



Alexis QUILLIO

Maître fondateur de l'école Wu Dao

Préface Dr Yves Réquena

LE PASSAGE

Réflexions sur la pratique martiale et l'esprit du Wu Dao

Alexis QUILLIO
Maître fondateur de l'école Wu Dao

LE PASSAGE

Réflexions sur la pratique martiale
et l'esprit du Wu Dao



武道

Photographies de
Laurent PIRARD
oOO ARTIS REFLEX

LES ÉDITIONS DE L'ÉVEIL
77123 Noisy-sur-École, France

ÉCOLE WU DAO

www.wudaofederation.com
contact@wudaofederation.com
Alexis Quillio : alex.qi@orange.fr
Laurent Pirard : www.artisreflex.com

© Éditions de l'Éveil, 2019
tous droits réservés.

Directeur de collection : Thierry Plée — *Texte* : Alexis Quillio — *Photographies* : Laurent Pirard et Christine Delorme (Épilogue) — *Corrections* : Stéphanie Dejoux — *Conception et photogravure* : Éditions de l'Éveil — *Imprimerie et brochage* : MultiPrint.

1-1000-MP-05/19

« Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque. » (Art. L.122-4 du Code de la Propriété intellectuelle)

Aux termes de l'article L.122-5, seules « les copies strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, sous réserve que soient indiqués clairement le nom de l'auteur et la source, les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, sont autorisées.

La diffusion sur Internet, gratuite ou payante, sans le consentement de l'auteur est de ce fait interdite. Les articles L.335-2 et L.335-3 du Code de la Propriété intellectuelle punissent les contrevenants à une peine de trois ans d'emprisonnement et 300 000 euros.

ISBN édition papier : 978-2-37415-027-7
ISBN édition numérique PDF : 978-2- 37415-100-7

REMERCIEMENTS

À ma mère, Marie-Do, dont les yeux se sont fermés avant de pouvoir les poser sur ces pages.

À Wakan, Chaman, Koan, Fripouille, Bibiche et Ricou, mes frères et sœurs animaux pour leur amour inconditionnel.

À Michel Lefevre-Anor pour sa relecture attentive et précieuse.

À Christine Delorme pour la magnifique photo de clôture de cet ouvrage en épilogue. Christine qui vit pleinement le Tao, en lien réel avec ce qui pousse de la Terre-Mère et ce qui vole dans le Grand Ciel.

À Laurent Pirard pour les nombreuses heures de partage sincère et joyeux lors de la construction de ce livre.

À Yves Réquena pour son soutien et sa belle préface.

À mes fidèles compagnons de la première heure et frères d'armes : Patrick V., Patrick A., Dominique C., Marc-Olivier L., Rachid T., Laurent P., Hervé D., Frédéric A., Hervé C.

À chacune des ceintures noires du Wu Dao et à tous les pratiquants de l'école.

Enfin, aux arbres et aux animaux : qu'ils puissent vivre en paix et que nous comprenions vraiment leur message.

Alexis Quillio



À tous les pratiquants pour leur participation à ce livre, et à tous ceux qui ont contribué d'une façon ou d'une autre à la création de ces photographies, merci.

À mon épouse, Diane, pour sa confiance, son soutien, sa patience, son amour.

Laurent Pirard

PRÉFACE

Ah ! Quel beau texte que ce recueil : construit par petites touches, des cartes postales, des pensées, des pages comme volées à un journal intime.

Il nous conte l'art martial Wu Dao dont Alexis est maître fondateur.

De la pratique il en est question, de la posture, de l'enseignement, de l'approche des maîtres, comme, par exemple, Wang Wei Guo que j'ai bien connu, des kimonos, des ceintures blanche, noire...

Mais aussi de la nature, des énergies, du bol tibétain, de la force, du mouvement juste.

Ce qui relie tous ces fragments d'expérience ? La vie, le voyage, le lent voyage de la conscience et sa maturation pour l'éveil, l'éveil permanent et total.

Tantôt en prose, tantôt en poèmes, les pages fascinent et éclairent, car elles sont inspirées. Et les magnifiques illustrations invitent à la contemplation et au silence de l'esprit.

