

AVO CO . MAL 2011

Le Yangjia av Burkina Faso

mf 77

SOMMAIRE

Le mot du président1
Propos de Tuishou savoir chercher
l'opportunité - Mark A. Linett2
Nomination du Zhangmenren comme
« gardien de la porte » dans la culture
traditionnelle - Wang Rong-shan4
La transmission est possible,
la succession l'est moins - Georges Charles,
Cha Lishi, Daoshi5
Rapport du stage - Youssouf Ouattara
Issiaka Ouedraogo6
La stimulation de points énergétiques
dans la pratique du Taiji quan -
Claudy Jeanmougin9
L'Année du Lapin -
Paule-Annick Ben Kemoun14
Nous avons lu - Claudy Jeanmougin15
Whouah La Bretagne sous la pluie! -
Marie-Christine Moutault16
La collection complète « Qi Gong Taoïste » -
Jean-Luc Saby17
Révélation d'une gymnastique sino-suédoise -
Jean-Luc Saby19
En Route Vers La Chine27
Calendrier des stages30
Yen-nien World Cup
Le site web et le Bulletin de l'Amicale33
21 ^e Rencontres de l'Amicale
à Vaumarcus34
Adresses utiles

Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Interview Intervie

Grand merci à lui!

Nous profitons de cette occasion pour lancer un appel à tous ceux d'entre vous qui se sentent des envies ou des talents d'illustrateurs.

Nous sommes sûrs que parmi vous certains ont des choses intéressantes dans leurs cartons, sinon cela peut être l'occasion de débuter.

Il nous parait intéressant de constituer un réservoir d'illustrations originales, dans tous les sens du terme, que nous pourrions utiliser au fil des prochains Bulletins.

N'hésitez pas à nous envoyer vos propositions et compositions. Tous les envois seront examinés avec attention.

Tous à vos crayons, fusains, pinceaux, aérographes, etc ... Que le Yi soit en vous !

Jean-Michel Fraigneau

Édito

Le lièvre court vite ... son année sera-t-elle rapide comme tout ce qui nous pousse dans le monde d'accélération frénétique où nous vivons : dispersion mondialisée et consommation accélérée qui portent les humains à hypothéquer très dangereusement leur avenir et celui de leurs enfants ?

Essayons, malgré tout, de vivre une année de calme et de plénitude et que notre attitude soit contagieuse!

Pratiquons pleinement et calmement notre forme ainsi que le neigong, posément assis sur notre séant, pour rester centrés dans nos corps et dans nos têtes.

Dans ce Bulletin, certains témoignent de la bonne attitude à avoir pour une transmission dans le respect de la tradition.

D'autres nous livrent leurs réflexions et études sur les aspects fondamentaux de notre pratique : le tuishou, l'énergétique, etc ...

Vous verrez que de nouvelles branches de la famille du Yangjia Michuan Taiji quan continuent de se développer comme chez nos amis africains du Burkina Faso.

Vous y trouverez également le récit d'un voyage initiatique dans la Chine des années 70 puis 90, à la recherche des ermites des monastères bouddhistes; une étude sur le qigong taoïste et ses liens avec nos disciplines occidentales; et aussi des témoignages, des notes de lectures, une page astrologique sur l'année du lièvre et l'annonce de nos prochaines Rencontres Amicales en Suisse.

Bonne lecture!

Nous sommes tous frères et sœurs de la grande famille amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan!

Que la solidarité et la paix qui règnent en son sein ne soient jamais entamées!

Jean-Michel Fraigneau

Le mot du Président,

I ne m'est pas possible d'ouvrir ce mot sans avoir une pensée pour le peuple japonais qui vit encore une terrible épreuve. Dame Nature prouve, en une seule catastrophe, qu'elle est la plus forte et qu'il ne faut pas se moquer d'elle en jouant les apprentis sorciers.

«La chose la plus souple du monde se rue sur les choses les plus dures. » Dao de Jing, chapitre 43. Traduction Catherine Despeux, Lao-tseu.

À l'approche du dernier trimestre de nos activités saisonnières se profilent nombreuses de manifestations. Les habituelles comme les Rencontres Jasnières et celles de l'Amicale à Vaumarcus, Tai-chi Tcho en Suisse ou Tai chi Calédonia en Écosse, et puis le Yen-nien cup Yangjia Michuan International Tournament organisé par le TYMTA (Taïwan Yangjia Michuan Tai chi chuan Association) qui se déroulera à Taipei du 1er au 5 décembre 2011. Nos amis taïwanais nous attendent et comptent vraiment sur une présence effective des membres de l'Amicale.

Les personnes intéressées par cet événement peuvent s'adresser à l'Amicale qui va tout mettre en œuvre pour l'organisation du voyage en relation avec les organisateurs locaux. Le programme des festivités n'est pas encore définitif à l'heure où j'écris ces lignes. Vous pourrez consulter le site où nous fournirons toutes les informations utiles.

Le passage à la séparation de l'adhésion à l'Amicale de l'abonnement au Bulletin a causé quelques

soucis d'organisation pour le tirage du Bulletin. Au moment de l'impression, nous ne savions pas quel nombre d'exemplaires nous devions tirer car bien des membres ne se sont pas manifestés malgré des relances successives. Aujourd'hui, tout rentre dans « l'ordre » car il ne reste que cinq associations qui ne sont pas à jour de leur adhésion. Au final, ce sont cent exemplaires en moins par tirage, ce qui fait une sérieuse économie de papier et de timbrage tout en donnant satisfaction à tout le monde. Le but visé d'une diminution du nombre d'exemplaires est bien atteint.

Le site de l'Amicale est traduit en italien et est en cours de traduction en anglais. Des équipes sont au travail et nous les remercions de leur générosité pour rendre accessible notre site au plus grand nombre.

Les stages organisés par les différentes associations témoignent de la vivacité de notre style. Les vidéos apparaissant sur le site montrent une certaine évolution de notre style. Ce qui a été semé se propage et se perpétue tranquillement avec des approches multiples et variées, cela prouve que ce style offre de nombreuses ouvertures avec des choix d'expression sans cesse remaniés. L'arbre s'étoffe de belles ramures qui ne doivent pas nous faire oublier son tronc.

Bonne pratique!

Écurat le 29 mars 2011

BULLETIN DU YANGJIA MICHUAN TAICHI QUAN

Mai 2011 - N° 67

Publication de l'Amicale du Yangjia Michuan Taichi Chuan. Siège Social : c/o Jean-Michel Fraigneau, 2, allée du Roussillion, 78140 , Vélizy-Villacoublay – France

Directeur de la publication: Claudy Jeanmougin - **Rédacteur en chef**: Claudy Jeanmougin - **Rédaction**: Mark Linett, Wang Rong-shan, Georges Charles, Youssouf Ouattara, Paule-Annick Ben Kemoun, Marie-Christine Moutault, Jean-Michel Fraigneau, Serge Dreyer, Claudy Jeanmougin, Jean-Luc Saby, - **Comité de lecture**: Christian Bernapel, Sonia Sladek, Anne-Marie Guibaud, Jean-Michel Fraigneau - **Traduction**: Jean-Luc Pérot, Sabine Decosterd, Françoise Angrand **Corrections**: Françoise Angand, Simonette Verbrugge, Sonia Sladek, Anne-Marie Guibaud- **Mise en page**: Michel Douiller, Jean-Luc Pommier - **Couverture**: Sophie Cornuel – Postage Yves Février – Tableau couverture: Michel Frérot

Propos de Tuishou ... savoir chercher l'opportunité.

Tout au long des nombreuses classes de Tuishou conduites durant presque 20 ans, maître Wang nous a régulièrement incités à entrer dans une écoute attentive et réciproque du partenaire plutôt qu'à nous focaliser sur l'idée de le pousser à tout prix. Constamment, il nous disait de chercher l'opportunité avant même d'essayer de le pousser.

Pour Laoshi, cela semblait constituer un aspect essentiel de la pratique et il serait dès lors utile de chercher brièvement en quoi consiste l'opportunité pour la reconnaître et la saisir quand elle se présente.

De prime abord, il est important de confirmer que rien ne remplace la pratique sous la conduite d'un maître qui montre et explique le mouvement en détail, au cœur même de la pratique. En plus d'un professeur talentueux, il importe aussi de trouver des partenaires avec qui s'entraîner sincèrement dans cet esprit, quelqu'un avec qui l'on puisse explorer, questionner et apprivoiser le mouvement en profondeur. J'ai eu la chance de trouver de tels partenaires ici, à Taïwan, qui au fil des années m'ont été d'un immense secours pour affiner ma pratique du Tuishou.

Ces réflexions ont été écrites à l'intention de pratiquants débrouillés ou aguerris. Dans le développement de cette exploration, je ferai référence à quelques exercices fondamentaux du Tuishou avec lesquels il serait bon et utile d'être familiarisé.

Usuellement, la pratique du Tuishou débute en garde, par la connexion Peng.

De là, il est déjà possible de collecter bon nombre d'informations sur le partenaire : est-il stable et enraciné, détendu ou tendu, agressif ou passif et d'apprécier ainsi son niveau de pratique.

Dès le début des échanges, on peut chercher à sentir les moments et les points où le partenaire se révèle vulnérable. Ainsi, sa garde (Peng) est-elle ronde et douce ou dure et anguleuse ? Son poids est-il centré dans la jambe arrière, en double appui ou même dans la jambe avant ? Tourne-t-il pour dévier une légère pression ou l'absorbe-t-il dans l'appui ? Est-il apte à céder ou simplement branché

sur la poussée ? Sa respiration est-elle discrète ou bruyante ? Où place-t-il son regard lorsqu'il est poussé ? Est-il vraiment connecté (Ting-Jing - à l'écoute) ou sent-on un coupure dans son toucher ?

Que vous soyez le premier à pousser ou qu'il prenne l'initiative, l'occasion peut surgir!

Si vous prenez l'initiative, vous pouvez commencer avec une poussée douce pour jauger la qualité de la réponse. Il est important de savoir que si ma première action est tendue vers la poussée décisive, je suis sans doute dans l'erreur. Vous poussez sans chercher à connaître, sans explorer les qualités de l'autre. Vous poussez à l'aveuglette, au hasard. J'en suis venu à penser qu'il est préférable de laisser l'autre prendre l'initiative de sorte qu'il vous donne plein d'informations sur la vitesse, la direction et la puissance de sa poussée.

La poussée la plus usuelle va vers l'épaule du partenaire. Bien sûr, on peut choisir quelle épaule pousser mais la plupart du temps la poussée vient de la main droite alors que l'on se tient sur la jambe arrière gauche.

Voilà donc un choix... Si vous engagez la première poussée de la main droite sur l'épaule gauche du partenaire, il est clair qu'il tournera spontanément à gauche pour céder. Si, au contraire, en appui avant, vous poussez de la main gauche sur l'épaule droite, il cédera bien sûr à droite. Notez que si vous poussez en appui jambe avant plutôt qu'à partir de la jambe arrière, vous serez bien plus proche de votre partenaire. Ainsi, vous le forcerez à pivoter sur une contre-rotation moins avantageuse. Et s'il fait bien son pivot d'esquive, il sera aisé de le pousser latéralement de la main droite sur le tronc ou l'épaule.

La coordination est essentielle, il ne s'agit pas de deux poussées mais bien d'une seule poussée qui deviendra progressivement continue.

D'une certaine manière, vous créez l'opportunité en forçant le partenaire à pivoter ou céder pour placer la deuxième poussée. Ainsi, la première poussée n'est pas sentie comme une poussée décisive mais bien comme l'occasion d'ouvrir à une deuxième ou troisième poussée. Si la coordination espace/temps est correcte, vous verrez qu'il n'estpas nécessaire de forcer (Li). Il y aurait beaucoup à dire sur la coordination, l'angle et la vitesse mais laissons cela pour une autre fois!

LES EXERCICES 1 ET 2

Si le partenaire prend l'initiative de la poussée, cherchez d'abord à sentir s'il est stable et enraciné dans la jambe arrière ou la jambe avant. Vous pourrez également sentir si sa poussée est profonde ou si elle s'arrête en surface. La profondeur de sa poussée vous dira comment céder pour absorber.

Dans le premier exercice d'esquive (par rotation de la taille), on pratique la poussée sur l'épaule et l'esquive par rotation sur la poussée. Le premier exercice propose une poussée à partir de la jambe arrière alors que le second vient d'une poussée de la jambe avant. Dans cet exercice d'esquive, les bras montent naturellement pour se connecter au tronc ou à l'épaule du pousseur.

Poussé, tu cherches l'opportunité dans l'esquive. Garde le contact avec la main du pousseur, sans laisser le moindre écart. Si tu perds le contact de la main en bougeant trop rapidement ou perds la connexion de ta main sur son corps, tu lui donneras une superbe occasion de te pousser pour de bon. Garde la connexion avec la main du pousseur et avec le corps du pousseur, en fait main et bras sont partie intégrante du corps, ils n'en sont pas séparés. Le pousseur pourra saisir l'opportunité s'il garde la main bien en contact, à l'écoute du corps de celui qui esquive pour sentir la résistance ou la dureté (Ting Jing).

À la moindre sensation de résistance, dureté ou perte de contact, il poussera sans attendre.

C'est un exemple clair où le partenaire vous donne littéralement le signal de le pousser. Parce qu'il n'est pas détendu, ni doux ni connecté, il vous offre le temps et l'endroit où pousser. Il convient, dans ce cas, d'être alerte pour saisir le moment propice car il n'y a ni temps ni place pour élaborer une décision. Saisissez l'occasion ou elle est passée! Une autre occasion est à chercher par une poussée haute à la poitrine, en haut du sternum.

Voyez comment il y répond...Est-ce qu'il se relâche et détend la poitrine, déplace-t-il le poids et le centre de gravité sur la jambe arrière ou fait-il une rotation.

En déplaçant son poids sur la jambe arrière (3° exercice de base) il dégage la partie inférieure de son torse et offre une excellente occasion de poussée. Dans cette occurrence, ne perdez pas le contact mais glissez simplement la main de haut en bas et continuez la poussée sur le bas de la poitrine.

Bien sûr, un pratiquant expérimenté pourra en même temps qu'il place son poids dans l'appui arrière, esquiver par rotation. Ainsi il s'ouvre une excellente opportunité.

Donc, soyez vigilant, sentez la réponse du partenaire. S'il esquive dans la jambe arrière et pivote en même temps, il se construit très vraisemblablement une occasion de vous repousser alors que vous le poussez.

Bien sûr, on croise plein d'opportunités lorsque l'on pratique le Tuishou. Les occasions sont innombrables, chaque partenaire est différent. Les tailles, les répartitions du poids, les compétences pour n'en citer que quelques-unes.

Mais, ce qui ne change pas c'est l'engagement personnel nécessaire pour sentir et chercher les possibilités et les occasions qui émergent naturellement dans le Tuishou.

Mark A. Linett

Traduit par Jean-Luc Pérot



Nomination du Zhangmenren comme « gardien de la porte » dans la culture traditionnelle

Traduit par Françoise Angrand d'après la traduction de George C. Lin

Il existe diverses formes d'héritage dans les sectes de la culture chinoise traditionnelle; parmi elles, les arts martiaux ou encore la philosophie. Nommer un chef de file (*Zhangmenren* 掌門人), ou gardien, est un acte digne et solennel, car il se révèle souvent vital dans la conservation et la survivance d'une forme d'art. Une cérémonie d'initiation particulière a lieu afin de déclarer formellement un chef de file. Par exemple, dans le taoïsme, l'ascendance de *Zhāngtiānshī* (張天師) peut être retracée jusqu'à la dynastie Han de manière exhaustive et documentée, et permet donc de confirmer son autorité auprès du public.

