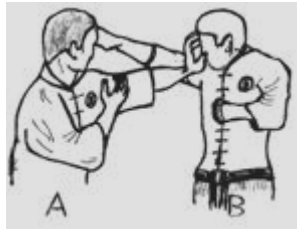


# Thaing



## Définition

Aujourd'hui, le terme "thaing" s'accorde à désigner les arts de combat de la [Birmanie](#) dont les origines dateraient de plus de 4500 ans. Ils descendent, d'une part, des techniques guerrières, prisent dans leur vocation primitive sur le champ de bataille, résultat d'une longue évolution historique et dont on a retenu les règles et les principes d'entraînement. D'autre part, il est le fruit de la réflexion de moines dans le besoin de se défendre et de s'entretenir physiquement, méthodes utilitaires devenant peu à peu des arts martiaux rituels.



*Défense avec bâton long (forme de type « système martial des moines »)*

## Historique et développement

D'un point de vue ethnique, il doit sa richesse technique aux peuplades dispersées dans des jungles épaisses, tels les [Nungs](#) et les [Rawangs](#) dont l'animal vénéré est le sanglier ; les [Nagas](#), adorateurs du singe noir, du tigre et du sanglier ; les [Marus](#) adorateurs du tigre ; les [Was](#) et leur culte pour le cerf ; les [Karens](#) (Kayins) dont l'animal vénéré est le buffle ; les [Shans](#), dont les techniques de combat sont influencées par les pratiques chinoises. Ces peuplades ont développé chacune leurs propres méthodes de combat, calquées très souvent sur le comportement animal. De nombreuses spécificités se retrouvent dans le « travail à mains nues » ([bando](#)) et dans le « maniement des armes » ([banshay](#)). Techniques réalistes, sobres et efficaces, elles conduisent à des pratiques ludiques, tel que la lutte birmane ([naban](#)) codifiée au IX<sup>e</sup> siècle et la célèbre boxe birmane ([lethwei](#)), règlementée au XI<sup>e</sup> siècle.

Parallèlement aux pratiques des différentes ethnies, les moines birmanes ont développé des méthodes axées sur les concepts d'autodéfense et de non-violence. Elles affichent de fortes valeurs humaines et sociales, tels, le respect des autres, l'équilibre personnel, l'harmonie avec les proches et avec l'environnement.

Chez les moines, du III<sup>e</sup> siècle, le terme "thaing" signifie « autodiscipline », « auto développement » et « autoréalisation ». Au XII<sup>e</sup> siècle, il signifie « self-défense » et « autoprotection ». Au XX<sup>e</sup> siècle, on lui accorde la notion de « système de self-défense ». Le « th » est prononcé soit avec la langue entre les dents, comme le « th » de l'anglais thing, prononcé avec la langue entre les dents, soit comme un « t » aspiré (ex. : « thaing », self-défense). Le « aing » est prononcé comme dans l'allemand « mein ».

## L'architecture de la pratique du thaing



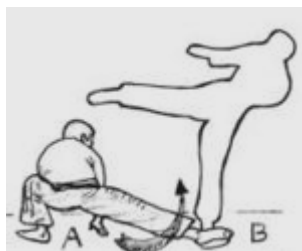
### *Défense sur une attaque en coup de pied (forme de type « aigle »)*

Les différentes pratiques du "thaing" peuvent s'expliquer par le schéma de quatre axes. Dans l'axe vertical : le style haut et le style bas. Dans l'axe horizontal : le système dur et le système doux.

- Le système dur est caractérisé par des techniques puissantes et destructrices, car son utilisation consiste à neutraliser l'opposant par un mode risquant de provoquer des dégâts corporels.
- Le système doux est caractérisé par des techniques avec contrôle de sa propre énergie, l'objectif étant de minimiser les dégâts occasionnés à l'adversaire. Ce mode ne signifie ni faiblesse ni lenteur mais « maîtrise de ses actes ». Un grand expert du système doux doit être fort, rapide en mouvement, alerte mentalement et hautement instruit dans les arts martiaux.
- Le style haut est déterminé généralement par le « contrôle de ses propres émotions » pendant l'opposition. C'est le niveau de la discipline mentale qui détermine la nature du style (haut ou bas) et donc la nature de l'action ou de la réaction.
- Le style bas concerne le combattant qui ne contrôle pas son état émotionnel (la colère, l'orgueil, la rage, la vengeance, la peur, la haine, la honte, etc.). Les techniques sont violentes et ses actes sauvages.

Le **Thaing** prôné par les moines depuis deux millénaires développe le style haut.

## Le thaing aujourd'hui...



### Balayage sur une attaque en coup de pied en ligne haute (forme de type « félin »)

Aujourd'hui, le thaing est un « système martial » et non un « art martial ». C'est-à-dire un complexe de combat regroupant différentes pratiques martiales originaires de Birmanie avec ou sans armes. Il est plus généralement connu sous l'appellation générique de « bando ». En effet, le pratiquant de Thaing aborde le travail à mains nues ([bando](#)), la lutte au corps à corps ([naban](#)), le maniement des armes ([banshay](#)), le pugilat ([lethwei](#)), les formes internes - techniques énergétiques et de développement mental - ([minzin](#)), le système du moine ([pongvi thaing](#)), le yoga birman ([bando-yoga](#) : développement corporel)], les soins de l'esprit et les soins du corps (massages et traitement par les plantes).

