'entraînement matinal est amputé de la course, parce que le professeur désire transmettre une structure de pratique adaptée aux petits espaces (comme le salon étroit de son appartement londonien) et aux temps pluvieux. Moins une recette qu'un canevas, l'entraînement de Shi Yanlei cherche ainsi à être une structure modulable et résiliente face aux formes et rythmes hétérogènes des quotidiens des participants. Et l'alternance dynamique des régimes d'exercice constitue précisément l'un des points d'ajustement essentiel, de même que l'économie (relative) de son vocabulaire de mouvements : « *The workout is the same to build up your routine. Everyday, we repeat similar things. [...] I don't want to teach too many things. [...] Better you learn simple things, but you know what it is*²³. »

- 19 De fait, au cours des semaines et des mois suivant la fin du camp d'été, plusieurs participants ne manqueront pas de partager (sur le groupe Whatsapp créé pour l'occasion) leurs différentes manières d'intégrer ou de poursuivre la pratique : celui qui avait pour habitude de s'exercer au renforcement musculaire dans une salle de sport intégrera des pratiques de *jibengong* pour mettre son corps en mouvement dans l'espace et l'assouplir, celle qui faisait son footing matinal le conclura par l'exercice du *baduanjin* pour récupérer, celui qui pratiquait un *qigong* doux y intégrera les mouvements du « cutting » pour se renforcer, etc. Au cours de ces deux semaines, les entraînements de Shi Yanlei semblent ainsi avoir structuré ce que l'on appellerait, dans le champ des arts performatifs, les fragments d'un « chemin », d'une « trajectoire », ou encore d'une « sous-partition », laquelle désigne le « tressage émotionnel et kinesthésique » sous-tendant une écriture chorégraphique : « Celui qui met en jeu une partition doit non seulement réaliser les différentes choses que cette partition indique successivement, mais aussi inventer la façon de se frayer un chemin à travers ces choses et d'opérer le passage de l'une à l'autre. » (Sermon 2016 : 43). Ce que la pratique élaborerait donc, parallèlement à un répertoire gestuel, serait une manière d'inventer des frayages reliant différents états de corps et différentes qualités de mouvement : une forme de « ligne de croissance » (Ingold 2007) le long de laquelle le praticien cultiverait un spectre relativement défini d'expériences somatiques suscitées par le *qigong* de Shi Yanlei.

Corps d'adamantine

Hésitations catégorielles

- 20 Lors des premiers jours du camp d'été, certains participants n'ont pas manqué de partager leur étonnement face aux séances de Shi Yanlei : s'ils ne les considéraient pas comme des cours de *kungfu* - au sens où l'aspect martial n'y jouait qu'un rôle très mineur -, ils n'y reconnaissaient pas non plus une pratique de *qigong* telle qu'ils en avaient fait l'expérience auparavant, ou telle qu'ils en avaient vues. Si l'analyse de la construction de la représentation du *qigong* comme une pratique douce, garante d'« harmonie » entre l'humain et son environnement, dépasse le cadre de cet article (Clarke 2000), qu'il me suffise de relever les principaux points de divergence gestuel entre les formes douces de *qigong* et la pratique de Shi Yanlei. Pour ce faire, je m'appuierai ici sur l'exemple d'une enquête que j'ai menée à l'occasion d'une retraite « taoïste » dans le sud de la France.

21 Ce média ne peut être affiché ici. Veuillez vous reporter à l'édition en ligne <http://journals.openedition.org/anthrovision/10272>