Depuis les temps anciens, dans les écoles d'arts martiaux, l'héritage des *Zhangmenren* est généralement acquis après un sacrifice rituel, suivi du passage des sceaux, puis d'une déclaration cérémonielle où est reconnue officiellement la transmission de la filiation. La procédure est la suivante :

- 1. En premier lieu, le chef de file actuel sélectionne un candidat, parmi ceux observés durant plusieurs années pour déterminer leurs qualités morales, leur force physique, leur talent pour les arts martiaux et leur personnalité en général. Si le candidat s'avère digne de l'initiation, en tenant compte de ces critères, il est considéré comme étant prêt à devenir le prochain chef de file.
- 2. Après la sélection du candidat, une cérémonie se déroule, à une date et un moment jugés favorables. Des membres haut placés ainsi que les plus expérimentés des maîtres et disciples y assistent. Le Zhangmenren en place anime alors le sacrifice rituel, sur l'autel des fondateurs (祖 師 Zushī). En se conformant à la tradition établie, il passe alors les sceaux officiels au nouveau Zhangmenren-1'authentification (信 物 Sinwu) et le symbole (令符 Lingfu)—, et fait une déclaration à tous les membres de l'école.
- 3. La dernière étape est une notification formelle à l'intention de toutes les autres sectes et écoles, annonçant le nouveau *Zhangmenren*.

Cette procédure, souvent issue de la tradition orale, est communément reconnue comme la cérémonie d'héritage dans la culture chinoise.

Maître Wang Yen-nien a hérité à la fois du Yangjia Michuan Taijiquan et de la secte taoïste de la Montagne Dorée. Avant sa mort en 2008, il n'a jamais officiellement nommé de successeur, pour aucun de ces deux lignages. Il a en revanche initié plusieurs disciples (« Chuanren », transmetteurs du lignage) pour la secte taoïste de la Montagne Dorée, à Taïwan, à plusieurs reprises, mais aussi à l'étranger. En ce qui concerne le YMT, Laoshi n'a jamais tenu de cérémonie d'initiation formelle. Je me souviens de l'époque où Laoshi venait à Tainan. En le rencontrant, à l'entrée d'un restaurant, mes élèves se sont adressés à lui avec déférence, et l'ont appelé Grand Maître (師祖 Shī zǔ), ou Shigong (師 公); Laoshi a répondu avec un sourire : « Mes élèves enseignent à leurs élèves. Peu importe qui enseigne et qui étudie, vous m'appelez tous Laoshi. Je suis la quatrième génération du YMT, et vous êtes tous la cinquième génération. » Depuis lors, j'ai toujours appelé les autres élèves de Laoshi mes frères et sœurs.

Wang Rong-shan

TYMTA, Taipei, Taïwan



La transmission est possible, la succession l'est moins.

En 1979, Wang Zemin a décidé de me transmettre la succession de son École, le Liannanquan, branche du Xingyiquan de forme évolutive (Ziran Men), succession qu'il avait lui-même directement reçue de Wang Xiangzhai (1885-1863), maître reconnu et disciple de Guo Yunshen (1864-1935) successeur de Li Loneng (1842-1919), initiateur de cette tendance. Cette transmission a immédiatement été très mal perçue par mes condisciples chinois, avec lesquels j'avais pratiqué durant près de dix années, sous la direction de Wang Zemin.

Cela fut pour moi un choc car en plus de la responsabilité que je prenais, que j'exerce toujours plus de trente ans après, je me suis senti rejeté, sinon trahi, par des gens que je respectais en tant que pratiquants et même en tant qu'anciens.

Wang est né en 1909 et la plupart de ses élèves avaient, ou peu s'en faut, un âge assez approchant. De plus ils avaient tous un métier et n'envisageaient pas un seul instant d'ouvrir un cours afin de perpétuer l'enseignement qu'ils avaient reçu alors que, de mon coté, j'avais déjà des élèves qui pratiquaient sous ma direction.

Il semblait donc normal, sinon opportun, que Wang me confie cette succession tout en me demandant de changer le nom de l'école de Liananquan (Poing des Générations Circulaires) en San Yiquan (Poing des Trois Unités, des Trois-Un ou des Trois Harmonies).

J'étais alors jeune, mais j'avais déjà plus de vingt années de pratique à mon actif dans diverses disciplines et j'avais effectué plusieurs séjours en Extrême-Orient, tant à Hong Kong qu'à Taïwan où j'avais d'ailleurs rencontré Maître Wang Yen-nien qui était cité dans un ouvrage de Robert Smith.

Ces séjours m'avaient permis, grâce aux lettres d'introduction de Wang, de pratiquer intensivement et d'obtenir des certificats officiels d'enseignement dans plusieurs fédérations reconnues par les autorités locales comme la HKCMAAL à Hong Kong et la KFROC à Taïwan.

J'étais donc déjà très officiellement, du moins là-bas, enseignant à plein titre (Sifu).

Mais cela n'empêcha pas le problème de se produire, en France, avec les pratiquants chinois de Wang qui refusèrent, dès qu'il eut le dos tourné, de me reconnaître en me faisant comprendre qu'un « Gwailo »¹ n'avait pas la possibilité d'enseigner à des Chinois !

J'ai été assez étonné de cette attitude car jusque-là, je n'avais jamais eu aucun problème avec eux et je pensais qu'entre nous régnait une bonne entente.

Depuis, j'ai souvent remarqué que ce type de xénophobie n'était pas un cas isolé et qu'il parvenait même à dépasser le respect dû à celui qui décide de transmettre une succession d'école. Il est possible que mon âge ait également posé un problème mais il me semblait que le choix de Wang était motivé par un souci d'efficacité. S'il avait légué la succession à l'un de ses élèves chinois, qui étaient déjà tous assez âgés, celle-ci aurait été remise en cause, à court ou à moyen terme. Or, trente ans plus tard, elle fonctionne encore!

Mais visiblement ni le respect (Wei), ni la tradition (Li), ni l'efficacité (De) n'entraient plus en ligne de compte et il ne restait qu'un ressentiment inutile puisque le fait était accompli.

Depuis, je n'ai jamais revu ces condisciples ni eu de nouvelles les concernant. Au vu de leur âge à l'époque des faits, ils doivent être tous décédés et n'ont, visiblement, rien transmis.

Cela m'a simplement incité à prendre plus d'indépendance et à considérer ce qui est le plus important dans la pratique et dans la transmission : la pérennité.

J'ai désormais formé une cinquantaine d'enseignants qui ont plaisir à transmettre ce que je leur ai enseigné et ce que je continue à leur enseigner et, de leur côté, ils m'apportent beaucoup en retour puisqu'on en est désormais à la troisième génération d'enseignants ; en moyenne une tous les dix ans.

Je ne pense donc pas que Wang ait eu tort de me confier cette filiation puisque sa pratique vit toujours au travers des plus jeunes.

C'est un peu pour cela que j'avais choisi, dans la préface de l'ouvrage que j'ai réalisé avec Christian Bernapel, « Taijiquan – Pratique et Enseignement des Huit Portes et Treize Postures » (Ba Men Shi San Shi), aux Editions Encre (1991), et au dos duquel figure une photo de Laoshi Wang Yen-nien, de faire figurer le texte d'introduction de Wang Xingquin à son « Commentaire du Livre Classique des Trois Caractères » :

« Quant à moi, sans tenir compte du peu de culture de mon intelligence, du peu de développement de mes facultés, j'ai témérairement entrepris d'ajouter un commentaire qui m'est personnel, lequel – je ne puis en douter un instant – attirera infailliblement sur moi les critiques d'anciens Mandarins autrefois réputés. Toutefois, comme il est destiné à aider à la compréhension des plus jeunes dans leurs études, il sera, peut-être, reconnu utile à un certain degré ». (p.13)

Georges Charles, Cha Lishi, Daoshi successeur en titre de Wang Zemin, Chef de file du San Yiquan.

Notes de la rédaction : Gwailo鬼佬 (Gui lao), mot d'argot cantonais à caractère raciste utilisé pour les étrangers.

RAPPORT DU STAGE DE TAICHI CHUAN DU 21 AU 31 DECEMBRE 2010

Du 21 au 31 décembre 2010, s'est déroulé à Ouagadougou, capitale du Burkina Faso un stage de Tai Chi Chuan Yangjia Michuan organisé par l'Association Tai Chi Chuan et Arts Énergétiques. Le stage était placé sous le patronage du Ministre du Sport et des Loisirs. Trente personnes au total ont pris part effectivement à ce stage.

I - DEROULEMENT DU STAGE

Le stage a été animé par le Maître Henri MOU-THON et Catherine BACHELET, tous deux d'A.T.C.H.A. à Annecy (France), association membre de l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan.

Les entraînements avaient lieu tous les jours le matin de 6h à 9h30 dans le Parc Urbain Bangr-Wéogo, et les soirs de 18h à 21h dans un gymnase de la ville.

Le stage a démarré le 21 décembre 2010 et s'est étalé sur 10 jours selon l'emploi du temps initialement prévu ci-dessous :

2010	6h00	8h00 à 9h30	18h00 à 21h30
mardi 21 dec			Exercices de base seul et à deux - les 13 postures
mercredi 22 dec	Exercices de base à deux	13 postures - 1er Duan	
jeudi 23 dec	Tuishou	1er Duan	Conférence
vendredi 24 déc	Tuishou	2iéme duan	Eventail
samedi 25 déc	Exercices de base.	Tuishou - 1er duan - 2iéme duan	30.000000000000000000000000000000000000
dimanche 26 déc		Tuishou - 2iéme duan - Eventail	
Lundi 27 déc	Tuishou	2 iéme duan	
mercredi 29 dec			Epée
jeudi 30 déc	Tuishou	2 iéme duan	Epée
vendredi 31 déc	Tuishou	2 iéme duan	3

Le programme dans son ensemble a été exécuté de façon très satisfaisante. Mais le travail avec l'épée, initialement au programme n'a pas pu être vu. En effet, le programme était visiblement long et ne pouvait pas être déroulé dans cet intervalle de temps aussi court. Devant ce constat, il a été décidé de surseoir au travail de l'épée.

L'enchaînement du deuxième Duan ne s'est pas réalisé dans sa totalité pour les mêmes raisons.

Les niveaux de pratique étant disparates, l'évolution du stage était dans son ensemble ralentie pour tenir compte de ceux qui étaient à la traîne. Pour remédier à cela, ont été mis en place plusieurs ateliers qui prenaient en compte ces différences de niveaux. En outre les experts n'ont pas hésité, dans un souci de parfaire les techniques, à continuer les cours après les entraînements, souvent à l'appartement, avec les encadreurs burkinabé. Cette disponibilité de part et d'autre a permis de terminer entièrement l'enchaînement de l'éventail.

Les entraînements étaient organisés journellement les matins et les soirs à la tombée de la nuit pour tenir compte de la température. Chaque séance était entrecoupée par une pause de 20 minutes pour permettre aux participants de s'alimenter et prendre des forces. Au menu, il y avait du thé, des jus, des gâteaux et des fruits et de l'eau. La pause semblait être très appréciée car selon les participants « qui s'oppose à la pause s'expose à la dose ». Belle plai-

santerie pour amener tout le monde à « se récréer ».

Les heures suivantes n'étaient visiblement pas faciles pour les Maîtres qui viennent d'un rude hiver et qui tombent du jour au lendemain dans des températures de plus 30°C à l'ombre. Mais, programme oblige, ils ont relevé le défi.

Le stage était bien animé et cela nous le devons à l'humour intarissable du maître qui avait à tout moment une anecdote sur le grand Maître Wang. Ni le soleil accablant, ni une entorse à la cheville n'ont pu un instant entamer l'humeur du Maître lors des séances.

Maître Mouthon indiquait durant les exercices ce que faisait Wang Yen-nien lui-même et les différents apports qui sont intervenus plus tard. Cette méthode nous a permis de nous abreuver directement à la source authentique de l'enseignement du Maître Wang.

Le stage a été également ponctué par des activités récréatives et une conférence. Les activités récréatives ont consisté en des sorties avec les Maîtres dans les villages aux alentours de Ouagadougou. Ce fut le cas à Laongo, Loumbila beach, et à Bazoulé (la mare aux caïmans sacrés).

La conférence animée par Henri et Catherine, a eu lieu le jeudi 23 décembre dans la salle de conférence du parc animalier Bangr-Wéogo. Étaient présentes environ une cinquantaine de personnes qui ont surtout participé pleinement à travers des questions et des remarques très pertinentes sur le Yangjia. Cette conférence a été appréciée de tous car ayant permis d'évoquer plusieurs sujets tels que : l'origine du Taichi et du Yangjia, la vie du Maître Wang, le Neigong, l'Amicale du Yangjia Michuan en France, le Collège des Enseignants, les perspectives...

Le stage a également connu une couverture médiatique avec la présence de plusieurs organes de



presse dont les journaux locaux, et la télévision Burkinabé qui a effectué une retransmission des entraînements au cours du magasine des sports.

Plusieurs rencontres ont été effectuées dont celle avec l'ambassadeur de Chine au Burkina Faso. Son Excellence Monsieur l'ambassadeur nous a assuré de son soutien à l'apprentissage et à l'enseignement du Yangjia.

La soirée du 25 décembre, jour de Noël a été celle des visites dans quelques familles chrétiennes des membres de l'association.

Le dernier festin a eu lieu chez le Président de l'Association le 1^{er} janvier, jour qui marquait également la fin du séjour des experts au Burkina.

La sortie sur Bobo Dioulasso:

Dans le but de rencontrer des pratiquants de Taichi, un voyage à Bobo Dioulasso (capitale économique du Burkina Faso) fut organisé. Là encore, le Maître Mouthon n'a ménagé aucun effort pour enseigner une fois de plus le Yangjia à la grande satisfaction des pratiquants.

Le séjour à Bobo a été marqué par la visite du musée et une randonnée dans la forêt de la Guinguette suivie d'une baignade sous une cascade de la forêt.

II - MOYENS MIS EN ŒUVRE

Les moyens financiers

Des nombreuses institutions ont été contactées, celles qui ont réagi sont les suivantes :

Le Parc Urbain Bangr-Wéogo

L'Ambassade de Chine Taiwan Le Comité National Olympique et des Sports burkinabé

M. Kassoum Ouédraogo

M. Adama Zoungrana (SONAR)

M. Moussa Zongo (BIB)

M. Barro (Eau Baraji)

Les ressources humaines

Tous les membres de l'association ont fait preuve d'un grand engagement pour la réussite de ce stage. Chacun à sa manière a rendu un service pour le bon déroulement du stage.

Les moyens matériels et logistiques

Rafraîchissements : thé chaud, eau et fruits à chaque séance

Véhicules de : Amoussou Désiré, Adama Traoré, Diana Katakou (ne pas oublier les motos de Issiaka et Germain pour retrouver chez Mme KTK)

Les hôtes ont été logés dans un appartement sis à Somgandé loué pour l'occasion. Le SG de l'association a été dépêché auprès du Maître Mouthon et Mme Bachelet pour leur tenir compagnie afin qu'ils ne manquent de rien.

III - OBJECTIFS

Les objectifs étaient de perfectionner les membres et les instructeurs de l'Association et de faire découvrir au grand public le Tai Chi Chuan.

Ils ont été atteints puisque membres et instructeurs ont pris activement part au stage.

IV - RESULTATS

Le perfectionnement des membres et des instructeurs de Tai Chi Chuan a été effectif et il s'agit maintenant de poursuivre les entraînements pour affermir les connaissances acquises durant le stage.

V – REMARQUES

Ce stage a été voulu par les membres de l'Association sur proposition de Dr Amoussou, qui en effet a mis du sien pour la réalisation et la réussite de ce stage. A cet effet, il a fait le déplacement à Ouagadougou pour en accompagner le déroulement. A ce titre, l'Association lui reconnaît un mérite exceptionnel et le remercie pour son esprit de visionnaire quant à l'avenir de l'Association.

compris beaucoup de principes jusque-là ignorés. Nous avons pu acquérir un enseignement clair du Yangjia Michuan ainsi que la pédagogie d'enseignement.

Nous remercions l'association ATCHA pour son soutien ô combien de fois inestimable lors de l'organisation de ce stage. Nous remercions ses membres, qui à travers Henri et Catherine nous ont offert des supports sur le Yangjia Michuan, en vue de notre perfectionnement.

Merci à Henri qui n'a ménagé aucun effort pour nous apporter cet enseignement si précieux. Merci également à Catherine qui nous a enseigné l'éventail avec passion et dévotion.



En marge des entraînements, une rencontre a eu lieu entre les membres du bureau, Maître Mouthon et Mme Bachelet. Il était question du bilan du déroulement du stage à mi parcours, des perspectives à venir pour notre Association en vue d'un partenariat avec l'Amicale dont est issu le Maître.