À lire dans sa continuité ; ou à lire une page par jour, au hasard, ce livre devient vite un compagnon, un compagnon pour le passage, initiation à laquelle nous invite Alexis.

Dr Yves Réquena

« Je ne peins pas l'être, je peins le passage »
– Montaigne

« Les sages en font trop et les autres pas assez »
– Zhu Xi

« Ne sois pas plus sage que nécessaire, tu deviendrais stupide »
– L'ecclésiaste

« Voilà où le sage est parvenu : au plus simple »
– Roger-Pol Droit

« Si tu veux être heureux, sois-le »
Proverbe Chinois



PROLOGUE

L'intention de cet ouvrage n'est pas d'expliquer des techniques ni l'esprit des arts martiaux.

Son intention est avant tout d'exprimer une sensation, une expérience, un partage, une vision de la pratique martiale.

Aussi, cet ouvrage se déroulera un peu comme la pratique martiale elle-même : tantôt méditatif, parfois rapide comme un coup de poing, quelquefois aussi acéré que la lame du sabre, d'autres fois silencieux ou plus disert, comme il y a des jours longs et des jours courts.

L'ouvrage indique une direction, non pas celle qu'il « faut » prendre, mais celle que l'on choisit au fil de l'apprentissage martial.

Apprentissage consistant à être pleinement et à prendre conscience de ses actes.

Consistant à voir au-delà des apparences.

Apprentissage d'un éveil qui au-delà des techniques donne un sens à sa vie et permet d'être en meilleure compagnie avec soi et son environnement.

C'est indistinctement que les photos sont une « lecture » des textes, ou les textes une image des photos.

Les photographies peuvent éclairer directement le texte ou en permettre une extrapolation.

Elles peuvent aider à mieux le comprendre, l'étayer, ou bien s'en détacher pour en avoir une vision plus large, une autre dimension.

Les photographies sont un texte visuel, à part entière comme le texte est aussi une image écrite.

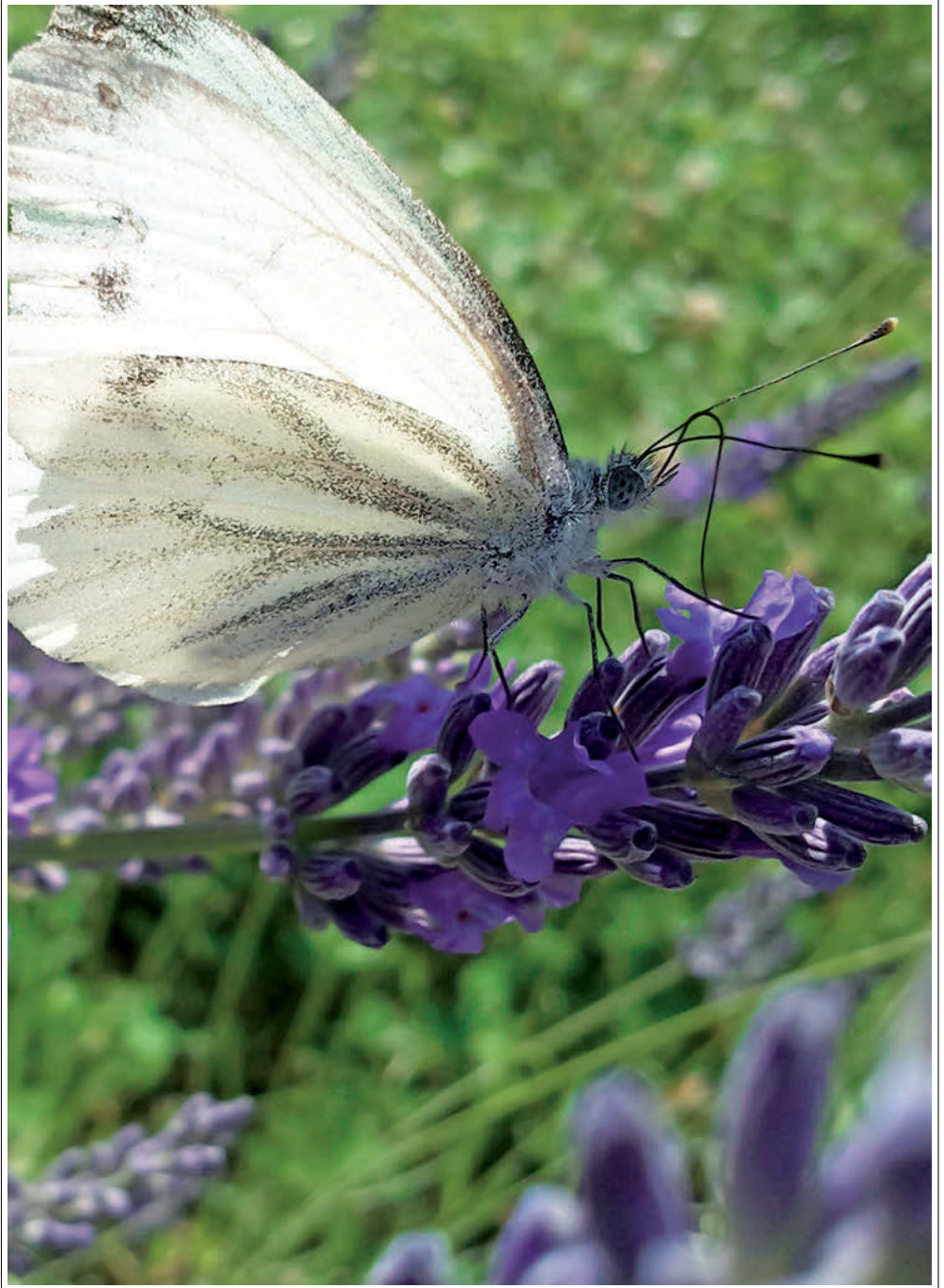
Les deux se relient en agrandissant chacun l'espace de perception.