Video-Link : <https://vimeo.com/985597418>

- 22 Au travers de ces images, l'on peut observer que, non seulement la temporalité des gestes est ici « soutenue », comme étirée, leur tempo lent, leur flux essentiellement « neutre », c'est-à-dire sans saccade, comme un écoulement continu, mais leur spatialité y est aussi parfois « indirecte », c'est-à-dire sinueuse, changeante, circulaire, bouclée, et leur poids « léger », les bras se trouvant comme soutenus par la densité des airs. En outre, le travail rythmique y cherche moins une variation dynamique des états de corps que le maintien, voire l'approfondissement progressif, d'un état de « calme ». Aussi, la séquentialité de ces pratiques est moins à chercher dans une variabilité qualitative des gestes que, par exemple, dans les différentes formes de « circulations du souffle interne » (Despeux 2011 : 40), dans les « procédés imaginaires » ou attentionnels parfois employés, ou encore dans les « méridiens » – des lignes dites « énergétiques » – que les praticiens cherchent à étirer.
- 23 À l'évidence, la description de ces caractéristiques générales ne saurait résister à des ethnographies aiguisées, lesquelles ne manqueraient pas de relever les nuances propres aux différents enseignements. Mais il n'en reste pas moins que le travail des courses, des sprints, de l'explosivité, de la vitesse, et, plus encore, de la force tel qu'observé chez Shi Yanlei y reste tout à fait mineur (si ce n'est absent, voire jugé contradictoire) au titre que : les caractères « soudain » et « direct » des gestes ne facilitent pas la patiente observation de leur déroulé et font ainsi obstacle au développement d'une attention calme et flottante, souvent considérée comme l'une des garantes d'une possible « union du corps et de l'esprit²⁴ ». Ils paraissent également brider la sensation d'un geste qui s'effectue idéalement « par lui-même », selon les « mouvements du qi » plus que de la volonté « musculaire » du praticien, dans une forme de « non-agir », avec légèreté et fluidité – afin que « le qi puisse circuler sans blocage ». Si l'on ajoute à ces observations le fait que Shi Yanlei, au cours des deux semaines du camp, revêt essentiellement des tenues d'entraînement courantes en Europe – vestes en polyester sombres (voire, torse nu), shorts fluorescents, leggings aux couleurs treillis –, qu'il rechigne à mentionner la notion même de qi au cours des (très) succinctes explications qu'il propose, et qu'il présente nombre d'exercices de renforcement et de boxe par leurs noms anglais (*push-up, burpees, plank, jab, hook, etc.*), il devient plus évident encore que le dispositif de son enseignement tranche avec les mises en scène courantes en Europe valorisant une forme d'identité chinoise du *qigong*, ses liens avec la médecine traditionnelle ou encore une compréhension spirituelle de la notion d'« énergie » (Legendre et al. 2022 ; Givors 2024).

La méthode de la « chemise de fer »

- 24 Aussi déroutante catégoriellement que soit la pratique de Shi Yanlei pour nombre de participants, elle n'en est pas moins l'héritière d'une forme singulière de *qigong* à laquelle le professeur fut initié au Temple Shaolin du Hennan : la méthode dite de la « chemise de fer » (*tiebu shan 铁布衫*). Celle-ci se caractérise communément par la quête d'un « corps de diamant » capable de résister aux frappes les plus fortes. D'après

le sinologue Meir Shahar, sa genèse serait étroitement associée à l'introduction du bouddhisme tantrique indien en Chine au milieu du premier millénaire, dont l'une des déités majeures – Vajrapani, « le Dieu de Diamant » – a longtemps été une figure tutélaire des moines de Shaolin, avant d'être progressivement remplacé par Boddhidharma (Shahar 2008). Des figures peintes du dieu n'en ornent pas moins aujourd'hui le grand portail du Shaolin Temple Europe, le représentant, selon la tradition iconographique, torse nu, le corps extrêmement musclé, soulignant ainsi la valeur accordée à la tonicité corporelle.