Maître Mouthon et Mme Bachelet ont à l'occasion comblé notre association de cadeaux en leur nom propre. Nos remerciements ne tariront jamais de ce fait à leur égard et nous souhaitons longue vie au partenariat qui s'annonce bien porteur d'espoir pour notre évolution dans la pratique du Yangjia Michuan

Les présents se composent de supports numériques (DVD) et de la documentation diverse sur le Taichi.

VI - CONCLUSION

A la fin du stage nous pensons que chacun des participants a pu en tirer un grand profit, nous avons L'association de Taichi Chuan Burkinabé a souhaité que Henri et Catherine reviennent souvent pour poursuivre l'aventure déjà commencée. Notre association a également demandé à Henri d'être son ambassadeur auprès de l'Amicale en vue d'envisager la formation continue des enseignants Africains de Yangjia, ainsi que la définition de perspectives pour notre jeune association, afin de nous aider à porter le flambeau du Yangjia Michuan en Afrique et partout où besoin sera.

Fada N'Gourma, le 7 février 2011

Le Président, Le Secrétaire Général, Youssouf OUATTARA Issiaka OUEDRAOGO

La stimulation de points énergétiques dans la pratique du Taiji quan du Yangjia michuan taiji quan

Claudy Jeanmougin

(suite...)

3 - Le point Shangyang 商 陽 et le point Taiyuan 太淵

L'doigts d'une main sur le poignet de l'autre au moment de la poussée. Lors de la traduction de son premier livre, nous avons demandé à Laoshi de nous expliquer d'une manière précise la position des mains dans ce geste qui est souvent répété. Il le fit en écrivant directement sur l'un des livres, autre que le mien, qui étaient sur la table. Peut-être était-ce le sien, celui de Julia ou de Sabine, je ne m'en souviens pas. Mais j'ai pris soin de recopier sur le mien l'intégralité du texte qui remplace celui de la photo 58. Avec le petit ap port de la photo 56 qui n'a pas été traduit, elles seront les seules modifications que Laoshi nous accordera pour l'ensemble de son livre qu'il voulait identique à la version chinoise, malgré quelques apports sur l'exécution de la forme à l'époque. Sachez que cette modification ne sera pas effectuée dans la version sino-japonaise...



Voici la photo sur laquelle porte une première correction. Vous pouvez voir un carré suivi de deux caractères: 為 司 wèi diāo. Le carré marque l'emplacement de la correction. Le texte chinois d'origine, avec la petite correction entre parenthèses, est le suivant :

右手五指抓合,指尖成梅花形,由右臉側向胸前勾落(為刁),兩臂與肩平,左手扶於右腕。

Yòu shǒu wùzhǐ zhuā hé, zhǐ jiān chéng méihuā xíng, yóu yòu liǎn cè xiàng xiōng qián gōu luò (wèi diāo), liǎng bì yǔ jiān píng, zuǒ shǒu fú yú yòu wàn.

« L'extrémité des doigts de la main droite sont réunis comme (les pétales d') une fleur de prunier. Depuis le côté gauche, ramener la main droite devant la poitrine, en forme de crochet orienté vers le bas (comme le caractère diao ∃). Les bras sont au même niveau que les épaules. La main gauche s'appuie sur le poignet droit.»

L'apport 為 刁 wèi diāo (comme diāo), qui n'a pas été effectué dans notre traduction de la version franco-anglaise, image la forme en crochet que prend la main d'une manière identique à celle du caractère diāo. L'indication du contact entre les mains précise uniquement que les doigts de la main gauche sont posés sur le poignet de la main droite. Pour cette photo, le texte concerne seulement la forme en crochet de la main droite.

Cette forme en crochet a une grande importance en énergétique à condition de forcer légèrement la flexion du poignet. La position de la pulpe des doigts, comme les pétales d'une fleur de prunier, creuse la paume et stimule le point Laogong 勞 宮 (Palais du Labeur) dont il a déjà été question dans le bulletin 66. La flexion exagérée du poignet stimule les points situés sur son pourtour, soit l'ensemble des méridiens Yin et Yang du membre supérieur (Poumons, Maître du Cœur, Cœur, Intestin grêle, Triple réchauffeur et Gros Intestin).

De plus, la flexion de la main contracte l'éminence thénar, partie charnue de la base du pouce, sur laquelle viendra s'effectuer la poussée de l'autre main comme nous le verrons.

Nous allons continuer notre étude des textes qui décrivent les gestes des photos 57 et 58. En haut, vous reconnaîtrez mon écriture qui est la copie du texte de Laoshi. Ce texte concerne uniquement la photo 58. Si le texte n'a pas été modifié dans la version sino-japonaise, c'est probablement parce que la personne qui a repris le chinois l'a fait à partir de l'ancienne édition sans avoir été mis au fait des changements.



Photo 57

腰 胯 右 轉, 左 腿 坐 實, 右 脚 不 動。

Yāo kuà yòu zhuǎn, zuǒ tuǐ zuò shí, yòu jiǎo bùdòng.

« Tourner la taille vers la droite ; s'asseoir solidement sur la jambe gauche ; ne pas bouger le pied droit. »

Photo 58

兩 肘 內 合,同時兩手原勢不變,向前擊出。

Liăng zhǒu nèi hé, tóngshí liăng shǒu yuán shì bù biàn, xiàng qián jī chū.

« Les coudes se rapprochent. Sans modifier la position des mains, frapper vers l'avant. »

Aucun des textes accompagnant les photos ne mentionnent la position réciproque des mains. On sait seulement que la main gauche est au-dessus du poignet et c'est tout. Ayant fait remarquer ce manque de précision à Laoshi, il nous demanda de faire le changement suivant :

右手為刁左手大拇指, 僬名指小指, (?) 指, 捲曲, 食指, 與中指,

合攏伸直,貼於右手碗與大姆指拫處。

Yòu shǒu wèi diāo Zuǒ shǒu dà zhóu zhǐ, Jiāo míng zhǐ xiǎozhǐ, (Shí) zhǐ, juǎnqū, Shízhǐ, Yǔ zhōngzhǐ, Hélŏng shēn zhí, Tiē yú yòushǒu wǎn yǔ dà mǔ zhǐ hén chù.

« La main droite est en forme de crochet (forme du caractère ¬ diao). Le pouce, l'annulaire et le petit doigt de la main gauche sont repliés ; l'index et le majeur, collés l'un à l'autre, sont tendus et appliqués sur la partie charnue du pouce droit. »



58. Exhale; move your elbows inward. Without changing the position of your hands, move them forward and strike. The left thumb, ring and little fingers are curled together; the forefinger and middle finger, together and straight, stick closely to the inside of the right wrist at the base of the thumb.

58. Expirez. Tandis que vous laissez pendre les coudes et que la main droite conserve la forme d'un "pied-de-biche", repliez l'annulaire, le petit doigt et le pouce de la main gauche, alors que l'index et le majeur, collés l'un à l'autre, restent tendus et sont appliqués sur l'os du carpe à la base de l'éminence thénar. Avec les mains ainsi disposées, frappez vers l'avant avec le "pied-de-biche".

En complétant avec le texte d'origine, nous avons la phrase suivante :

« Les coudes se rapprochent. La main droite est en forme de crochet (forme du caractère diao). Le pouce, l'annulaire et le petit doigt de la main gauche sont repliés; l'index et le majeur, collés l'un à l'autre, sont tendus et appliqués sur la partie charnue du pouce droit. Avec les mains ainsi réunies, frapper vers l'avant. »

La partie charnue c'est tout simplement l'éminence thénar comme je l'ai précisé dans la première traduction. Ci-contre vous avez la copie de la photo 58 parue dans l'édition sino-française de 1993 à Taïwan. Ma traduction ci-dessus est plus simple et plus proche du chinois...

Cette fois, nous ne restons plus sur une vague idée de la position



des mains, si la référence est le premier livre de Laoshi qui indique simplement à la photo 56 que « La main gauche s'appuie sur le poignet droit. » Ceux qui ont eu la chance de travailler avec Laoshi se souviendront de sa correction systématique de la

position des doigts sur la base du poignet comme le montre la photo ci-dessous. Cette position correspond

à celle de Laoshi sur la photo 58, ainsi qu'à la description du texte modifié.



Je ne suis pas favorable à la position tendue des doigts de la main gauche, j'expliquerai pourquoi. Pour l'instant, retenons que le contact entre les mains est précis et voyons-en la conséquence au niveau énergétique.

Ayant exposé précédemment les effets de la position de la main en crochet, voyons ceux de la main gauche qui adopte la posture Jian zhi

劍指 ou doigts en position d'épée. Cette position des mains correspond tout simplement à un mudrâ, mot sanscrit qui signifie dans le langage du yoga *geste* ou *sceau*. C'est pourquoi elle est aussi nommée le « sceau de l'épée » : 印章 劍指 Yìnzhāng jiàn zhǐ.

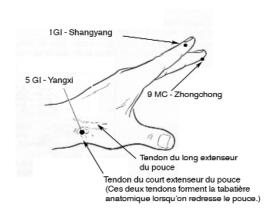
L'auriculaire et l'annulaire sont repliés et recouverts par le pouce. Index et majeur sont serrés et droits. C'est cette posture que nous adoptons pour la main libre dans la pratique des armes. Le verrouillage du point de sortie de l'énergie par la fermeture du pouce sur l'annulaire et l'auriculaire repliés permet à l'énergie

d'être dirigée vers l'index et le majeur. Index et majeur sont parcourus par deux méridiens : Gros Intestin pour l'index et Maître du Cœur pour le majeur, soit un méridien Yin et un méridien Yang.

Le premier point du méridien du Gros Intestin, Shangyang 商 陽 (Yang des marchands) se situe sur l'angle unguéal externe de l'index. Sur l'extrémité du majeur se termine le méridien du Maître du Cœur par son 9e point, Zhongchong 中 沖 (Assaut central).

Lorsqu'on dispose les mains pour la poussée dans le simple fouet, sur quels points viennent se poser ces deux méridiens ? Sur la face interne du poignet, à la base du pouce, il y a le 9e point des Poumons Taiyuan 太 淵, Gouffre





suprême. Et dans la tabatière anatomique se loge le 5GI, Yangxi 陽 溪, Petite vallée de Yang. Ces deux points appartiennent à l'élément métal comme c'est le cas du 1GI, Shangyang.

Nous avons donc un premier contact 1GI Shangyang sur 9P Taiyuan, point où l'on sent battre le pouls. Non seulement le point 9P est stimulé, mais on établit une relation Métal/Métal par la liaison des méridiens des Poumons et du Gros intestin. Dans notre exemple, le méridien des Poumons du bras droit est mis en relation avec le méridien du Gros intestin du bras gauche. Ainsi, une ligne de force circulaire est créée, ce qui donne de la puissance à l'action des bras qui ne doivent pas être tendus au moment de l'expression énergétique. L'extention des bras viendrait à annuler





Secondairement, on stimule également le point 5 GI Yangxi avec le point 9 MC Zhongchong appartenant à l'élément Feu. Une deuxième ligne de force circulaire s'installe le long du méridien du Maître du Cœur, du bras droit dans notre exemple, avec cette fois le méridien du Gros intestin du bras droit. Ces deux cercles de méridiens, Poumons/Gros intestin et Maître du Cœur/Gros Intestin vont développer une grande force d'élasticité qui va nous apporter des éléments pour corriger l'exécution du geste dans la forme.

Je voudrais signaler pourquoi je préfère la posture des mains ci-contre, avec les doigts qui ne sont plus en position tendue, mais dont la pulpe vient appuyer sur l'éminence thénar. Le point 9P Taiyuan est un point de tonification du méridien des Poumons et il est le "pouls révélateur" des poumons selon Chamfrault. Le pointer directement risquerait de le léser et de nuire à l'équilibre énergétique du méridien des poumons. C'est pouquoi je conseille d'établir un contact léger entre les points Taiyuan et Shangyang et d'exercer davantage de pression sur l'éminence thénar avec la première phalange de l'index et du majeur. Par ailleurs, cette posture a l'avantage de créer un arc de cercle avec les bras qui favorisera l'expression.

Dans la préparation de la poussée avec le crochet, il y a un auto-massage du poignet. La suite des photos ci-dessous ne montre que la phase finale de ce massage qui concerne tous les méridiens Yang du bras (Intestin grêle, Triple réchauffeur et Gros intestin), pour finir avec un méridien Yin, celui des poumons.









Affinement de la forme gestuelle à partir des données de l'énergétique

Rappelons un principe essentiel du Taiji quan qui dit : « Lorsqu'une main est pleine, la jambe opposée est pleine, celle du même côté est vide ainsi que la main opposée ». Et un principe énergétique qui stipule : « Le Yang mobilise le Yin, le Yin nourrit le Yang ».

• Première phase expressive

Lors de la première phase expressive du « Simple fouet », le poids du corps, sur la photo 58 est sur la jambe gauche, l'expression de la force émise sera donc dans la main droite, celle qui est en forme de crochet. En aucun cas il y a la moindre poussée de la main gauche, elle est là juste pour établir un contact énergétique. Cela veut dire que ce premier coup est juste une pique en touche rapide, sans pénétration, avec les os saillants des articulations métacarpo-phalangiennes sur des points vitaux. Ainsi, après cette première pique il doit y avoir relâchement des coudes pour préparer la seconde phase expressive.







Première phase de l'expression du geste :

Après la rotation à droite (photo 1), il y a rétroversion du bassin et relâchement de la poitrine (photo 2). La pique portée par la main droite se fait avec davantage de rétroversion et une légère flexion de la jambe gauche, la jambe arrière, sur laquelle il y a tout le poids du corps. Dans cette première phase, les bras ne sont pas tendus même en fin d'expression. Au contraire, il vont se relâcher comme nous le voyons sur la photo 4.

C'est bien ainsi que Laoshi nous présentait la pique, comme un petit coup rapide et sec, identique à une touche de l'escrime.







Deuxième phase de l'expression du geste :

Après le transfert du poids du corps sur le pied droit (photo 4), il y a poussée de la main gauche ouverte (tendance Yang) sur la main droite en crochet (tendance Yin). Ici, ce n'est pas une pique mais une poussée. Je dirais que c'est l'expression de la porte Peng. mais je laisse à chacun le choix de choisir son option. Par contre permettez-moi d'insister sur le relâchement intermédiaire.

• Seconde phase expressive

Il y a transfert du poids sur le pied droit, on dira que la jambe droite est pleine. Pour respecter le principe des « Forces croisées » et celui des Yin/Yang, lors de la deuxième phase d'expression, c'est la main gauche qui pousse la droite. Les bras maintiennent un arc relatif et ne se tendent que dans le relâchement qui suit l'expression. L'expression de cette phase est une poussée prolongée et non une frappe piquée comme la précédente.

La pratique du Taiji quan se mérite. Ce qui signifie que rien n'est acquis d'avance. En ce qui me concerne, et ce qui conditionne mon parrainage au sein du Collège, je mets en première instance les principes du taiji, résumés dans le tableau de synthèse déjà publié et, en seconde instance, les principes énergétiques qui font partie d'un enseignement à part pour lequel chacun est libre de s'engager.

Ce que je déplore aujourd'hui, c'est le tout Tuishou, comme le tout applications martiales. Le premier est souvent affaire de gens incompétents dans l'aspect martial comme le second dans l'apect Tuishou. Notre discipline est si riche que rien ne peut la résumer : ni le tuishou, ni le martial ne sauraient exprimer sa totalité. Je privilégie les portes ouvertes en criant que le Taiji c'est tout sauf tout cela... mais c'est aussi tout cela et pas exclusivement. L'énergétique est un vaste domaine que le Taiji quan peut occuper. Nous aurions tort de nous en priver dès l'instant où cette science peut mieux nous faire comprendre notre gestualité sans passer nécessairement par l'aspect martial dont la grande majorité des pratiquants n'a que faire.

Notre prochaine étude sera consacré au ZHOU et KAO, gestes dans lesquels les points de contact renforcent les lignes de force créées.

L'Année du Lapin ...

C'est le temps des voeux en tous genres, celui des bonnes résolutions. Au moment du nouvel an chinois, cette période sera juste terminée et mes cartes de « bonne année » ne seront pas toutes rédigées.