Cet ouvrage se déroule comme un chemin, comme la voie : il aide à la recherche, il est recherche.

Fait de questionnements et de certitudes, car l'être se constitue et se structure des deux.

Parce que les deux sont nécessaires pour continuer d'avancer vers la découverte de nous-même et de la vie.

Cet ouvrage présente des états du corps, des états d'esprit, des états de construction.



LE PASSAGE AU PAS SAGE

Comme plusieurs chemins mènent au sommet d'une montagne, j'ai choisi ce titre :

Le Passage parce qu'il permet des nuances d'interprétation.

Le « Pas sage » car c'est souvent de cette façon qu'on entre dans la pratique martiale. On veut commencer et apprendre un art martial, et c'était le cas pour moi, par ce qu'on n'est pas sage, que l'on veut peut être apprendre à se défendre, mais aussi à se battre, être fort, être notamment plus fort que l'autre.

C'est donc parfois par ce chemin que l'on arrive, ce chemin rustre, turbulent, limitatif, orgueilleux, de celui qui veut en découdre, qui veut frapper, donner des coups de poing, cela avant de comprendre qu'on peut apprendre à les éviter ou simplement à ne pas en donner.

Et là est le second chemin : le « pas sage », est ce premier pas vers la sagesse suivi d'autres pas.

Ce pas qui est sage est celui que parfois aussi nous venons chercher dans la voie martiale car c'est aussi l'image que l'on a pu en avoir au travers d'histoires de maîtres ou de moines, individus réalisés ayant atteint l'éveil.

De personnes ayant eu la maîtrise de soi et des autres.

Combien de fois avons nous été admiratifs de cette philosophie, de cette sagesse.

Alors un jour nous avons aussi décidé de faire ce pas vers la sagesse, ce pas sage.

Ces deux versants d'une attirance pour une pratique peuvent habiter une même personne ; ce fut aussi mon cas.

C'est là aussi qu'intervient une autre lecture du titre. En soudant, en liant les deux, nous trouvons le « passage » ; celui qui nous fait passer du turbulent, du « pas sage », à celui qui réalise concrètement le « pas sage » vers son perfectionnement.