Peintures de Vajrapani



Photographie de Martin Givors

- 25 À l'image de l'alternance dynamique des entraînements de Shi Yanlei, la pratique de la « chemise de fer » se fonde sur un certain alliage d'une force dite « musculaire » et du « souffle interne », ce qui invite Shahar à l'associer à « l'ancienne tradition gymnique nommée *daoyin* » (2012 : 119), – que l'on considère comme l'une des sous-composantes de la catégorie actuelle du *qigong*. Composé des caractères *dao*, « guider », et *yin*, « étirer », le terme *daoyin* regroupe des techniques du corps destinées à « chasser les souffles pathogènes », « rétablir une circulation du souffle défectueuse » mais aussi à « en améliorer la qualité » (Despeux 2011 : 48). C'est essentiellement à cette dernière fonction que se rapportent les exercices de la chemise de fer : il s'agit d'attirer le *qi* en certains espaces du corps afin de renforcer leur qualité et leur conférer ainsi une résistance adamantine. Or, là où les formes plus douces de *qigong* procèdent par des visualisations et des mouvements doux pour guider le *qi*, Shi Yanlei recourt à la poussée musculaire, d'où, pour partie, la valeur qu'il accorde au renforcement du corps : « *How can you push your hands if you have no strength ? That's why we do push-ups. You can't do qigong if you have no strength, because you can't push if you have nothing to push with*²⁵. »

26 Ce média ne peut être affiché ici. Veuillez vous reporter à l'édition en ligne <http://journals.openedition.org/anthrovision/10272>

Video Link: <https://vimeo.com/985598540>

27 La pratique des frappes telles que démontrée dans cet extrait ne sera pas proposée par Shi Yanlei lors du camp d'été. Si Shi Yanlei en fait la démonstration, c'est que son imaginaire doit imprégner la réalisation de nos gestes (être comme une pierre comme si l'on devait recevoir des coups), et que, loin de n'être reconnues que pour leur intérêt martial, les méthodes visant à « coaguler le corps pour le rendre dur », dont fait partie la chemise de fer, sont également vantées pour leurs vertus prophylactiques : « L'invulnérabilité dans la bataille n'est qu'un avantage secondaire d'un régime d'entraînement qui éliminera toute maladie » (Shahar 2012: 123). En reprenant les propos du *Yi Jin Jing* – un manuel du 17^e siècle consacrée au *daoyin* –, et en les ajustant aux propos des participants du camp d'été, l'on pourrait dire de la pratique de Shi Yanlei qu'elle travaille spécifiquement à développer tant la « vaillance » que la « fermeté » du praticien, c'est-à-dire, simultanément, sa ténacité, sa vigueur et la qualité de ses tissus corporels, soit les caractéristiques d'une « robustesse » tant musculaire, qu'organique et attentionnelle (2012 : 122).

28 Au fil des jours, l'épreuve répétée de ces expériences somatiques s'est accompagnée de l'émergence progressive de discours valorisant le corps, tant dans ses capacités d'adaptation à l'effort que dans ses possibilités motrices d'arpentage du monde. Les entraînements de Shi Yanlei semblent ainsi œuvrer à contre-courant des dynamiques axiologiques propices à la « dématérialisation des corps » (Legendre et al. 2022) caractéristiques de certaines formes d'appropriation du *qigong* et des arts martiaux internes en Europe. Les propos suivants de Shi Hengyi confirmeront bientôt cette ligne :

« When you are old, is it better if you are sit, you cannot move, but you can say “oh, I can feel the qi flowing inside”? Or is it better if you can go for a walk to the mountain? I think the second one is healthier. Even if this is called qigong, don't be focused on qi²⁶ ».

29 Au lendemain de la clôture du camp d'été, Tim nous partagera un texte rédigé lors de son retour afin de synthétiser les réflexions qu'avaient fait émerger en lui le camp d'été. Témoignage parmi d'autres du mouvement de revalorisation du corps opéré par les pratiques traversées, on y lira notamment : « *Your body is the vessel that will carry you through life. It's next to impossible to have a healthy mind without a healthy body to carry it through*²⁷. » Quelques jours plus tard, alors qu'afflueront les messages de participants commentant leurs manières de poursuivre leur entraînement une fois revenus chez eux, le même Tim, revenant de son footing, écrira : « *Noticing a certain element of beauty in my neighbourhood that I never paid attention before*²⁸ ».

Un rituel moderne de robustesse ?