Le cours de chinois annuel est l'habile moyen que j'ai trouvé pour vous présenter mes voeux avec un mois de retard. Si une vie entière est insuffisante pour maîtriser la langue chinoise, pourquoi ne pas s'offrir quelques idéogrammes par an, comme les gouttes d'un élixir d'éternité.

Le 3 février laissera la place à deux animaux : le lapin et le chat.

Vous trouvez que c'est pareil, vous ? J'avoue ne pas comprendre qu'on mette dans le même sac l'herbi et le carnivore, sans se préoccuper des conséquences (souvenir de mes cours de maths que cette mise en facteurs).

La seule réponse claire est que les chinois choisissent le lièvre, quand les vietnamiens préfèrent le chat.

Commençons par le lapin. L'idéogramme du lapin est assez simple à tracer, il se prononce tù (en réalité tou en baissant la voix).







En occident de nombreuses superstitions sont attachées à cet animal. Son caractère prolifique en fait une « bête de sexe ». Il semble que « fils de lapin » en chinois soit une insulte équivalent à « bâtard ». Les lapins célèbres sont légion, citons en vrac :

- le lièvre de Jean de la Fontaine qui se fait griller à la course par une paisible tortue.
- Bugs Bunny
- Roger Rabbit
- le lapin poursuivi par un chasseur qui demande asile au grand cerf: pour fêter cette année du lapin, j'aurais voulu réunir plusieurs enseignants de préférence sérieux et renommés pour leur faire interpréter avec les gestes cette chanson (Duo des chats de Rossini) hautement intellectuelle, monument de la culture enfantine dont la portée politique n'échappera à personne. Quelques courageux avaient accepté, mais ils ont manqué de temps pour se réunir devant ma caméra.



En récompense de son hospitalité, offrons ici au cerf, son idéogramme en passant (avec ci-contre l'évolution de son tracé).

Les Chinois voient les années du lièvre comme des périodes calmes et paisibles.

Qu'on me permette un certain scepticisme là dessus...







L'idéogramme du chat se prononce mao (mao 毛 est une clé qui désigne le poil -s'utilise pour former des mots comme pull-over ou pinceau).

Oui, c'est ça, comme Mao Ze Dong 毛泽东 à tel point qu'il pouvait se révéler dangereux, pendant la révolution culturelle, de botter les fesses d'un matou chapardeur.

Comme le chat est, avec le tigre, mon animal préféré, je pourrais vous en écrire des tartines. Pour inaugurer la précédente année du chat, lors d'un nouvel an chinois mémorable, nous nous étions essayés à un karaoke sans complexe sur le «duo des chats» de Rossini.Bien sûr, la version originale est bien plus joliment timbrée et a plus de classe.

Le chat choisit son humain et se révèle quasi indressable. Un humoriste québécois a un jour résumé la chose en déclarant :

«tu peux toujours essayer d'apprendre à ton chat à te rapporter le bâton que tu as lancé, mais tu auras plus vite fait d'enseigner au bâton comment ramener le chat!»

Outre les deux chats qui ont pris le pouvoir dans ma maison, les chats célèbres sont nombreux :

- -le chat botté, mais surtout le «chat potté «de Schrek-Tom (et Jerry)
- Grosminet (versus Titi)
- -le chat de Philippe Geluck
- -le chat de Cheshire dans Alice au pays des merveilles dont seul le sourire est visible
- -mon préféré est celui de Joann Sfar qui, je crois, n'a pas d'autre nom que «le chat du rabbin. Il me remet en mémoire ce magreb heureux (?) tolérant, et certainement idéalisé de mon enfance.

A l'aube de cette année du chat ou du lapin, je vous souhaite bien sûr, bonheur et santé, mais aussi d'apprendre, si ce n'est déjà fait, l'ouverture et l'accueil, comme ce grand cerf qui donne asile au lapin pourchassé.

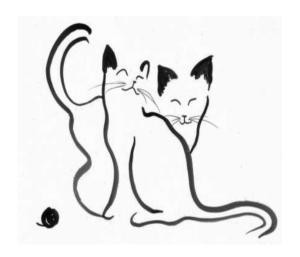
Quelques sources:

- Wang Hong Yuan. aux sources de l'écriture chinoise. Sinolingua Beijing
- Éditeur de chinois en ligne Chine nouvelle
- Wikipedia
- you tube duo des chats Rossini :

Dans sa maison un grand cerf regardait par la fenêtre un lapin venir à lui et frapper ainsi.

«Cerf, cerf, ouvre moi, ou le chasseur me tuera! Lapin lapin entre et viens, me serrer la main.»

Paule-Annick Ben Kemoun dite Bénou



Nous avons lu ...

L'Art du combat avec son ombre – L'esprit du chigong et du tai-chi Grégorio Manzur



Éditions Albin Michel, Paris, 2010

Après un premier ouvrage sur le Taiji quan, *Mouvements du silence*, paru chez le même éditeur, Grégorio Manzur nous entraîne, par cette nouvelle publication préfacée par Catherine Despeux, non plus sur les traces d'une « initiation », mais sur les fondements d'un enseignement qu'il a personnalisé en puisant aussi bien dans les techniques taoïstes que bouddhistes ou zen. Bel hommage à Gu Meisheng, son Maître, qui résida longtemps à Paris où il fit une série de conférences sur le Taiji quan tout en prodiguant un enseignement de cette discipline. D'ailleurs, il y a eu une série télévisée sur Gu Meisheng avec Catherine Despeux dont il existe une copie dans les archives de l'Amicale.

Essai sur l'art chinois de l'écriture et ses fondements

Jean-François Billeter

Editions ALLIA, Paris, 2010

Qui ne connaît pas les « Études sur Tchouang-tseu » de Jean-François Billeter ? Sinologue dès son plus jeune âge, il s'est très tôt intéressé à la calligraphie qu'il a pratiquée lors de ses études en Chine puis au Japon.

Cet essai extrêmement bien documenté expose l'art de la calligraphie qui donne vie à l'écriture et qui en retour influence l'artiste au plus profond de son être, pour redonner vie à ce que Jean-François Billeter nomme : le corps propre.

D'une manière remarquable, il suffit au pratiquant de mettre le mot taiji quan à la place du mot calligraphie pour avoir une idée précise de l'art qu'il pratique. Que ceux qui ne voient dans le Taiji quan qu'un art martial à côté de
tant d'autres, évitent cet ouvrage. Pour les autres, qu'ils soient sûrs d'être nourris à la justesse de leurs espérances.
En ce qui me concerne, je n'ai pas été simplement séduit par la lecture mais, pris au plus profond de mes tripes, je dois à cet
auteur une juste reconnaissance d'une pensée non sclérosante à l'égard d'une discipline toute aussi évolutive que l'est notre
Toiji quan Au finel en comprend bequeuve mieux le diversité et l'on se moque deventure de l'idée reque que la tredition est

Taiji quan. Au final, on comprend beaucoup mieux la diversité et l'on se moque davantage de l'idée reçue que la tradition est une résurgence constante de ce qui fut, au lieu de s'inscrire dans un processus évolutif en constante transformation.

Claudy Jeanmougin, Pouvet le 9 février 2011



Témoignage WHOUAH.... La Bretagne sous la pluie !

C'est quelque chose qu'il faut vivre ! Ah ! Les bretons ils nous étonneront toujours, leur culture leur forge une identité dont chaque respiration (xi... Hu....) de vague nous sert les embruns, à volées de grues et de phénix. .. Quels embruns !... J'en suis encore toute retournée, comme la crêpe tiens ! Comme la coiffe aussi ! Celle que l'on amidonne à la paille brin par brin...

Que d'expériences dans le sac du retour, et puis chargé le sac ! de sardines, de petits bretons de toutes les couleurs et en costumes locaux !... Ah ! Moi j'vous l'dis « On n'est pas venu pour rien en Bretagne ».

Et puis... Il y a eu ce spectacle, si juste! Oui! Juste au sens plein du terme; juste assez de clins d'œil, juste assez d'humour, juste assez de Bretagne, juste assez de taiji, juste assez d'amitié, juste assez de dérision pour ne pas se prendre au sérieux et nous offrir une envolée de mouettes rieuses avec un Bao hu gui shan qui nous a littéralement soulevé pour aller manger, danser, tous ensemble. Il y a quelque chose de magique dans ces rencontres, quelque chose qui circule et qui nous lie, quelque chose que nous partageons et de mieux en mieux dans le respect et l'amitié...

Cette pratique est forte... Elle a permis que nos identités bien

marquées restent présentes tout en devenant respectueuses du fond propre de chacun, de ce qui fait à la fois sa richesse, sa spécificité et ses limites. J'aime de plus en plus cette famille! (est-ce un signe de vieillesse qui fait que l'on s'attendrit facilement? Tant pis). J'aime ce partage, cette diversité, cette écoute qui fait NOTRE FORCE.

Il fallait voir dimanche la pratique des trois duans au petit matin. C'était **un groupe**, **une entité** qui pratiquait et non plus comme nous l'avons connu à une certaine époque des tas de personnalités qui cherchaient à prouver « leur vérité », « leur pratique ». Je suis sortie de ce temps de partage profondément heureuse et avec un remerciement du fond du cœur pour Maître Wang.

Le Yangjia Michuan Taiji Quan a des beaux jours devant lui à vivre!

Alors très belle saison à tous, enseignants et élèves, c'est-àdire à TOUS les pratiquants que nous sommes, et je vous dis au plus tard aux prochaines Rencontres AMICALES en SUISSE...

Amitié

Marie-Christine Moutault KUNLUN



A.R.A.M.I.S

Association de Recherche en Arts Martiaux Internes en Sarthe

39, rue Paul Eluard 72000 Le Mans Tél: 02 43 76 88 08, 06 19 82 28 10 http://aramis72.taichi.free.fr fabienneponcin@yahoo.fr



L es Rencontres Jasnières

Manifestation de différents styles de Taiji Quan, Ba Gua Zhang et Qi Gong, regroupant plus de 200 participants venus du monde entier.

Vous pratiquez le Taiji Quan. Venez partager avec nous cette passion lors de la 24ème édition des Rencontres Jasnières à Marçon dans la Sarthe

du 29 au 31 juillet 2011

au bord du magnifique plan d'eau de Marçon au sud de la Sarthe. (plan d'accès)
Vous aurez la possibilité de pratiquer les formes du Taiji Quan, le Tui Shou, les armes
dans divers styles internes et de vous initier à d'autres disciplines telles que le Bagua
Zhang, le Qi Gong, dans un esprit d'enrichissement mutuel avec des animateurs de différentes nationalités

LA COLLECTION COMPLETE « QI GONG TAOÏSTE »

Auteur : Jean-Luc Saby

TROIS LIVRES + 1 DVD

YI YIN FA - QI GONG TAOÏSTE

183 pages- format 270x190- Couverture quadri 250 g/m2 : broché dos carré collé.

Papier: 80 g/m2

Texte et modèle déposés :

Association Vent Propice et Pluie Opportune

Ecole de Piquepoul 47340 Hautefage la Tour (France)

Présentation:

Ancêtre de la pratique moderne de la gymnastique énergétique chinoise « *Qi Gong* », le *Yi Yin Fa* est une méthode gymnique qui s'est structurée en Chine aux alentours du XII^e siècle. Sous la dynastie des Song du sud, d'importantes innovations liturgiques voient le jour au sein des écoles taoïstes, en marge de pratiques confinées et tenues secrètes à l'intérieur des temples. L'école taoïste du « *Ling Bao Ming* » (école du joyau écarlate) élabore alors une méthode plus accessible destinée à être diffusée auprès d'un public plus large de non initiés.

C'est cette pratique qu'explore l'ouvrage de Jean-Luc Saby, alliant souci didactique et rigueur pour transmettre un savoir majeur. Un exposé, clair et attractif, nous invite à découvrir et à nous perfectionner dans cette méthode gymnique qui, par des exercices simples et naturels, développe la respiration et la circulation de l'énergie dans le mouvement. Pratique de Longue Vie « Yang Sheng » venant illustrer les préceptes essentiels du taoïsme, le Yi Yin Fa permet de mesurer l'enrichissement unique offert par la gymnastique et la philosophie chinoise à l'Occident. Une conviction précoce et forte s'est forgée par des migrations vers l'Occident. Dès le milieu du XXe siècle, des maîtres versés dans les arts du Tao, accusés de dissidence par le régime maoïste, vinrent transmettre leur art en Europe. C'est ainsi que Wang Zimin, exilé chinois présent à Paris de 1949 à 1979, consentira à prendre comme élève Georges Charles en 1970 pour lui transmettre son savoir. Jean-Luc Saby deviendra ensuite l'élève de G. Charles en 1989.

Composé de plusieurs parties théoriques, didac-

tiques et pratiques, illustré de nombreux schémas explicatifs, ce livre tente de restituer et de valoriser l'héritage transmis par Georges Charles en France et à l'étranger depuis 1977. Il offre un ensemble explicite qui permet d'orienter, de guider et d'éclairer la recherche d'épanouissement personnel des lecteurs curieux de découvrir une pratique originale, enrichie au fil des transmissions et de leurs réappropriations. Il constitue également un livre d'accompagnement à la pratique du « *Qi Gong* », qui fournira aux élèves comme aux enseignants des outils précieux pour tirer le meilleur parti de cette pratique.

L'auteur:

Après une formation de professorat d'éducation physique et sportive, professeur diplômé, Jean-Luc Saby étend ses recherches au-delà des disciplines sportives conventionnelles. Il découvre en 1989, auprès de Georges Charles, la pratique de la gymnastique taoïste « Dao Yin ». Il enrichit son expérience, maintenant depuis plus de vingt années, par la pratique et l'enseignement du « Dao Yin - Qi Gong » et du « Tai Ji Quan » également.

Ses travaux et son expérience dans le domaine ont motivé la publication de trois ouvrages sur le thème de la gymnastique taoïste. Autres ouvrages disponibles chez le même éditeur :

Le traité des quatre principes de nutrition taoïste – 141 pages

- Shi Ban Gong Bei : « Pour moitié d'effort doubler l'efficacité »
- Baokuo : « Maintenir et Contenir »
- Zhang Kai : « Étendre et Ouvrir »Wu Wei : « Non-Intervention »

Ce livre représente à la fois la transmission authen-

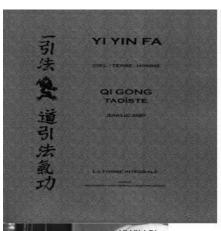
tique d'un patrimoine culturel et historique, ainsi qu'une recherche passionnée permettant aux Occidentaux de mieux comprendre et appréhender la tradition classique chinoise. Il permet de démontrer l'aspect culturel de cette pratique qui ne se limite pas à une «gymnastique respiratoire» ou à un simple passe-temps. Il s'agit d'un travail essentiel à la compréhension des Arts Classiques du Tao.

La cosmogénèse taoïste et le salut rituel – 108 pages

Troisième volume consacré aux techniques classiques du Ling Bao Ming Xiao Dan Pai Daoyin Qigong (école du joyau écarlate) selon l'enseignement transmis par Georges Charles suivant la filiation de Wang Tseming, Wang Xianzhai et Guo Yunshen. Cette étude didactique complète du Travail du Souffle du Grand Flux Primordial (Tai Su Qigong) et du Salut Rituel (Jingli). comprend l'ensemble des caractères chinois utilisés dans cette

pratique ainsi que diverses explications sur les principes essentiels contenus dans le Ling Bao Ming des Praticiens. Indispensable aux enseignants et à tous ceux qui souhaitent approfondir leurs connaissances de la cosmogénèse taoïste qui est l'essence même du Qigong.











LACOLLECTION

QI GONG TAOÏSTE

3 LIVRES + 1 DVD

RÉVÉLATION D'UNE GYMNASTIQUE SINO SUÉDOISE

Par Jean-Luc Saby

Après une formation de professorat d'éducation physique et sportive en 1986, Jean-Luc Saby étend ses recherches au delà des disciplines sportives conventionnelles. Il découvre en 1989 la pratique de la gymnastique taoïste « Dao Yin ». En 1990, il participe au cursus d'étude durant trois années à « l'École Française de Taiji Quan ». Depuis, il continue d'enrichir son expérience par la pratique et l'enseignement du « Dao Yin ». Ses travaux et son expérience dans le domaine ont motivé plusieurs publications. Aujourd'hui, il propose un aperçu peu conventionnel du développement de la gymnastique dite médicale au XIX^e et XX^e siècles en Europe et en France influencée par une autre gymnastique venue de Chine.