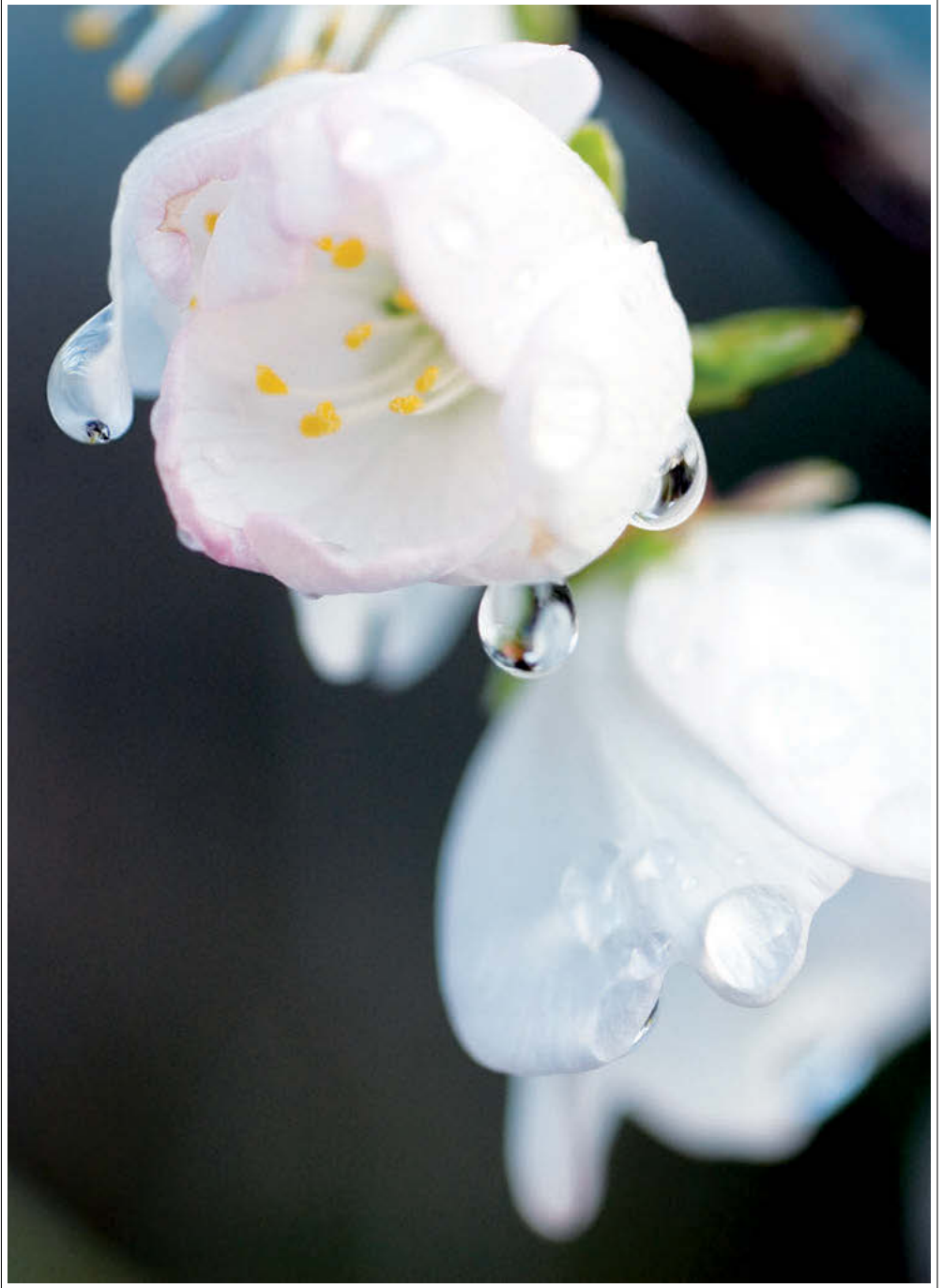
Le passage est ce chemin que nous empruntons pendant la pratique.

Ce passage nous construit, nous fait passer de « je »... à un autre nous-même.

C'est ce qui se passe avec l'âge, avec le temps.

Ce passage c'est notre vie, notre trajectoire, notre chemin personnel, notre Voie.

