



À Binh Dinh, les arts martiaux se conjuguent au féminin

Date : Mercredi 03 octobre 2012 @ 22:19:26 :: Sujet : Actualité - News

## À Binh Dinh, les arts martiaux se conjuguent au féminin

30/09/2012 11:39

La province de Binh Dinh (Centre) tient sa réputation au fait qu'elle est le berceau des arts martiaux vietnamiens. Mais ici, cet ensemble de pratiques n'est pas l'apanage des hommes, la gente féminine étant tout sauf étrangère à leur réputation. Rencontres avec ces femmes dont l'humilité n'a d'égale que leur force et leur persévérance.

Au dojo Thanh Vu, Nguyễn Thị Mai Dung, née en 1991 dans la ville de Quy Nhon, province de Binh Dinh, est en pleine séance d'entraînement. Elle travaille les positions de l'école Thiên su, avec une maîtrise gestuelle qui a pour effet de laisser pantois les néophytes que nous sommes. Née et ayant grandi dans le berceau des arts martiaux du pays, Mai Dung les a découverts lors de sa plus tendre enfance, comme une évidence. «Apprendre les arts martiaux m'aide à me sentir plus confiante, plus sûre de moi», confie-t-elle.



Spectacle lors du 4<sup>e</sup> Festival international des arts martiaux traditionnels vietnamiens. Photo : Thanh Tùng/VNA/CVN

«Au début, je faisais des exercices physiques de renforcement musculaire et de résistance». Aujourd'hui, elle est capable de réaliser des katas de haut niveau de différentes écoles comme *Thiên su*, *Lao hồ thương son*... La jeune fille doit sa réputation tant pour son aisance technique que pour son joli minois. Et elle n'est pas la seule !

Tous ceux qui ont la chance de faire le déplacement à Binh Dinh et de contempler une démonstration de Trương Thị Kim Quy, née en 1993, pratiquante de *Bat quai côn* de haut vol - au sens propre comme au figuré - ne peuvent qu'être fascinés par le spectacle proposé, tant ses gestes sont fluides et gracieux et ses traits graciles. Cet ensemble de 100 mouvements qui combinent souplesse, dextérité et vitesse d'exécution se fait en suivant un schéma bien précis, les déplacements étant réalisés en se référant à un diagramme symbolisant huit signes divinatoires. «Les arts martiaux me permettent de gagner en confiance et en force de caractère», fait remarquer cette jeune fille.



Ces charmantes jeunes filles de Binh Dinh sont la preuve que les arts martiaux vietnamiens ne sont pas l'apanage des hommes. Photo : Thanh Tùng/VNA/CVN

Née en 1994, Trương Thị Minh Hiền s'entraîne depuis plus de cinq ans. «Ces cinq années d'entraînement ne suffisent pas à faire de moi une experte. Il me faudra encore de longues années de pratique pour assimiler les katas traditionnels notoires depuis l'époque +Tây Sơn+», assure-t-elle, déterminée.

Pour tous les pratiquants, la clé de la réussite, outre la rapidité et la précision, réside dans l'acquisition de cette vision et de cette perception - un sixième sens en quelque sorte - qui différencie le simple disciple de l'expert.

En ces lieux, il n'est pas rare de voir des petites filles de 4-5 ans exécuter avec déjà une grande dextérité des katas de niveau confirmé. Selon Hồ Sy, qui habite la commune de Binh Thuân, district de Tây Sơn, les filles sont de plus en plus nombreuses à pratiquer les arts martiaux. Un phénomène qui s'explique par le changement des mentalités, les parents reconnaissant aujourd'hui volontiers les bienfaits de cette pratique.

### Une philosophie de vie

Le bonze Thich Hanh Hoà, gérant de la pagode Long Phuoc, commune Phuoc Thuân, district de Tuy Phuoc, Binh Dinh, souligne : «Les arts martiaux sont tout à fait compatibles avec la vie de tous les jours. En tant qu'homme, il faut apprendre à la fois des connaissances générales et les arts martiaux pour se perfectionner. Je m'explique : alors que les connaissances générales nous aident à ouvrir les yeux sur le monde qui nous entoure, les arts martiaux nous permettent d'avoir une santé à toute épreuve».

Pour l'heure, la pagode Long Phuoc dispense des cours à plus d'une centaine de pratiquants, dont des femmes venues de nombreuses localités du pays. Selon le bonze Thich Hanh Hoà : «Les arts martiaux traditionnels que nous enseignons réunissent tous les courants depuis l'époque de +Tây Sơn+ (1788-1802), axés sur un déplacement très leste des jambes. Ici, nous enseignons à nos disciples aussi bien des techniques martiales que des connaissances générales, à commencer par les préceptes religieux et le savoir vivre ensemble».

M<sup>me</sup> Hồ Hoa Huệ, grand maître et membre du comité exécutif de la Fédération des arts martiaux traditionnels du Vietnam, nous informe que la pratique des arts martiaux vietnamiens - ceux de Binh Dinh notamment - est en plein essor à travers le monde, avec un succès certain auprès des femmes. Et pour cause, cette activité combinant harmonieusement la mise en exergue des plus belles qualités féminines : la grâce, le charme et la force de caractère.

En résumé, les arts martiaux traditionnels vietnamiens ne sont pas qu'un vulgaire assemblage de katas, de gestes techniques seulement bons pour la condition physique. C'est avant tout une vraie philosophie de vie et un enseignement des valeurs morales des Vietnamiens. Bref, une manière d'élever sa spiritualité.

Diêu An/CVN