Il semble que la meilleure volonté ne suffise pas toujours à composer l'histoire telle qu'elle eut lieu. Inévitablement, passant par le crible de l'idéologie, toute vérité n'est pas bonne à dire, les faits ne pourront toujours n'être que partiellement décrits. Une pièce du puzzle par ci, une autre par là, il est proposé ici des éléments que chacun saura prendre ou rejeter en se questionnant à nouveau sur le développement de la gymnastique en Europe. À l'intérieur de la grande histoire, il serait plus sage d'envisager plusieurs histoires toutes empruntes de véracité et qui ne demandent qu'à coexister. Loin de se contredire les unes les autres, elles affichent simplement la complexité des hommes.

BASES HISTORIQUES INITIALES

Plongée d'abord dans un lointain passé, la gymnastique médicale puise sa part universelle principalement chez les chinois, les indiens et chez les grecs et les romains.

Chez les chinois, on s'interroge sur une origine lointaine plus associée à une légende qu'à une réalité concrète, mais la pratique de la gymnastique semble participer à l'élaboration d'une hygiène de vie et à une nutrition générale du corps assurant santé et longévité. « La gymnastique médicale établie depuis des temps presque antéhistoriques, est restée, à peu de chose près ce que l'a faite son fondateur » que la légende officialise en l'an 2698 av. J.-C. sous l'empereur jaune Huang Di...

Plus concrètement, le 16 janvier 1972, des archéologues chinois, en opérant des fouilles dans un tombeau datant du IIe siècle avant notre ère, découvrirent à l'intérieur une dépouille ainsi qu'une bibliothèque contenant de précieux rouleaux. L'un d'entre eux (DaoyinTu Boshu) présentait la pratique de la « gymnastique taoïste » telle qu'elle était pratiquée alors. Une quarantaine de personnages, hommes et femmes de tous âges, y sont représentés dans des postures diverses avec pour bon nombre d'entre-elles l'indication d'un son ou d'un organe correspondant à la pratique concernée. Quelques personnages utilisent aussi un bâton long. Il semble que ces pratiques gymniques apparaissent être un ancienne gymnastique médicale.

« Dans une encyclopédie en 64 volumes qui parut sous le titre de San-Tsaï-Tou-Eoel vers la fin du XVIe siècle de notre ère, on trouve une collection de planches anatomiques et de gravures représentant des exercices gymnastiques.» ²

Chez les indiens au moins un millénaire av. J.-C., un chirurgien nommé Sushura Samhita commis un traité de médecine ayurvédique à partir de textes sacrés, les « védas », où apparaissent l'utilisation des exercices physiques appelés « yoga ».



Daoyintu

Chez les grecs, le vieil adage « mens sana in corpore sano » (un esprit sain dans un corps sain) du célèbre médecin Démocrite D'Abdère (IIIe siècle av. J.-C.) et le périple d'Alexandre Le Grand en 325 av. J.-C. dans la vallée de l'Indus aura certainement impulsé en Grèce des modes nouveaux... Hérodikos (160 av. J.-C.) décrivit les premiers principes d'un traitement par des exercices gymniques. Celui-ci fut

le Maître d'Hippocrate qui aura une influence déterminante en concrétisant l'existence d'une gymnastique médicale. L'influence se propagera ensuite jusqu'à Rome où les jeux athlétiques brutaux tendront à être remplacés par des exercices plus modérés.

1ère partie : LA PREMIERE VAGUE OU LA GYMNAS-TIQUE SINO-SUEDOISE

L'apparition de la gymnastique suédoise au XIX^e siècle, récemment remise au goût du jour par la Fédération Française de Gym Suédoise (à en croire un article de mars 2010 dans l'Express Styles,

n°3010 - cahier n°2, selon les propos recueillis par Nathalie Helal sous le titre « Et si on se mettait à la gym suédoise? »), mérite quelques éclaircissements.

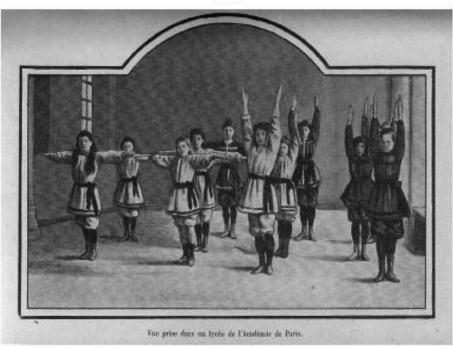


Pehr Henrik Ling

Profitons-en tout d'abord pour faire un petit retour en arrière en revenant sur une « invention » qui révolutionna la pratique de la gymnastique en Europe. Aujourd'hui avec un certain recul et à la lumière de certaines publications qui ont vu

le jour au XIX^e et XX^e siècle, il apparaît que P.H. Ling (1776-1839), le fondateur de la gymnastique suédoise ne se serait pas trop étendu sur les sources (en écrivant peu, en illustrant seulement des planches) qui l'ont mené à la création d'une méthode complète répondant à l'exercice médical. Plusieurs publications postérieures sèment le doute sur l'inspiration de Ling qui ne relèverait pas de la pure créativité. Comme l'affirme N. Dally, « *la gymnastique de Ling n'a pas le mérite d'être une nouveauté* »³.

Influencé par Guts Muths, le philosophe F.W Schelling et par le Cong-Fou, P.H. Ling ressemble plus à un esprit inventif qui synthétisa et rationnalisa sur des bases anatomiques des références philosophiques et comportementalistes occidentales, en s'appuyant sur des planches de gymnastique chinoise contenues dans le tome IV des « Mémoires concernant l'histoire des Chinois par les Missionnaires de Pékin »⁴.



Gymnastique suédoise, Académie de Paris

À la décharge de P.H. Ling, nous nous interrogeons sur le fait qu'en Europe au début du XIX^e siècle, l'esprit nationaliste n'aurait certainement pas permis un tel aveu; mais nous constatons tout de même qu'un certain nombre d'ouvrages traitant de la gymnastique médicale font référence à celle des chinois, et plus particulièrement aux mémoires du Révérend Père Amiot publiées en 1779.

En France, la réticence se fit sentir car le Dr J. Estradère de la Faculté de Médecine de Paris, en publiant en 1884 « Du massage - son histoire, ses manipulations »5 sera convié à une mutation. Il traite dans son livre de la gymnastique suédoise en voulant rendre à chacun son mérite : « n'est-ce pas un devoir sacré pour nous tous de ne pas laisser des erreurs se perpétuer ? ». Il dénonce Ling comme s'étant directement inspiré des pratiques chinoises décrites par le Père Amiot : « Je ne citerai qu'un dernier mot de Dally : La doctrine de Ling (cynésiologie folio 155) toute entière n'est qu'une sorte de décalque daguerréotype du Cong-Fou des Tao-Sée ; c'est le vase royal de Dresde, le splendide vase chinois avec ses figures chinoises revêtues de teintes

ropéennes » ... « Les mémoires sur les Chinois, envoyés par le père Amiot et les autres missionnaires eurent un grand retentissement en Europe, et il est impossible que Ling n'en eut pas connaissance. Ling n'a pas mentionné la gymnastique des Chinois; c'est un oubli ; mais Ling n'a pas eu la témérité de penser qu'il était l'auteur d'une école. Et cependant il est bon nombre d'écrivains qui ne dédaignent pas à chaque page de leurs écrits de s'extasier devant le grand œuvre de Ling. Ling n'a pas créé une méthode: Ling n'a fait que rationaliser ce qui est en pratique depuis bien des siècles en Chine. Pourquoi s'obstiner à lui attribuer le mérite d'une invention?... » (J. Estradère).

Ses révélations n'étaient pas du goût de l'académie, le Doyen Réveil lui reprochera de défendre une mauvaise cause en persistant à confondre «superstitions indigènes et science médicale». Estradère sera muté de la Faculté de Médecine de Paris à l'établissement thermal de Bagnères de Luchon, suffisamment loin de la capitale pour ne pas gêner par ses opinions subversives.

Pour Joseph Schreiber, « Le monde médical était à cette époque trop préoccupé par les spéculations chimiques et pharmacologiques pour se soucier des méthodes cinésiologiques des Grecs et des Tao-Sée, ces prêtres d'une si haute sagesse que l'on considérait encore à cette époque comme des magiciens et des jongleurs. »

De 1840 à 1870, Alexandre-Napoléon Laisné (1810-1896), Professeur de gymnastique, se présentant comme le fondateur de l'enseignement de la gymnastique en France en restant fidèle à la perspective tracée par Amoros, en dirige l'enseignement à la fois dans les lycées parisiens et dans les hôpitaux (hôpital des Enfants-Malades) où il y fréquenta certainement le Dr Estradère. On image qu'il y eut peutêtre quelques débats passionnants entre ces deux hommes!

Un autre témoignage provient du Dr G. Berne : « En Suède Pehr Henrik Ling, né en 1776, contribua à rappeler l'art de la gymnastique. En 1813 il obtient la création de l'Institut Central de Gymnastique de Stockholm, dont il fut nommé directeur. C'est surtout la gymnastique médicale qui fut de la part de Ling l'objet d'études spéciales. Le système de Ling est absolument semblable à celui des Tao-Sée, mais il est moins complet.» 6

Des sources nous viennent également des Pays-Bas. Nous rapportons ici la traduction d'un court extrait d'un article de Thomas J.A. Terlouw⁷ paru en 2007 dans une revue de Thérapie Manuelle, se référant à des publications du début du XX^e siècle ^{8,9} :

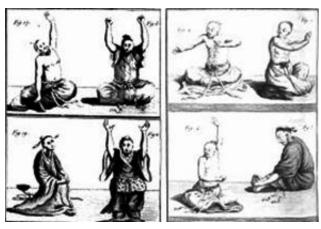
« Le plus important stimulant de l'essor de la gymnastique médicale aux Pays Bas, toutefois, est venu de Suède au début du XIX^e siècle. Le travail du gymnaste suédois P.H. Ling (1776-1839) est considéré comme crucial depuis l'introduction et l'application de la gymnastique médicale à l'intérieur et à l'extérieur de la Suède dans la première moitié du XIX^e siècle. Influencé par GutsMuths, le philosophe romantique F.W. Schelling (1775-1854) et par le Cong-Fou (Kung Fu) basé sur l'enseignement du Tao-Sée, Ling développa un système d'éducation physique consistant en des gymnastiques militaires, esthétiques, pédagogiques, et médicales.»

Enfin, rendons à César ce qui lui appartient - Le Père Jean Joseph Marie Amiot (1718-1793) arriva à Pékin le 21 août 1751. Il fut personnellement accueilli par l'Empereur Kien Long. Par ses travaux de recherche publiés sur le « Cong-Fou », il fut le créateur involontaire et mé- Révérend Père Amiot



connu de la gymnastique suédoise, et ainsi celui qui introduisit cette pratique en Europe qui fut même pratiquée à la Cour de Louis XV. A propos de ses découvertes sur la gymnastique chinoise, il affirmait :« Nous ne craignons pas de le dire, en réunissant toutes les postures et attitudes des comédiens, des danseurs, des sauteurs et les figures académiques, on n'aurait pas la moitié de celles qu'ont imaginées les Tao-Sée. Les différentes manières de raidir et de plier, d'élever et d'abaisser, de courber et d'étendre forment seules des attitudes prodigieusement variées » (cité par le Dr Estradère).

« Le Cong-Fou consiste dans une certaine posture en laquelle on se tient quelques temps en respirant de quelqu'une des manières (il existe plusieurs manières de respirer)... L'art doit les choisir et les combiner, les varier et les faire répéter, selon la maladie qu'il s'agit de guérir » (cité par le Dr Chancerel). « Parmi les vingt gravures* présentes dans l'ouvrage du R.P. Amiot il n'est pas fait mention des mouvements à exécuter à partir des attitudes présentées ni de la manière de respirer. » (Dr Chancerel).



Planches contenues dans le tome IV (4), R.P. Amiot

* Ces planches furent reproduites à plusieurs reprises comme dans Cinésiologie ou science du mouvement dans ses rapports avec l'éducation, l'hygiène et la thérapie par Dally³, 1857 (page 110), ainsi que dans les deux éditions de Le Massage par le Dr G. Berne Ed. Rueff et Cie, 1894 (pages 5 à 9) et 1922. Par contre, aucune reproduction n'a pu restituer la finesse de l'édition originale.

Au début du XX^e siècle, un illustre personnage Henri Maspero (1883-1945) nous livre une documentation plus précise concernant les exercices res-



Henri Maspero

piratoires particuliers du taoïsme, en précisant que celui-ci n'attribue aucun caractère religieux à ces pratiques. Il publie en 1937 dans le journal asiatique un article intitulé : Les procédés de nourrir le principe vital dans la religion taoïste ancienne¹⁰, où il décrit quelques exercices respiratoires du

taoïsme, exercices spécifiques des pratiques dites de « Longue Vie » appartenant à la gymnastique chinoise « Dao Yin ». Connu pour son exceptionnelle érudition sinologique, professeur au Collège de France en 1918 puis à la Sorbonne où il dirige le département « religions de Chine », il sera déporté à Buckenwald en 1945 et laissera derrière lui une œuvre considérable.

2ème partie : LA DEUXIÈME VAGUE OU LA TRANSMISSION DIRECTE DE LA GYMNAS-TIQUE CHINOISE « DAO YIN (FA) » EN **FRANCE**

Dès le milieu du XX^e siècle, la victoire des maoïstes est un événement marquant en Chine. De nombreux maîtres versés dans le taoïsme, accusés de mener des activités contre révolutionnaires, vont être contraints de quitter leur pays d'origine vers l'Europe. La gymnastique chinoise se nomme en chinois Dao Yin (Fa): Fa signifie la méthode, Yin est le fait de s'étendre, Dao qui fait référence à la philosophie du taoïsme symbolise la voie naturelle. Ainsi elle est en quelque sorte une méthode qui consiste à s'étendre sur la voie naturelle, c'est à dire dans le bon sens et en fonction de la nature liée à la structure (ostéoarticulaire), au souffle (respiration), aux moments saisonniers... la gymnastique chinoise va venir s'échouer une seconde fois, plus particulièrement en France, grâce à la dissidence d'authentiques chinois. Un art gymnique d'abord pratiqué exclusivement dans la communauté chinoise de Paris, va progressi-

vement s'implanter en France par l'intermédiaire de quelques personnages chinois qui vont s'ouvrir à l'occident et aux occidentaux. L'un de ces hommes précurseurs se nomme Wang ZiMin (1909-2009), exilé chinois présent à Paris de 1949 à 1979. Pratiquant différentes disciplines martiales et holistiques,



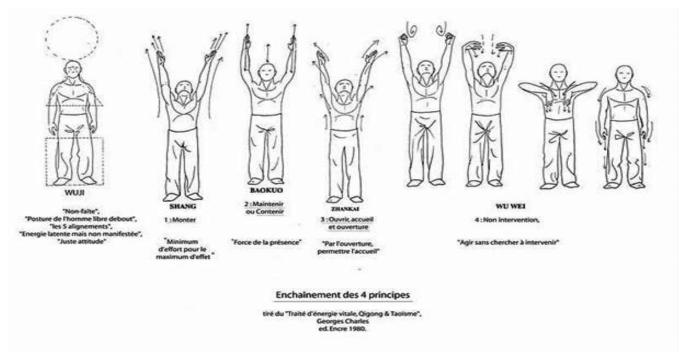
Wang ZiMin

il était entre autres dépositaire d'une méthode de gymnastique transmise par ses ancêtres depuis le XIIe siècle, époque dynastique dite des Song (sud de la Chine). Il faut dire que la notion de transmission n'a pas la même portée culturelle en orient et en occident, en Chine les valeurs ancestrales ont longtemps été tenues au premier plan. C'est ainsi que des pratiques pouvaient se transmettre avec fidélité durant plusieurs générations.