30 À Otterberg, Shi Yanlei n'a pas prétendu initier notre groupe à la technique de la « chemise de fer » elle-même. Ce processus, qu'il réserve à celles et ceux qui ont suivi son enseignement sur plusieurs années, ne s'envisage d'après lui qu'à l'échelle d'une relation entre un maître et un disciple averti, ceci en raison de son intensité physique

et de la résistance à la douleur qu'il suppose. Il n'en reste pas moins que les entraînements qu'il a dispensés sont, à ses yeux, comme des fragments d'un chemin pouvant mener à cette pratique. Ils en suivent la structure chorégraphique (fondée sur l'alternance dynamique entre deux régimes gestuels, « *cutting* » et « *sharpening the knife* ») ; ils utilisent une partie de son vocabulaire de mouvements (en particulier : une version du *baduanjin* insistant sur la densification du corps) ; ils en reprennent l'imaginaire minéral dans leurs indications métaphoriques (« *be like a stone* ») ; ils sont l'occasion de l'explicitation de son système de valeurs faisant du développement de la robustesse un gage de calme et de patience²⁹.

- 31 À ce titre, si les entraînements proposés par Shi Yanlei au Shaolin Temple Europe ne sont certes pas comparables aux « rituels d'invulnérabilité » entremêlant entraînement physique et pratiques religieuses décrits par Shahar (2012 : 121), ils opèrent néanmoins à la manière de rites fonctionnant sur la performance d'une partition gestuelle prescrite – Shi Yanlei parlera de « *time-tested movements*³⁰ » – par le biais de laquelle les praticiens peuvent développer une « disposition exemplaire » (Houseman, Mazzella di Bosco et Thibault 2016 : 67) – ici, la robustesse – depuis laquelle réenvisager une multiplicité de situations dans leur vie. Une « disposition » que certains praticiens ne tarderont pas à nommer le « *shaolin spirit*³¹ » lorsqu'ils iront courir sous la pluie et dans le froid, lorsqu'ils auront la sensation de repousser leurs limites au cours d'entraînements ou encore lorsqu'ils effectueront les mouvements dits traditionnels de Shi Yanlei dans une salle de sport.
- 32 Les outils développés par la recherche en danse auront ainsi offert des prises remarquables sur ce qui est au cœur de la transmission de Shi Yanlei, à savoir : des écritures kinesthésiques, qui s'inscrivent jour après jour dans les corps, et qui, chez les praticiens comme chez les chercheurs, prendront parfois la forme d'artefacts manuscrits ou visuels qui feront office d'aide-mémoires et de souvenirs. En permettant la description et l'analyse des entraînements de Shi Yanlei à la manière de partitions et de sous-partitions, la perspective chorégraphique adoptée ici a révélé non seulement la filiation de ces pratiques avec la méthode de la chemise de fer, mais elle a aussi montré combien, au-delà des mouvements eux-mêmes, Shi Yanlei s'attachait à transmettre un schéma d'alternance dynamique entre deux régimes gestuels, signe d'une volonté d'adaptation de la transmission des arts corporels chinois à un public de pratiquants de *fitness* moins attaché à cultiver un vocabulaire chorégraphique spécifique qu'à explorer des principes d'entraînement transposables dans des contextes plus hétérogènes.
- 33 D'un point de vue épistémologique, si les partitions et sous-partitions de Shi Yanlei et des praticiens ont pu devenir de véritables objets ethnographiques, c'est cependant que leur pratique et leur étude ont bel et bien débordé le temps même du camp d'été – en l'occurrence, elles avaient commencé deux années auparavant. Comme tout processus technique, le *qigong* suppose un apprentissage, un chemin « d'éducation de l'attention » (Ingold 2001) au gré duquel j'ai pu apprendre à identifier le vocabulaire gestuel, les états et les schémas corporels spécifiques à cet art et à ses différents enseignements. Dans une perspective ethnographique, j'ai ensuite exploré différentes graphies, ici narratives et visuelles, afin d'offrir une variété d'éclairages sur la complexité des expériences de mouvement que je recueillais. Aussi documentaire qu'herméneutique, ce travail m'a notamment permis de mettre en lumière un vécu à la première personne, nécessaire pour comprendre la formation des sous-partitions, puis d'utiliser la nature dynamique de la vidéo pour servir une description plus qualitative des vocabulaires

gestuels. Enfin, c'est également sur la base de cette expérience pratique au long cours que s'est construite une « double réflexivité » (Halloy 2006) mettant en dialogue les vécus des participants rencontrés et le mien, des vécus sur lesquels les outils de la recherche en danse – souvent élaborés par des praticiens – ont ensuite pu déployer leur puissance critique propre.