Ce passage c'est ce que nous faisons et ce que nous choisissons d'être sur ce trajet.



L'ESPRIT OUVERT

Life is easy with eyes closed – Les Beatles.

Le profane pense qu'il est un petit point perdu dans l'univers. L'initié sait que l'univers est un petit point perdu à l'intérieur de lui-même.

Le choix de pratiquer un art martial n'est pas anodin et celui d'un art martial précis ne l'est pas non plus. Ce choix reste personnel et aux motivations subjectives donc multiples. Cependant, quelle que soit la discipline choisie, l'itinéraire sera aussi rigoureusement personnel.

C'est cet aspect qui m'apparaît essentiel, celui de l'itinéraire, car on parle de « voie » martiale.

S'engager sur cette « voie » correspond souvent à des désirs, des projections, des fantasmes de puissance, d'éveil, d'énergie, de sérénité, de force, de souplesse, de transformation, de réalisation, de sagesse..., souvent stigmatisés par le symbole de la ceinture noire, du maître, d'une arme ou du *ki* (l'énergie).

S'engager sur le chemin ne garantit pas l'obtention de tout ce qui nous y attire. Si le paysage est là, il y a pourtant beaucoup plus de touristes que de vrais voyageurs ou d'aventuriers. Combien s'arrêtent en cours de route ; combien font le chemin sans rien voir, entendre, percevoir ou si peu ?

La voie martiale est fondamentalement une question de pratique et la pratique doit nous amener à nous poser certaines questions.

Vivre, c'est passer d'une boîte à une autre ; la vie se situe entre le berceau et le cercueil. Je choisis cette image forte pour vous inciter à prendre conscience et vivre pleinement ce qu'il y a entre les deux.

La vie est donc aussi un chemin, c'est pourquoi la « voie » martiale n'est pas seulement un reflet du chemin de la vie, elle est LA vie, et surtout, comme tout autre travail sur soi, dans sa globalité : physique, émotionnel,

spirituel ; elle en révèle la valeur, la saveur, le sens, je dirais même, les valeurs, les saveurs, les sens. (Apprendre à unifier doit nous permettre d'intégrer la pluralité, ceci aussi est fondamental.)

Car là est la première question que l'on doit se poser en initiant le chemin : « Quel sens je donne à ma pratique ? Quel sens je donne à ma vie ? ». Attention cependant : trouver le sens ne doit pas nous faire perdre les sens (l'essence).

La succession des cours, séances, stages, entraînements (collectifs et individuels), nous amène à découvrir un certain nombre de choses, d'états et de valeurs : souplesse, force, endurance, volonté, courage, résistance, affirmation de soi, rapport aux autres, respect, lâcher-prise, tolérance, humilité..., mais aussi colère, violence, fainéantise, souffrance, lâcheté, blessures, haine, découragement, faiblesse, mépris, orgueil, honte...

La discipline peut nous rendre meilleur ou pire (un peu comme l'histoire de la langue d'Ésope), mais nous sommes les seuls responsables. C'est nous qui choisissons.

Un couteau sur la table est inutile. Il peut nous rendre quantité de services : couper, éplucher, tartiner, tailler..., mais il peut aussi servir à tuer. C'est nous qui tenons le manche, c'est nous qui décidons.

Nous constatons alors que sur un chemin que nous avons choisi d'emprunter, nous avons l'initiative de la direction que nous prenons, de l'orientation que nous donnons à notre pratique, de ce que nous en faisons... et par retour de ce qu'elle fera de nous !

Ceci nous amène à prendre conscience de l'importance du rôle de l'enseignant, de celui de la transmission et à nous poser une seconde question : « Dans quel état d'esprit je pratique ? ».

Découle directement de ce questionnement et en toute logique, un autre, ossature du perfectionnement de notre art : « Comment je pratique ? ».

Observez ce qui se passe dans un dojo : s'y côtoient filles et garçons, jeunes et plus âgés, petits à grands, plus ou moins gros ou maigres... tous sont différents, ce qui pourrait expliquer des différences de niveau.

Nous pourrions parler des heures sur les notions de « surdoués », de « chacun sa progression », « différences morphologiques, d'âge, de sexe ».