En 1970 Georges Charles, passionné par les arts martiaux est allé à la rencontre de Mr Wang qui consentit à le prendre comme élève. La motivation de G. Charles et sa soif de connaissance permirent la transmission directe d'un enseignement complet. Celui-ci comprenait un ensemble de pratiques gymniques sous la dénomination « Dao Yin (Fa) » et martiales (Kung Fu). Tout d'abord objet d'une transmission exclusivement orale, ensuite appuyée par les écrits publiés par G. Charles (Les exercices de santé du Kung Fu, Albin Michel, 1983)¹¹, la gymnastique chinoise a continué de progresser dans sa voie d'intégration, elle peut être maintenant perçue comme un élément constitutif d'un grand ensemble, incluse au sein des arts chevaleresques chinois (qualifiés trop souvent par le terme réducteur de « Martiaux »).

Aujourd'hui, à l'évidence, cette gymnastique trouve naturellement sa place dans une société occidentale qualifiée de stressante. Sous l'influence de plusieurs professeurs chinois qui ont, soit immigré en France, soit voyagé en Europe, notamment à partir des années 80, de nombreuses écoles martiales (Kung Fu, Tai Chi Chuan...)¹² et de gymnastique d'origine chinoise se sont implantées en France. La gymnastique chinoise s'est développée sous la dénomination « Qi Gong » (Gong est le travail, Qi est le souffle), terme tout droit importé des Etats-Unis. Cette terminologie est plus proche du marketing, Dao Yin Fa faisant trop compliqué et trop impliqué dans la philosophie taoïste que l'on assimile en Occident au mieux à une religion, au pire à une secte.

souvent très précises, il n'est pas facile de les identifier clairement dans un enseignement en occident, c'est un fait culturel. À l'instar de nombreuses pratiques venues de l'Asie qui se sont vues adaptées à la sauce occidentale, la gymnastique chinoise « Dao Yin Fa » (méthode qui consiste à s'étendre sur la voie naturelle) s'est vite vue travestie en « Qi Gong » (travail du souffle). Là où il était question de santé (pratique de longue vie) et de taoïsme, il n'est plus question que de médical, comme s'il fallait surtout se sentir malade pour se mettre à pratiquer. Pour ne pas tomber dans une adaptation réductrice, un gros travail didactique s'imposait.



3ème partie : LA TROISIÈME VAGUE OU LES ARTS CLASSIQUES DU TAO

Parallèlement aux tentatives difficiles d'encadrement fédéral et sportif des disciplines chinoises en France, associées maladroitement d'abord aux judo, karaté, aïkido disciplines issues du Japon, puis aux disciplines chinoises purement martiales, la gymnastique chinoise Dao Yin n'a jamais eu un cadre représentatif satisfaisant à l'intérieur du sport en France. De ce triste constat, est né au début des années 90 le courant des « Arts Classiques du Tao ». Afin de restituer et de conserver le plus justement les subtilités des pratiques chinoises, il convenait de créer une entité conservatrice, une sorte d'académie française des arts chevaleresques chinois. La « Convention des Arts Classiques du Tao » est représentée par un ensemble d'associations qui tente simplement de préserver l'esprit de transmission de ces disciplines en tant qu'arts chevaleresques. Les terminologies chinoises propres à la gymnastique Dao Yin et à chacune des disciplines dites chevaleresques sont

En 1988, un ancien professeur d'EPS, Claudy Jeanmougin, décida de créer en collaboration avec G. Charles « l'École Française de Taiji Quan » à Angers. L'objectif était d'étudier les fondements théoriques et pratiques d'un grand nombre de disciplines chinoises martiales et holistiques. Grâce à la participation d'un grand nombre d'enseignants, il a été engagé des travaux de recherche et une réflexion sur les méthodes d'enseignement. De 1988 à 1996 cette école a formé une dizaine d'enseignants et a permis de faire considérablement avancer l'étude et la compréhension des pratiques chinoises.

EN CONCLUSION

Le Révérant Père Amiot (1718-1793) par l'apport d'un précieux témoignage, P.H. Ling (1776-1839) par ses investigations, Henri Maspero (1883-1945) par son érudition sinologique et Wang Zimin (1909-2002) par l'exposé et la transmission des principes intrinsèques de la gymnastique chinoise, ont tous les quatre été des figures marquantes

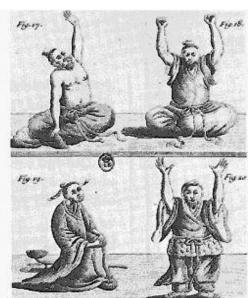
qui, malgré tout, ont préparé le terrain et ont œuvré plus ou moins directement et volontairement à l'implantation de la gymnastique chinoise en Europe et en France.

Concernant la gymnastique médicale, on peut dire que celle-ci a connu un âge d'or au XIX^e siècle avant d'être supplantée par une médecine principalement pharmaceutique. L'origine de son inspiration souvent réduite à Hippocrate, n'échappe pourtant pas à certains auteurs (qui font directement référence au livre du R.P. Amiot) œuvrant particulièrement à l'intérieur

être forcément assujetties ni à un ordre religieux, ni à un ordre fédéral, ni a des compétitions.

La dimension hygiéniste qui refait surface cautionnée par des recommandations médicales et paramédicales s'opère sur des bases plus individualistes. Les programmes scolaires s'emparent de ce phénomène en se concentrant sur des activités à compétences particulières autour du développement et de l'entretien de soi (CP5). La santé et l'éducation à la santé reviennent au cœur du débat sur les activités physiques.





des écoles de massages et de kinésithérapie. Nous pensons à **Dally** dans son traité de « Cinésiologie », au **Dr Estradère**, à **J. Schreiber**, au **Dr Berne** dans leurs ouvrages sur la gymnastique et le massage, et au **Dr André De Sambucy** qui créa dans les années 60 la « Fondation Médico-Gymnastique ». Ce dernier, chercheur dans un grand nombre de pratiques gymniques, publie en 1973 « Pour comprendre le Yoga - synthèse Orient-Occident, Analyse du Kong-Fou »¹³ dans lequel il fait référence aux planches du R.P. Amiot.

Mais peut-on dire aujourd'hui que la gymnastique médicale est dépassée ?

Nous constatons que les disciplines indiennes, chinoises, qui ont donné l'impulsion et fourni une large documentation à ce grand courant, se sont largement implantées en Europe. Elles se sont adaptées aisément à l'évolution culturelle de ces dernières décennies car elles portent en elles le « souci de soi »¹⁴, où l'expression de la santé se trouve entourée de valeurs philosophique, esthétique et morale, sans

Ce que l'on définit comme étant la santé est essentiel, mais la santé doit-elle être réduite au culte du corps stigmatisé par les clubs de forme ? Certainement pas, nous sortiront du « step » et de la « musculation », et d'autres choix viendront s'imposer sous le regard critique des professeurs d'Éducation Physique et Sportive. À ce moment là, assisterons-nous à la réhabilitation de la « gymnastique sino-suédoise » version XXIe siècle?

Nous verrons bien...

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- ¹ *Historique de la gymnastique médicale*, Dr G. CHANCEREL, Adrien Delahaye, libraire éditeur, Paris 1864
- ² Traité de massage et de gymnastique médicale, J. SCHREI-BER, Octave Doin éditeur, Paris, 1884
- ³ Cinésiologie, science du mouvement dans ses rapports avec l'éducation, l'hygiène et la thérapie, N. DALLY, Librairie Centrale des Sciences, Paris, 1857
- ⁴Mémoires concernant l'histoire... des Chinois par les Mission-

naires de Pékin, Tome IV, 1779, Nyon libraire éditeur, 1779. Ce tome IV comporte la notice sur le Cong-Fou du Révérend Père Amiot et les planches décrivant celui-ci.

- ⁵ *Du massage son histoire ses manipulations*, Dr J. ESTRADÈRE, Editions Delahaye et Crosnier Paris, 1884
- ⁶ Le massage, DR G. BERNE, Baillière, Paris, 1894
- ⁷ Roots of Physical Medicine, Physical Therapy, and Mechanotherapy in the Netherlands in the 19th Century: A Disputed Area within the Healthcare Domain, Thomas J.A. TERLOUW, PT, MSc, PhD (Medical History), The Journal of Manual & Manipulative Therapy, vol.15 n°2, 2007
- ⁸ Proeve van Apologetische Schriften van 't Turndom, Delaive O. [Dutch for: Thesis on the Justifications for Gymnastics]. Antwerp, Belgium, 1934
- ⁹ Ling. The Founder of Swedish Gymnastics. His Life, His Work and His Importance, Westerblad CA London, UK: Sampson Low, Marston & Co. Limited; 1909.
- ¹⁰ Le taoïsme et les religions chinoises, H. MASPERO, Gallimard, 1971
- ¹¹ les exercices de santé du Kung Fu, G. Charles, Albin Michel, 1983
- ¹² Sur la piste du Kung-Fu!... Et de certains qui l'ont fait -Roman historique du Kung Fu en France, Luke et Charles DUCHÊNE, Editions BTF concept

- ¹³ Le souci de soi : néo hygiénisme et obsession sociale, Isabelle QUÉVAL, in : Revue Contre Pied N°24, octobre 2009, centre EPS et Société
- ¹⁴ Pour comprendre le Yoga synthèse Orient-Occident, analyse du Kong-Fou, Dr A. De SAMBUCY, Editions Dangles, 1973





The 16th Tai Chi Caledonia gathering takes place from the 8 – 15 July 2011 At Stirling University Campus, Stirling, UK

http://www.taichicaledonia.com/

En Route Vers La Chine

A Morgan Hill sur les hauteurs de Port Townsend (état de Washington) vit au calme avec son épouse de plus de trente ans, d'origine Taïwanaise, un homme de 67 ans.



Bien peu d'indices trahissent qui il est sur cette terre, peut-être sa coiffe de moine achetée dans un monastère Chinois, ou bien là, dans son jardin devant sa maison, une touffe de bambous. A y regarder de plus près, vous remarqueriez peut-être cette brûlure d'encens sur son bras, relique d'une cérémonie d'initiation bouddhiste.

En dehors de ces maigres indices vous ne pourriez deviner que Bill Porter, alias Pin Rouge, est le traducteur de poésie chinoise et d'écrits bouddhistes le plus renommé au monde ainsi que l'auteur de best-sellers en Chine continentale.

Pour tout dire, après avoir bataillé et avoir été en échec scolaire, il sort quand même licencié en anthropologie, avec mention, de l'Université de Santa Barbara (Californie) en 1970 et depuis il a écrit et traduit pas moins de douze livres.

Pourquoi l'anthropologie ? Les hasards de l'alphabet ! Tout juste sorti de l'armée, il décide de retourner à l'université et l'anthropologie devient son sujet d'étude simplement parce que cette option est la première qui se présente sur la liste alphabétique. De là, il se retrouve à l'Université Columbia doté d'une bourse de quatre ans pour un doctorat et ça aussi c'était un accident...

« Quand je me suis inscrit à Columbia, j'ai commencé par chercher tous les sujets qui bénéficiaient d'une aide financière. Je remarquai que le Département de la Défense allouait des bourses pour les langues. Comme je venais de lire un ouvrage sur le bouddhisme zen, je m'inscrivis pour le chinois. Je ne connaissais rien du chinois et cela n'éveillait en rien ma curiosité. Soit, j'étudierais le chinois au même titre que l'anthropologie. »

Au cours de ses études à Columbia, un autre hasard lui fait rencontrer un moine dans la « china town » de New York et il se met alors à méditer et à étudier le bouddhisme

« En moins de deux ans, je réalisais que les études académiques me barbaient, je voulais pratiquer et partir vivre dans un monastère. »

Cette prise de conscience lui fait abandonner ses études et comme la révolution culturelle lui barre l'entrée en Chine, il part pour Taïwan.

Un Aller Simple

Son père le prit pour un timbré. Et depuis ce premier départ pour l'Asie, le premier septembre 1972, Porter a fait d'incessants allers et retours entre ici et là-bas. Et à chaque fois qu'il prend ce vol, il repense à ce premier voyage. Dans son carnet de route « Bagage Zen : Un Pèlerinage en Chine » il écrit : « Mon père m'emmena à l'aéroport de Burbank pour attraper un vol pour San Francisco d'où partait mon vol pour Taïpei. Il s'était débrouillé pour venir avec un aller simple.

Cela faisait des années qu'il était fauché et avait sûrement emprunté la somme à mes tantes, Pearline et Pauline. Elles l'entretenaient depuis qu'il avait perdu ses millions dans son divorce avec ma mère qui ne prit fin que lorsqu'il n'y eut plus d'argent pour justifier le combat.

« Alors que j'étais dans la queue pour sortir prendre mon avion, c'est ce qui se faisait à l'époque, du moins à Burbank, mon père me passa deux billets de cent dollars pour compléter les treize dollars que j'avais en poche. Je ne sais pas si j'étais plus inconscient ou plus téméraire à cette époque. Juste plus jeune! Le fait d'arriver à Taïwan avec seulement treize dollars en poche et pas de ticket de retour ne m'avait pas tracassé le moins du monde. M'imaginant aller vivre dans un monastère bouddhiste et ne pas en revenir de sitôt, de l'argent pour quoi faire ? »

Pour cela, en tous les cas, il avait raison; il y resta vingt-deux ans. Pendant les trois premières années et demie, il séjourna dans deux monastères au sud de Taïpei. C'était un bon plan qui fournissait le gîte et le couvert sans aucune restriction. Il mangea, médita, se promena et lut, bien sûr.

« Je lisais à peu près huit heures par jour, ce qui fit faire un bond à mon chinois surtout pour la lecture. Je lisais un texte et m'en trouvais une traduction anglaise pour voir comment le traducteur opérait. Et à partir de ce moment, je me mis à traduire pour améliorer mon chinois. »

Simultanément, il commença à traduire les poèmes de Montagne Froide ou Han Shan, un poète de la dynastie Tang qui vécut dans une grotte nommée Han Yan ou « La Falaise Froide ». Il trouva un boulot et finalement put entrer en Chine qu'il parcourut de long en large, traversant tout le pays à ramasser de l'info pour des spots radio de deux minutes. A la même époque, il noua une amitié trans-pacifique avec des gars de Port Townsend. Mike O'Connor qui vivait aussi à Taïwan le présenta à Sam Hamill qui accepta de publier les poèmes de Montagne Froide. Finn Wilcox, Tim McNulty et un photographe nommé Steve Johnson l'accompagnèrent dans ses recherches des ermites en vue de la publication d'un livre. Depuis la publication du recueil des chants de Montagne Froide, les Presses de Copper Canyon ont publié trois autres ouvrages de poésie chinoise traduits par Bill Porter et d'autres sont à venir.

« Ce que j'apprécie particulièrement chez Bill - dit son éditeur Michael Wieger – ce n'est pas seulement son habileté à faire vivre la poésie des originaux chinois mais aussi l'interprétation qu'il amène des textes, ouvrant au lecteur sa connaissance d'une somme de faits historiques et culturels. »

À La Recherche Des Ermites

Porter commence à développer un intérêt pour les ermitages bouddhistes, raconte Johnson, et il se met alors en tête de raconter leur histoire bien que les autorités de l'Association Bouddhiste de Chine lui déclarent qu'il n'y avait plus aucun ermite vivant en Chine. C'est alors qu'ils quittaient les locaux de l'association, le même jour, qu'un moine les attrapa par la manche et leur déclara que : « oui, comme ils le soupçonnaient, on pouvait encore trouver des er-

mites vivant en Chine. »

Johnson ne comprenait pas la signification des ermitages jusqu'à ce que Porter lui explique que certains moines ont une aspiration plus haute pour pénétrer les vérités essentielles de leur pratique spirituelle. Pour réaliser cette aspiration, ils doivent se retirer seuls sur les hauteurs pour une durée de trois ans. C'est comme passer un doctorat, déclare Porter.

Trouver des ermites ne fut pas une sinécure. Porter passait son temps derrière ses jumelles à inspecter les montagnes et à chercher une fumée. Il enquêta auprès des autres habitants de la montagne qui collectaient des plantes et du bois et qui habitaient généralement dans des grottes et des huttes.

« Il y a autant de femmes que d'hommes qui vivent là haut. Je voulais les comprendre parce que Montagne Froide avait été un ermite. Je voulais comprendre cette tradition pour moi-même afin de mieux comprendre les poèmes de Montagne Froide et d'autres poèmes que j'étais en train de traduire. »

Se rendre à un ermitage n'était déjà pas rien en soi, mais pour Porter aucune difficulté de terrain ne représentait un obstacle parce qu'il savait que quand il frappait à la porte d'un ermite, il était toujours le bienvenu.