BIBLIOGRAPHIE

BIBLIOGRAPHY=

- _Chen, Nancy. 2003. *Breathing Spaces: Qigong, Psychiatry, and Healing in China*. New York: Columbia University Press.
- _Chenault, Marceau. 2008. « États de conscience du corps dans l'art traditionnel chinois du qi gong : approche de psychologie phénoménologique. » (Thèse de doctorat. Orléans : Université d'Orléans).
- _Clarke, John J. 2000. *The Tao of the West: Western Transformations of Taoist Thought*. London: Routledge.
- _Despeux, Catherine. 2011. *Le qigong de Zhou Lüjin : la Moelle du Phénix Rouge, Chifeng sui, XVIe siècle*. Paris : Guy Trédaniel.
- _Givors, Martin. 2024 (à paraître). Ce que l'énergie fait au corps : formes d'attentions somatiques chez les pratiquants de *qigong* et de *kungfu* en France et en Allemagne. *Terrains* 80.
- _Halloy, Arnaud. 2006. Un anthropologue en transe. Du corps comme investigation ethnographique. In *Corps, erformance, religion : études anthropologiques offertes à Philippe Jaspers*. Joël Noret et Pierre Petit, eds. Pp. 87-115. Paris : Publibook.
- _Houseman, Michael, Marie Mazzella di Bosco et Emmanuel Thibault. 2016. Renaître à soi-même : pratique de danse rituelle en Occident contemporain. *Terrains* 66 : 62-85.
- _Ingold, Tim. 2001. *The Perception of the Environment: Essays on Livelihood, Dwelling and Skill*. London: Routledge.
- _Ingold, Tim. 2007. *Lines: A Brief History*. London: Routledge
- Ke, Wen. 2009. *Entrez dans la pratique du qi gong : découvrez les bases de la philosophie du qi gong*. Paris : le Courrier du livre.
- _Laplantine, François. 2005. *Le social et le sensible, introduction à une anthropologie modale*. Paris : Téraèdre.
- _Legendre, Alexandre, Haruka Okui, Alexandre Oboeuf et Marie-Hélène Ferrer. 2022. Arts martiaux traditionnels et énergie : (ré)interprétations contemporaines. *STAPS* 136 (2) : 93-123.
- _Loureiro, Angela. 2013. *Effort : l'alternance dynamique dans le mouvement*. Villers-Cotterets : Ressouvenances.

- _Micollier, Evelyne. 2020. From Epistemology to the Method: Phenomenology of the Body, *qi* Cultivation (*qigōng*) and Religious Experiences in Chinese Worlds. *Anthropology of Consciousness* 31(2): 200-222.
- _Murakawa, Haruhiko. 2002. "Phenomenology of the Experience of Qigong: a Preliminary Research Design for the Intentional Bodily Practices." (Thèse de doctorat. San Francisco: California Institute of Integral Studies).
- _Palmer, David. 2005. *La fièvre du qigong : guérison, religion et politique en Chine, 1949-1999*. Paris : Éditions de l'EHESS.
- _Roquet, Christine. 2019. *Vu du geste : interpréter le mouvement dansé*. Pantin : Centre national de la danse.
- _Sermon, Julie. 2016. Partition(s) : processus de composition et division du travail artistique. In *Partition(s) : objet et pratique des pratiques scéniques, 20^e et 21^e siècles*. Yvane Yvane et Julie Sermon, eds. Dijon : les Presses du Réel.
- _Shahar, Meir. 2008. *The Shaolin Monastery History, Religion, and the Chinese Martial Arts*. Honolulu: University of Hawai'i Press.
- _Shahar, Meir. 2012. Diamond body: The Origins of Invulnerability in Chinese Martial Arts. In *Perfect Bodies: Sport, Medicine and Immortality*. Vivienne Lo, ed. London: British Museum.
- Shi Yanlei. 2009. *Instant Health: the Shaolin Qigong Workout for Longevity*. London: Yan Lei.
- _Sklar, Deirdre. 1991. On dance ethnography. *Dance Research Journal* 23(1): 6-9.
- _Winniger, Fabian. 2017. Quand l'esprit ne peut sentir le corps : dépasser le dualisme cartésien du corps-esprit avec la pratique du *qigong*. *STAPS* 3-4(117-118) : 111-126.