Aujourd'hui, le terme "thaing" est associé à de nombreux courants de pratique en Birmanie, d'où son appellation de « Système Thaing ». Ainsi trouve-t-on en Birmanie, de nombreuses écoles aux pratiques diverses et spécifiques, ce qui fait la richesse du Thaing. Nous trouvons :

- le « style shan » (*Shan thaing*), style martial influencé par la culture chinoise
- le « style du serpent » (*Neganadai thaing*)
- l'« école du chemin opposé » (*Pyompaya thaing*) où prédomine les techniques circulaires et des formes animales comme le singe, le scorpion, la panthère, le buffle et le cobra. C'est un style très proche des pratiques chinoises. Il utilise des stratégies surprenantes et rares ; tels des blocages circulaires et des coups de poing mélangés avec des saisies
- le « style royal » (*Nan twin thaing*), etc.

Mais le plus pratiqué dans le monde est le [hanthawaddy-thaing](#). Ce dernier rassemble les pratiques recensées après la seconde guerre mondiale, par un groupe d'experts soucieux de préserver les arts de combat du pays, dont le meneur fut [Ba Than \(Gyi\)](#), alors Directeur des Sports au Ministère de l'Éducation. L'ambassadeur de ce courant pour l'occident, n'est autre que le fils de dernier, [Maung Gyi](#) expatrié aux [États-Unis](#) depuis 1959.



*Maung GYI dans les années 1990*

## Composantes ancestrales des arts martiaux de Birmanie

Le premier répertoire des pratiques guerrières birmanes date du VI<sup>e</sup> siècle après J.C. Les disciplines ancestrales sont les suivantes :

1. Le combat avec les animaux (éléphant, cheval, buffle, chien),
2. Le combat du soldat à pied avec armes diverses : arc, arbalète, sabre, lance, dague, bouclier (**banshay**),
3. Le travail de la lutte à mains nues (**naban**),
4. Le travail de la boxe à mains nues (**lethwei**),
5. La self-défense (**bando**),
6. Le développement physique notamment par le Yoga birman (**bando-yoga**),
7. La médecine des herbes et des plantes,
8. Les techniques de massage,
9. La préparation mentale, les soins de l'esprit et le développement énergétique (**minzin**).



**(naban)**



**lethwei**



**bando-yoga**



**(minzin)**

## Origine des termes thaing et bando

Par contre, le terme "bando" serait d'origine chinoise pour certains, pour d'autres, indienne voire tibétaine. Son appropriation serait plus récente que le mot "thaing". Le terme "bando" aurait été utilisé par le moine Amarapura Sayadaw en 1911, du monastère de la cité des Moines, au nord de la Birmanie. Il tirerait ses origines d'un ancien mot pali (indien). Il signifie « art du combat à mains nues ». *En langue birmane, bando s'écrit...*

... et se prononce « bawn'doh » en anglais (l'anglais est la langue administrative du pays).



**Coup de pied crocheté (forme de type « scorpion »)...**

## Intitulé des pratiques

Aussi, nommer « thaing », l'ensemble des disciplines de ce système martial complexe, est difficile à retenir et à prononcer. Son substitut est « bando », même si cette appellation ne désigne que la pratique mains nues, il est plus facile à véhiculer. D'ailleurs, outre atlantique, c'est le choix qui a été fait ; que ce soit pour la pratique martiale, comme pour la partie sportive puisque l'on parle de "bando-minzin" (formes internes et énergétiques), de "bando-yoga" (formes de développement corporel) et de [bando kickboxing](#) (partie pugilistique).

Le terme [bando](#), est un néologisme plus pratique à utiliser que le terme "thaing". Sa terminaison « do », sonne de la même manière que pour la plupart des arts martiaux extrême-orientaux. Ce qui est un avantage pour la promotion de la discipline. Il sert à désigner deux types de notion :

1. Il désigne, d'abord, le « travail martial à mains nues » (la self-défense, les formes animales et les autres techniques martiales). Suivant les origines ethniques des techniques, on parle de bando birman, de bando kayin, etc., comme on parle de lethwei kachin ou de lethwei karen.
2. Il remplace le terme "thaing", afin de désigner l'ensemble des pratiques martiales birmanes.



*Une des contre-offensives de type « cobra »*

Le premier sens du mot Bando est plus approprié pour désigner l'« art du combat à mains nues ». Quant au terme "thaing", il désigne avantageusement l'ensemble des arts martiaux originaires du Myanmar.

DEPUIS LE MILIEU DU XX<sup>E</sup> SIÈCLE, AU [MYANMAR](#) LE TERME **THAING** DÉSIGNE LES [ARTS MARTIAUX BIRMANS](#).