« Bill est le genre de type qui s'y colle vraiment quand il s'agit de trouver quelque chose » déclare Johnson qui aussi s'étonne toujours de sa débrouillardise, « pour moi, il est à moitié chinois, il n'arrête pas de serrer des mains. »

Son côté sympa s'avéra un plus en certaines circonstances. Une fois, par exemple, Johnson et lui s'étaient fourvoyés sur une montagne et retrouvés au poste, soupçonnés d'espionnage jusqu'à ce que les autorités se rendent compte, à leur récit, qu'ils étaient bien trop naïfs pour ce genre de boulot. Une autre fois, ils arpentaient Wuhan à la recherche d'une bière fraîche, c'était en 1989, et tombèrent sur une manif d'étudiants. Alors qu'on leur demandait un peu d'argent pour aider quelques étudiants à se rendre à Tian An Men, Bill sortit accidentellement un billet de 10\$ au lieu d'un billet de1\$. Les étudiants ravis le portèrent littéralement sur scène pour qu'il s'exprime. Il dit quelques mots et les deux compères repartirent à la recherche de leur bière.

Trois semaines plus tard, de retour à Taïwan, alors qu'il buvait un coup avec le responsable local de la CIA, celui-ci lui annonça qu'il était déjà au courant

de son escapade et que Deng Xiaoping lui-même en avait entendu parler et était convaincu que les étrangers étaient derrière le mouvement démocratique étudiant.

Jusqu'à ce que Porter publie son livre en 1993, « La Route Céleste : Rencontres avec les Ermites Chinois », aucun livre sur le sujet n'avait été publié. Lorsqu'il fut traduit en chinois, expurgé des histoires policières, militaires et politiques, une association pour les ermites fut créée, et il y a maintenant des bénévoles pour apporter du courrier, de la nourriture et des médicaments aux ermites que Bill a fait sortir de l'ombre.

Aventures Bouddhistes

Depuis son retour aux USA en 1993, Porter retourne une ou deux fois par an en Chine où, en plus de son travail de recherche, il est devenu une sorte de guide.

Il ne va pas où les touristes vont habituellement. Il aime emmener ses compagnons de voyage hors des sentiers battus. Par exemple, pour voir la grande muraille, il a emmené son ami Cox qui en est à son troisième voyage en Chine avec lui, à 300 km au sud de Pékin vers un col en haute montagne. Ce détour donna à ce dernier une bien meilleure compréhension de l'utilité réelle de la muraille, non seulement comme rempart contre les Mongols mais aussi comme lieu d'échanges commerciaux. Toujours en sa compagnie, ils visitèrent la tombe de Tu Fu, poète de la dynastie Tang (618-907), ainsi que l'endroit ou un autre grand poète Ch'u Yuan se jeta dans la rivière Milo, lesté d'une pierre, pour protester contre la corruption de l'époque.

« L'anniversaire de sa mort est maintenant célébré comme le jour des poètes. » déclare Porter dans son « Bagage Zen ». Le cinquième jour du cinquième mois lunaire, partout, les chinois revivent ce moment en se rendant vers les rivières et les lacs pour la course des bateaux dragons afin de récupérer son corps avant que les dragons ne le fassent. Juste avant sa mort, Ch'u Yuan écrivit : « Plutôt me jeter dans la Hsiang (un affluent de la Milo) et finir dans les tripes d'un poisson que de laisser cette pureté se faire corrompre par la boue ordinaire ».

C'est aussi grâce à Porter que Cox a visité les grottes des mille Bouddhas, à Dunhuang, dans le nord-ouest de la Chine où un rouleau de cinq mètres de long du « Sutra de Diamant » a été découvert. C'est la plus ancienne édition complète imprimée, datée de 868;

quelques 587 ans avant la bible de Gutenberg. Porter a essayé en vain de comprendre ce Sutra dès ses études à Columbia. « Pendant vingt ans, mes exemplaires du Sutra prenaient la poussière sur mes étagères quand je décidais de m'y remettre... mais la signification m'échappait toujours. » Sa perplexité perdura jusqu'au jour où il découvrit une étude en cinq volumes du Sutra en Sanscrit. Le mystère s'éclaircit et il se remit au travail jusqu'à la parution, en 2001, de l'édition de sa propre traduction, accompagnée de commentaires, intitulée : « Le sutra de Diamant : La Perfection de la Sagesse ».

Porter et Cox sont les premiers occidentaux à se rendre sur la tombe de Bodhidharma, un moine du cinquième siècle auquel on attribue la propagation du Bouddhisme en Chine, depuis son origine, en Inde. La tombe ne ressemblait pas à grand-chose parce que la révolution culturelle, de 1966 à1976, avait effacé toute empreinte religieuse. En fait, alors que plus personne ne savait où se trouvait la tombe, des bouddhistes Zen Japonais la redécouvrirent deux ans avant que Cox et Porter ne s'y rendent.

Andy Ferguson, auteur de « L'Héritage Chinois du Zen : les Maîtres et leurs Enseignements » qui était aussi du voyage, décrit cette étape particulière en ces mots : « A quelques pas de la route apparut un stupa décrépit, de la même couleur que l'ocre alentour. Notre guide nous déclara que c'était le témoin vieux de six cents ans de l'endroit où le stupa originel de Bodhidharma se trouvait. Il apparaissait vide et à l'abandon, trop fragile pour endurer bien longtemps, le vent et la poussière des plaines du nord de la Chine. Avec Red Pine, on tourna autour et on s'inclina devant la frêle structure. Le vent souffla plus fort, comme pour nous faire entendre que ce que nous honorions était loin depuis longtemps.

Depuis lors, malgré tout, le gouvernement chinois a découvert que le bouddhisme était une super attraction touristique et des sites comme celui-ci ont été aménagés. A l'endroit où Cox et Porter se trouvaient à l'époque, au milieu d'un pré, se dresse un monastère imposant, érigé grâce à un financement gouvernemental.

Dans « Le Bagage Zen » Porter écrit :

« Seulement une poignée de temples ont réussi à survivre à la seconde guerre mondiale et à la révolution culturelle ; ce n'est que depuis quelques décennies qu'à peu près une douzaine de temples ont été reconstruits et que les montagnes ont connu un renou-

veau des pèlerinages. Ce ne sont cependant que des pèlerinages constitués de chargements complets de bus de curieux, accompagnés de guides à porte-voix expliquant l'iconographie bouddhiste... Il y a encore plein de bouddhistes en Chine et un peu plus tous les jours, mais la plus grande majorité des chinois a intégré la vieille attitude du parti communiste envers la religion. Quand on leur demande, ils répondent qu'ils n'ont aucune croyance religieuse, du moins c'est ce qu'ils reconnaissent. S'ils visitent les sites religieux, c'est plus en tant que touristes que pèlerins, d'ailleurs les moines et nones qui vivent dans les temples les accueillent, jusqu'à un certain point, sachant bien qu'il faudra une autre génération pour réune pratique bouddhiste dans une population traumatisée et nouvellement matérialiste.

Parlant de son livre : « La Route Céleste : Rencontres avec des Ermites Chinois », il note : « En tant qu'écrivain, vous espérez avoir un certain impact et l'ironie des choses, dans mon cas, c'est que si tous les occidentaux qui ont étudié le chinois et écrit à propos de la Chine se voient comme des ponts entre l'orient et l'occident, moi j'ai amené l'orient à l'orient. C'est le résultat des curieux événements his-

toriques de ces cinquante dernières années. Les chinois n'étaient pas vraiment autorisés à apprécier leur propre culture dans la mesure où c'était un occidental qui leur en parlait Et il s'est avéré qu'ils ont adoré lire sur ce sujet parce que je n'ai rien à prêcher, je suis un peu comme Tocqueville écrivant sur la démocratie en Amérique, je suis un étranger. » Ils sont tellement preneurs de ce type d'histoires que quand le National Geographic chinois fit paraître un extrait de trente pages du « Bagage Zen », l'éditeur fut si enthousiaste qu'il demanda s'il lui était possible de traduire la totalité du livre. Quand la première édition de 40.000 exemplaires parut, elle fut épuisée en six semaines. « La vente de mes livres n'a jamais décollé aux USA, je n'y vends en moyenne pas plus de mille copies par an. Les ventes en Chine, elles, avoisinent les 50 à 100000 copies par an. C'est incroyable pour quelqu'un comme moi qui n'ai rien fait pour obtenir le succès.

> Article de Kathie Meyer (ptleader.com) Traduit par Henri Mouthon



Tai-Chi Tcho 28-30 octobre 2011

http://www.taichichuan-cornelia.com/pages/rencontres/rencontres.php

Calendrier des stages

Avril

7e Rencontres de St-Maurice (Vésenaz, Genève), le dimanche 17 avril 2011

Association : Taiji Open Club Animé par Lucienne Caillat

Stage marche et pratique du Dao Yin Qigong, taiji quan et Shiatsu, dans l'Atlas Marocain, du 24 au 30 avril 2011

Organisé par M.Ch. Moutault Animé par Samir Ait Raho

Stage d'Étude et perfectionnement des Armes épée et éventail, des 3 Duans, les Samedi 30 Avril au Dimanche 1er

Mai 2011, en Cepoy

Association: USMV Arts Martiaux-CFTCC Animé par Claude Eyrolles (06 85 41 44 12)

Mai

Stage de Daoyin Fa, les Samedi 7 (après-midi) et dimanche 8 (journée)mai 2011, à Saintes

Association GRDT Saintes Animé par Jean-Luc SABY Lieu de pratique : ÉCURAT salle des fêtes INSCRIPTION AVANT LE 02 MAI 2011 Claudy Jeanmougin 06 81 53 84 62 -jeanmougin.claudy [ATorange.fr

GRDT - 15 bis route de Bellivet 17810 ÉCURAT

Stage l'importance et le rôle du lien ceinture scapulaire et taille dans la pratique du Taiji Quan et du Dao Yin Qigong, les 14 et 15 mai 2011 à Thorigné d'Anjou

Association : Kun Lun (taijiquan.kunlun@wanadoo.fr) Animé par Claudy Jeanmougin

bulletin d'inscription sur le site http://www.taijiquan-anjou-kunlun.net

Stage pratique de l'épée avec un partenaire, les 21 et 22 mai 2011 . Le Mans

Association: ARAMIS 02-43-76-88-08 (http://www.aramis72.fr)

Animé par Frédéric Plewniak

Stage souplesse et mobilité des articulations des jambes pendant la pratique de la forme et le Tuishou , le 28 mai

2011 à Thorigné-d'Anjou Animé par Alain LELARGE

centre.xian.wu@orange.fr http://www.centre-xian.fr/

Stage approfondissement et applications de la forme des 24 mouvements de Pékin, Samedi 28 et dimanche 29 mai

2011, à Annecy

Organisé par ATCHA, Animé par Jesse TSAO

 $\label{eq:http://www.annecy-taichi.com-Tél.} http://www.annecy-taichi.com-Tél.~04~50~64~19~41~ou~04~50~77~25~66$

Juin

Stage: Taiji quan et techniques connexes, du 2 au 5 juin

2011 à Bangor sur Belle-Isle en Mer Animé par : Marie-Christine MOUTAULT

centre.xian.wu@orange.fr http://www.centre-xian.fr/

Stage de Pentecôte en campagne du 10 au 13 juin 2011 en Haute-Marne du 10/06/2011 au 13/06/2011

Animé par Jean Luc Perot jllperot [AT]gmail.com http://www.doodle.com/kaa3uc46nqwnt6gi

Stage d'épée, au bord du lac à Talloires, du samedi 11 au lundi 13 juin 2011, à Annecy

Organisé par ATCHA http://www.annecy-taichi.com Animé par Henri MOUTHON. Tél. 04 50 64 19 41 ou 04 50 77 25 66

Stage Taichi nei gong, bafa, 1^{er} duan, Epée du 19 juin au 23 juin 2011 en Ardèche du nord

Organisé par Taiji Yang Riv'Gauche) http://www.taijiriveg-auche.fr

Animé parMichel Douiller (0672680125) (taijirivgauche@yahoo.fr)

Stage d'été du Samedi 25 juin au soir jusqu'au jeudi 30 juin 2011 à Larmor Plage

Organisé par Club de Tai Chi Chuan de Versailles Animé par Sabine Metzlé

http://www.taichi-versailles.com -Tél : 06-20-45-65-54 ou 01-41-12-94-82

Juillet

Stage «pour commencer la journée dans un bon courant d'énergie», de 8h à 10h30, du 4 au 9 juillet au Jardin du Luxembourg à Paris.

Organisé par Taiji Yang Riv'Gauche) http://www.taijiriveg-auche.fr

Animé par Michel Douiller (06 72 68 01 25) (taijiriv-gauche@yahoo.fr)

Thèmes de travail:

- de 8h à 10h, après les exercices de base, alternativement 1er et 2ème duan ou bien les 2 premières parties du 3ème duan.
- De 10h à 10h30, alternativement les 4 premiers duans de l'épée Kunlun ou l'éventail

Stage d'été, au bord du lac à Talloires, du lundi 4 au vendredi 8 juillet 2011

Organisé par ATCHA (http://www.annecy-taichi.com) Animé par Henri MOUTHON.

Tél. 04 50 64 19 41 ou 04 50 77 25 66

Stage d'été: Nei-Gong-étirements, exercices de bases, Shisan-shi, les 3 duans, les armes (exercices de base épée+épée ancienne+éventail), tui-shou du 9 au 14 juillet à Cadouin, en Dordogne.

Organisé par : Cercle Francilien de Tai Chi Chuan (http://cerclefranciliendetaichichuan.fr)

Animé par Claude Eyrolles (06 85 41 44 12) c.eyrolles@wanadoo.fr

Séjour d'été Tai Chi Chuan et Chant Choral du 14 au 19 juillet à Cadouin, en Dordogne

Organisé par Cercle Francilien de Tai Chi Chuan http://cercle-franciliendetaichichuan.fr

Animés par Claude Eyrolles pour le Tai Chi Chuan (06 85 41 44 12), François-Xavier Pornet pour le Chant, Frédéric Mage au Piano

Stage Yangjia Michuan, du 18 au 23 juillet 2011, à Molines en Queyras

Organisé par : L'école de l'Arbre du Voyageur Animé par Marc Appelmans (06 81 09 65 26) marc.appelmans.chenghsin@live.fr

Stage de tai ji quan franco-américain du style Yangjia Michuan Taiji quan, du 20 au 27 juillet 2011 à Marçon

Organisé par : Aramis

Animés par John Cole (Californie), Jim Carlson (Michigan), Dale Freeman (Oregon), Sabine Metzlé (Région parisienne), Henri Mouthon (Annecy), Serge Dreyer (Le Mans). aramis.72@free.fr - http://www.aramis72.fr

Stage Cheng Hsin (Taiji Quan), du 25 au 30 juillet à Draguignan

Organisé par : L'école de l'Arbre du Voyageur Animé par Marc Appelmans (06 81 09 65 26) marc.appelmans.chenghsin@live.fr

Les 24e Rencontres Jasnières internationales, les 29-30-31 juillet 2011, à Marçon (Sarthe)

Taiji : formes, tuishou, armes, bagua, hsing I, qi gong Organisé par ARAMIS (02-43-76-88-08) fabienneponcin@yahoo.fr - http://www.aramis72.fr

Stage d'été du 30 juillet au 5 août à Port Maubert

Forme - Applications techniques et martiales - Tuishou - Techniques connexes à la carte

Organisé par le GRDT

Animés par Claudy Jeanmougin (06 81 53 84 62) et ses assistant(e)s

jeanmougin.claudy@orange.fr - http://grdt.jimdo.com/

Août

Stage Qi Gong et Méditation Taoïste, du 01 au 06 Août 2011 à Draguignan

Organisé par L'école de l'Arbre du Voyageur Animé par Marc Appelmans (06 81 09 65 26) (marc.appel-mans.chenghsin@live.fr)

Stage d'été du 8 au 12 août 2011 à Thorigné d'Anjou

Pratique de la Forme (apprentissage et

approfondissement). Initiation à la calligraphie chinoise et à l'étude d'idéogrammes en lien avec notre pratique.