NOTES

1. Au sens de « en dehors des règles, du cadre légal » (par opposition avec le cadre réglementé du *sanda*, la boxe chinoise) : il s'agit de combats de rue.
2. « Ok tout le monde c'est parti, on commence l'entraînement ! »
3. « On commence par s'échauffer avant d'aller courir. »
4. « Faites attention à ce que votre souffle et votre mouvement soient ensemble, ne mettez pas de force [dans l'exécution de vos mouvements]. »
5. « Après vous être étiré vous devez faire usage de vos jambes pour les renforcer. »
6. « Avec de la puissance [dans l'exécution du mouvement] »
7. « Si vous enseignez ce mouvement à votre mère, vous devez savoir le faire correctement. »
8. « Poussez aussi fort que possible avec vos bras, le dos droit, les pieds qui agrippent le sol, faites attention à ce que votre souffle et votre mouvement soient ensemble. »
9. « Soyez comme une pierre, lourd, dur. »
10. « Si vous n'avez pas de force alors vous n'avez pas de patience, si vous n'êtes pas patient vous êtes colérique, je ne crois pas les gens qui disent qu'ils ont un esprit fort mais un corps faible. Maintenant rentrez au Temple en courant, à votre propre rythme. Quand vous courez, vous devez être capable de vous parler à vous-même. Si vous ne pouvez pas parler, c'est que vous courez trop vite. Ok. C'est parti ! »
11. « Cours plus vite, plus vite ! Je te cours après ! »
12. « Oui, c'est ça ! »
13. « Faire usage du corps »
14. « Prendre soin du corps »