Organisé par : KUN LUN

Animé par : Marie-Christine MOUTAULT

taijiquan@wanadoo.fr - http://www.taijiquan-anjou-kunlun.net

Stage d'été : éventail - bâton de sourcil - tuishou avancés, du 10 au 14 août 2011 à Septmoncel

au centre de la Couronne à Septmoncel (JURA)

Organisé par : La Grue Blanche

Animé par : Hervé Marest (06 50 61 81 95) herve.marest@free.fr - http://herve.marest.free.fr

L'île d'Aix, une fois encore, en août, avec trois «anciens» : recherche autour de l'intention et du relâchement, du 20 au 25 août.

Organisé par le Cercle de la Longue Boxe & l'INPACT Animés par Charles Li, Pierre Ploix, (pierreploix@yahoo.fr) Christian Bernapel

Stage pratique des ARMES (apprentissage et approfondissement), les 26 - 27 - 28 Août 2011 à Thorigné d'Anjou

Épée Kun Lun, éventail et bâton sourcil.

Organisé par : KUN LUN

Animé par : Marie-Christine MOUTAULT taijiquan@wanadoo.fr - http://www.taijiquan-anjou-kunlun.net

Novembre

Rencontres de l'Amicale 2011, du 10 au 13 novembre à

Vaumarcus dans le Canton de Neuchâtel en Suisse C'est dans un site surplombant le lac de Neuchâtel, sur le flanc sud du massif du Jura et face à la chaîne des Alpes, que se dérouleront ces vingt et une nièmes Rencontres de l'Amicale. Elles seront organisées par l'association APRET de Bex du Canton de Vaud.

Nous renvoyons nos lecteurs sur le site de l'Amicale qui les orientera sur les différents sites des associations qui annoncent des stages.

Pour l'insertion de vos stages, veuillez respecter la procédure.

FORMULAIRE DE PUBLICATION DE STAGE

Nous ne pouvons publier tous les stages sans un minimum de formalisme dans les demandes.

Nous vous demandons de respecter, dans l'ordre des 5 lignes ci-dessous, le nombre d'informations, l'ordre et la forme.

Ne pas donner d'autres informations, les informations ci-dessous avec les contacts définis suffiront.

Nous ne pourrons prendre en compte toute demande non-conforme.

- 1/ Thème du stage, date, lieu
- 2/ Animateur / Animatrice, avec n° de téléphone.
- 3/ Association organisatrice
- 4/ Contact pour le stage : nom, téléphone, email
- 5/ Adresse du site web à consulter

FACULTATIF: 6/ Document «+ d'infos » (une page maxi ou affichette)

A RENVOYER aux destinataires :

Claudy Jeanmougin: jeanmougin.claudy@orange. Jean-Luc Pommier: pommier jl@yahoo.fr



YEN-NIEN WORLD CUP

- 1. We sincerely invite all YMT practicing brothers and sisters to join the 3rd Yen-Nien Cup YMT tournament this year in Taipei, Taiwan.
- 2. Dec. 3rd, 2011, we will have an International YMT workshop for foreign visitors and domestic members. Tentatively, there will be 8 hours classes of different subjects which are related to YMT technique, theory, history, human mechanic, and health issues. We suggest 4 hour classes for foreign visting speakers and another 4 hour classes for TYMTA teachers. If you or other teachers are interested, please provide us the speaker's name, brief taiji bio and what he likes to teach. The fee of one day workshop for each participant is NT\$500 including lunch.
- 3. Dec. 4th, 2011, it is the third YMT Yen-Nien Cup Tournament. The program will include two major parts.
- Part 1: Outstanding Teacher Performance and Demonstration such as Tuishou and Shanshou. (You are one of Teachers to be invited)
- Part 2: Competition for forms and weapons. Events include 13 postures, 1st, 2nd, and 3rd Tuan, Wudong and Kunlun Sword, Fan, etc. We will set up an international division for foreign contestants (the score is calculated separately from domestic ones if needed which is just for encouraging purpose). The entry fee is NT\$500. We are working on the program and regulations in order to meet the schedule. When it is done, we will send you the details.

We wish more European, American, and Japanese YMT practitioners will join this event. Please give us more input about your trip to Taiwan as earlier as possible, so that we can arrange this tournament properly and successful.

Best Regards

LE SITE WEB ET LE BULLETIN DE L'AMICALE

http://taijiquan.free.fr/site/

e site de l'Amicale est régulièrement mis à jour par le comité rédactionnel du site. Si votre association possède un site, un lien peut être établi comme c'est le cas avec la Suisse, la Russie, les USA et autres. Outre les multiples informations sur notre style, il contient le listing de tous les membres de l'Amicale ainsi que le calendrier des différents stages organisés par les associations membres.



Pour voir vos informations concernant les stages figurer dans le site

Adresser un e-mail avec éventuellement un fichier attaché au format « .RTF » ou « .DOC », ou, si vous ne pouvez pas faire autrement, envoyer un document papier qui puisse être scanné à Jean-Luc Pommier, 63 rue de Seine, 94400 Vitry, pommier_il@yahoo.fr.

Vos articles, vos courriers des lecteurs et vos informations (stages ou autres) à faire paraître dans le bulletin sont à transmettre à :

Claudy: jeanmougin.claudy@orange.fr - 15 bis route de Bellivet, 17810 Écurat, France.

Conseils pratiques

Pour le calendrier des stages, soyez clairs et précis en vous conformant au schéma suivant :

- -discipline (Tuishou, forme, etc.) date lieu
- -Animatrice/Animateur avec numéro de téléphone,
- -Thème du stage,
- -Association organisatrice
- -le contact nom, tél, mail, etc.
- -référence du site de l'association

Puis adressez l'information à Claudy Jeanmougin et Jean-Luc Pommier.

Pour vos articles et vos courriers, le mieux est de les rédiger sous Word et de les adresser en pièces jointes à Claudy Jeanmougin. Si vous faites une présentation avec montage photos, n'oubliez pas de joindre le fichier photos séparément. Nous sommes obligés de traiter chacune des photos et nous ôterons celles que vous avez incluses. Nous suivrons au mieux vos consignes de présentation. Pour avoir une bonne qualité des photos il faut au minimum 150 dpi.

Les articles doivent parvenir à Claudy fin juillet pour le numéro de septembre, fin novembre pour celui de janvier et fin mars pour celui de mai.

Sollicitations...

Il est possible que vous soyez contactés par Claudy ou Anne-Marie Guibaud pour pondre un article. Ne soyez pas surpris... Quelques associations n'ont pas encore communiqué le nom d'un(e) correspondant(e)s de manière à établir une communication plus aisée entre le bulletin de l'Amicale et les associations. Vous pouvez rejoindre le comité « Site Web » pour apporter votre contribution.



C'est à « Le camp » à Vaumarcus, que l'association A.P.R.E.T vous accueillera pour la 21ème Rencontre de l'Amicale du 10 novembre 2011, dès 15h au 13 novembre 2011 après le repas de midi

« Vaumarcus 11-11-11 »

Ce magnifique site surplombant le lac de Neuchâtel comprend plusieurs bâtiments pour pratiquer, dormir, manger, faire la fête ... et passer de bons moments ensemble. Prions les dieux que le soleil soit de la partie!



Pour plus d'infos : www.lecamp.ch

Accès par la route : situé à 20 km d'Yverdon-les-Bains et à 22 km de Neuchâtel, le Camp est accessible en 5 minutes depuis la sortie « Vaumarcus » (N°4) de l'autoroute A5, puis en suivant la signalisation « Le Camp » dès le 2e rond-point.

Accès par les transports plublics: ② *Train et bus postal*: ② Un service de bus postal fonctionne sur une base horaire sur les trajets suivants :

- Départ de la gare de Gorgier-St-Aubin → Arrêt Concise La Rochelle : parcours de 7 minutes environ
- Départ de la gare d'Yverdon-les-Bains → Arrêt Concise La Rochelle : parcours de 32 minutes environ

Le Camp est accessible en **5 minutes à pied depuis l'arrêt Concise – La Rochelle.** Pour les horaires, consulter le site **www.cff.ch**

Pour nous contacter du 1er juin au 10 novembre UNIQUEMENT (0041)24 463 45 04 (tel privé)
Pour nous contacter pendant les rencontres du 10 au 13 novembre 2011 UNIQUEMENT 079 426 96 45 (tel privé)
vaumarcus_2011@romandie.com

A prendre avec vous:

Des **habits chauds** et imperméables, de bonnes chaussures et une **serviette de toilette** Une **jolie tasse** pour les pauses (**nous n'aurons pas de tasses en plastiques**)





21ème Rencontre de l'Amicale à Vaumarcus « Vaumarcus 11-11-11 »

Une nuit englobe : le dîner de la veille + la nuit + le petit déjeuner + le déjeuner

Tarifs

chambres de 2 à 4 lits	
2 nuits : 270frs / 216 euros	3 nuits : 340frs / 272 euros
chambres 5 à 8 lits :	
2 nuits : 220frs / 176 euros	3 nuits : 270frs / 216 euros
Pour les non-adhérents : adhésion à l'Amicale	23 euros

Les chambres à **2 lits**, peu nombreuses, seront réservées en priorité aux **couples** et seulement pour **3 nuits**

Règlement en francs suisses: directement à A.P.R.E.T

IBAN-International Bank Account Number	
CH87 0900 0000 1732 5125 0	
BIC-Bank Identifier Code :	
POFICHBEXXX	
Compte postale CH CCP 17-325125-0	
Dénomination : A.P.R.E.T Vaumarcus 2011	

Règlement en euros : directement au trésorier de l'Amicale

IBAN-International Bank Account Number :
FR18 2004 1010 1105 1929 8N03 203
BIC-Bank Identifier Code :
PSSTFRPPNTE
Account Owner:
AMICALE YANGJIA MICHUAN

Merci de mentionner votre nom et prénom et/ou celui de la personne pour qui vous payez, ai la nomination « 11-11-11 »

Si vous rencontrez une difficulté financière, et après en avoir parlé avec votre association, nous vous rappelons qu'il existe la « Tirelire ».

Elle a pour mandat de financer, occasionnellement, une partie de la rencontre.

Pour plus de renseignements, contactez le président.

FICHE D'INSCRIPTION à la Rencontre « Vaumarcus 11-11-11 » - début des inscriptions 1er juin 2011 A.P.R.E.T vous répondra à partir de cette date - fin des inscriptions 30 septembre 2011 A.P.R.E.T doit clore les inscriptions à cette date par courrier postal par courrier électronique 11-11-11 % Zouzou Vallotton / rte de Chiètres / CH-1880 Bex vaumarcus_2011@romandie.com

Une fiche par participant

Nom/Prénom				
Adresse				
Ville/code postal				
Pays				
Tel	fixe		portable	
Adresse mail				
Association				
Année de naissance				
*				
Sexe *	femme	homme	·	
Je ronfle * (si oui)				

^{*}Pour organiser au mieux les chambres

Je souhaite

chambres de 2 ou 4 lits	
0 2 nuits: 270frs / 216 euros vendredi et same	edi 0 3nuits: 340frs / 272 euros
chambres de 5 à 8 lits :	
0 2 nuits: 220frs / 176 euros vendredi et same	edi 0 3 nuits : 270frs / 216 euros
Pour les non-adhérents : adhésion à l'Amicale	23 euros
Total francs suisses :	euros:

Mon inscription sera enregistrée à réception de mon versement

Je souhaite une chambre à 2 lits en couple avec :
Je souhaite partager une chambre à 4 lits avec :
Je souhaite partager une chambre 5/6/7/8 lits avec
Je souhaite manger végétarien
Je suis allergique à
Date et heure d'arrivée
J'arrive le 10 novembre après 19h *

A.P.R.E.T fera son possible pour répondre à vos souhaits en fonction des places disponibles et de l'ordre d'arrivée des inscriptions

^{*}pour organiser le 1er repas du soir

ADRESSES UTILES

COLLÈGE EUROPÉEN DES ENSEIGNANTS DU YANGJIA MICHUAN TALJI QUAN

c/o Hervé Marest, 14 rue des Fougereuses 49540 Martigné-Briand, France

tél: (33) 2.41.53.02.77, Email: herve.marest@free.fr

TAIWAN YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN ASSOCIATION

email: ymglin@yahoo.com.tw, Président : Mr Wang de Tai-

www.geocities.com/heartland/grove/9300/index.html

WORLDWIDE DIRECTORY OF YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN ORGANIZATIONS BRAZIL

Thomas H. H. Cheng, Av. Aclimação, 68,

Cj. 82 CEP: 01531-000, Aclimação, São Paulo – S.P. Brasil

Tel: (0-11)32078565 Fax:(0-11)32096539

email: tch@brastone.com

AMERICAN YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN ASSOCIATION

Janett Philips, President 3555 Parkview Lane Rocklin, CA 95677 Tel: 916-625-9290

president@aymta.org ou psychocpa@sbcglobal.net

AYMTA JOURNAL

PO Box 173, Grand Haven, MI 49417, USA

FÉDÉRATION SUISSE DE TAIJI QUAN

C/o Luc Defago, 87,bd Carl Vogt, 1205 Genève, Suisse Tél: (41) 22.800.22.50, Email: luc.defago@bluewin.ch

WORLD YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN FEDERATION (CANADA)

RR#1 Moser's River, Nova Scotia, BOJ 2KO, Canada, Tél/Fax: (902) 347 2250

ESTONIE

Tarfu: Urmas Lest, Mobile: 372-56-68-93-77 Renata Soukand, email: renata@ut.ee

YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN CLUB OF SOUTH AFRICA

48, Kidbrooke Place, P.O. Box 801 7200 Hermanus, Republic of South Africa

ALLEMAGNE

Petra Schmalenbach-Maerker Von-Kahr-Str. 82, 80999 Muenchen, Germany Tel: (49 89)8103-9682 Fax: (49 89)8103-9684 email: petra_schmalenbach@hotmail.com

THE RUSSIAN ASSOCIATION OF YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN

86 Vavilova St., Apt. 40, Moscow 117261, Russia Contact: Albert Efimov, albert@efimoff.net Tél: (7) 095 938 5124, Fax: (7) 095 938 5000

YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN INT'L, & YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN TEACHER'S ASSOCIATION INT'L, TAIWAN

32-2F Fuguo Road

Shih-lin, Taipei, 111 Taiwan, ROC

Tél: 886-2-2837-1779, Fax: 886-2-2837-2258

Email: ymtitaipei@yahoo.com

THE TAI CHI CENTRE

70 Abingdon Road,, London W8 6AP, England UK Tél: (44) 20 7937 9362, Fax: (44) 20 7937 9367 Email: peterclifford@thetaichicentre.com

TOKYO TAI KYOKKEN AOI KAI

Koengi Kita 2 33 5,Suginamiku,Tokyo,Japan Tél : (81) 3 3339 6875

TAI KYOKKEN SHINKI KAI

2-1-6 Shironouchi St. Nada-ku Kobe City, Hyogo Prefecture, Japan Tél: (81) 78 861 8973

YANGJIA MICHUAN ORGANIZATION JAPAN

http://www.geocities.jp/izk341/youkahidenhome.htm Adresse mail: amrita48@nifty.com tonkou@bab.co.jp

YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN FEIZHOU XIEHUI (AFRIQUE)

Denis Banhoro, 03 BP881 Abidjan 03, Côte d'Ivoire

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE WUSHU ET DES ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS

17 rue du Louvre 75001 Paris tél : 01.40.26.95.50

WORLD TAI CHI CHUAN FEDERATION

Contact: Ms lin Hsiao-Wei, E-mail: tccass@ms35.hinet.net Ou Noëlle Kasai, E-mail: noelleka.fedetaichi@yahoo.fr

MEXICO

Stephen Merrill

A.P. 77, Todos Santos, BCS, 23305 Mexico

Message Ph: 52-114-50109 email: aleana97@yahoo.com

ITALIE

DOMAINE YEN-NIEN La Maison des Cimes Loc. Fromorsora 18037 CASTEL VITTORIO (IM) - ITALIA

Tél: (39) 0184 241211

楊家秘傳太極拳聯會

Yangjia Michuan Taiji Quan Lian Hui



Rencontres 2011:





sur les contreforts du lac de Neuchâtel en Suisse.