15. « Couper »
16. « Aiguiser le couteau »
17. Il s'agit des frappes suivantes : *zheng ti tui*, 正踢腿, frappe droite, *ce ti tui* 側腿, frappe diagonale, *wai bai tui* 外擺腿, frappe circulaire en rotation externe, *li he tui* 裡合腿.
18. Il s'agit des postures *mabu* 馬步, *gongbu* 弓步, *pubu* 僕步, *xiebu* 歇步 et *xubu* 虛步.
19. Enchaînement constitué d'une pompe et d'un saut, que l'on répète par série (entre 5 et 10), jusqu'à 100 au total.
20. Il s'agit des frappes suivantes : *tantui* 彈腿, frappe droite avec le dessus du pied, *chuaítui* 端腿, frappe latérale avec le dessous du pied, *biantui* 鞭腿, coup de pied circulaire.
21. « Aiguisé »
22. « Concentrés »
23. « L'entraînement est toujours le même pour construire votre routine. Chaque jour, on répète des choses similaires. [...] Je ne veux pas vous apprendre trop de choses. [...] C'est mieux que vous appreniez des choses simples, mais que vous les connaissiez. »
24. Je cite ici, et dans l'ensemble du paragraphe, des principes clés de la pratique du *qigong* énoncés à l'occasion d'une enquête au cours d'une « retraite taoïste » de 7 jours dans le sud de la France en octobre 2022 sur la thématique du « non-agir ». Ces concepts directeurs de la pratique sont également ceux que l'on retrouve aujourd'hui dans les principaux ouvrages de vulgarisation de la pratique du *qigong* en France. Voir, à titre d'exemple, Ke (2009).
25. « Comment pouvez-vous pousser vos mains si vous n'avez pas de force ? C'est pour ça que l'on fait des pompes. Vous ne pouvez pas faire de *qigong* si vous n'avez pas de force, parce que vous ne pouvez pas pousser si vous n'avez pas de quoi pousser. »
26. « Quand vous serez âgé, est-ce qu'il est mieux que vous soyez assis, que vous ne puissiez pas bouger, mais que vous puissiez dire "oh, je sens le *qi* qui circule à l'intérieur" ? Ou est-il mieux que vous puissiez aller marcher au sommet de la montagne ? Je pense que la seconde option est la meilleure pour votre santé. Même si cette pratique s'appelle *qigong*, ne soyez pas focalisé sur le *qi*. »
27. « Votre corps est le vaisseau qui vous transportera au travers de la vie. Il est quasiment impossible d'avoir un esprit en bonne santé sans avoir un corps en bonne santé pour le transporter. »
28. « Je remarque une certaine beauté dans mon voisinage à laquelle je n'avais jamais prêté attention avant. »
29. Shahar rappelle à ce sujet combien nombre de textes du bouddhisme tantrique prêtent au développement de « l'armure de diamant » le pouvoir de protéger les adeptes des dommages physiques tout autant que des démons. (2012 : 125).
30. « Des mouvements qui ont fait leur preuve à travers le temps »
31. « L'esprit shaolin ». Pour en savoir plus sur la transformation du monastère de Shaolin en étendard culturel reconnu à l'international, voir Shahar (2008).

RÉSUMÉS

Cet article propose une ethnographie des pratiques d'entraînement en *qigong* (discipline corporelle chinoise) développées par le professeur et ancien moine-combattant Shi Yanlei. Celles-ci ont été observées à l'occasion d'un camp d'été de deux semaines au Shaolin Temple Europe

(Otterberg, Allemagne) où se sont réunis une cinquantaine de participants. Prenant appui sur des outils et concepts issus de la recherche en danse (« partitions », « analyse du mouvement », « état de corps »), les descriptions et analyses de ces pratiques tentent de mettre au jour les enjeux kinaesthésiques sous-tendant l'ambition prophylactique de l'enseignement, et révèlent ainsi l'intérêt offert par l'étude du geste dans le cadre d'une anthropologie des techniques du corps et des affects. Contrastant avec l'imaginaire d'une discipline corporelle douce aujourd'hui répandu en Europe, le *qigong* de Shi Yanlei nous apparaît ainsi peu à peu dans sa filiation avec la méthode dite de « la chemise de fer », caractérisée par sa quête de robustesse : une qualité que les participants cherchent ici à développer en eux au travers d'une forme rituelle développée par Shi Yanlei.

This article presents an ethnography of the *qigong* training practices developed by teacher and former monk-fighter Shi Yanlei. These practices were observed during a two-week summer camp organized by Shaolin Temple Europe (Otterberg, Germany), which brought together some fifty participants. Drawing on tools and concepts from dance studies (« score », « movement analysis », « state »), the descriptions and analysis of the training sessions attempt to highlight the kinaesthetic principles underlying the prophylactic ambition of the teachings, thus revealing the interest offered by gestural analysis within the framework of an anthropology of body techniques and affects. Contrasting with a now widespread imaginary of a gentle bodily discipline in Europe, Shi Yanlei's *qigong* gradually appears to us in its filiation with the so-called « iron shirt » method, characterized by its quest for robustness, which participants here seek to develop through a ritual form developed by Shi Yanlei.

Resumen =

INDEX

Mots-clés : qigong, entraînement, shi yanlei, études en danse, analyse du mouvement, partition

Palabras claves : Palabras claves =

Keywords : qigong, training, shi yanlei, dance studies, movement analysis, score

AUTEUR

MARTIN GIVORS

Univervité Grenoble Alpes, Litt&Arts UMR 5316

martin.givors@univ-grenoble-alpes.fr