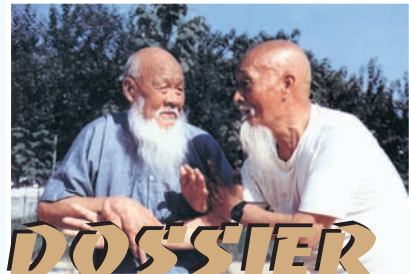


# 3<sup>e</sup> Génération **TAO**

*Votre magazine  
Culturel  
d'Art Énergétique*



## **LES ENFANTS DE CHENJIAGOU**



**DOSSIER  
LE TAO  
SOCIAL**

**COMMUNIQUÉ DU  
MINISTÈRE DE LA  
JEUNESSE & SPORTS**

**LES DAN  
DANS LE WUSHU**



**N° 10  
15 FÉVRIER  
15 AVRIL  
1999**



## Les FAISEURS de PLUIE

*Avant tout, j'aimerais au nom de toute l'équipe de New Génération TAO*

*vous adresser nos meilleurs vœux taoïstes pour cette nouvelle année du Lièvre (15-16 février), symbole de fertilité !*

*Fertile, ce n°10 l'est sur le plan du nombre des groupes humains, des "tribus de pratiquants" qui ont participé à l'élaboration des pages que vous lisez.*

*Selon une enquête réalisée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports datant de 1995, on recensait déjà "175 disciplines différentes s'apparentant aux arts martiaux". Or ce recensement n'incluait pas des disciplines énergétiques davantage rattachées à d'autres institutions, tels que l'acupuncture, les massages, la MTC, l'ostéopathie, la calligraphie, le Yi Jing sans oublier le Feng Shui qui connaît un succès médiatique grandissant.*

*Après les "Femmes du TAO" du n°9, nous avons donc orienté la ligne rédactionnelle sur un dossier spécial intitulé "le TAO social" mettant en avant des personnes (assistante sociale, professeur, docteur...) qui se sont engagées dans l'action sociale et thérapeutique en s'inspirant de la voie des arts martiaux.*

*Dans cette orientation sociale, il est aussi question de fédérations en construction, de choix ministériels, d'opposition, de nouveaux diplômés, des Dan (grades d'origine japonaise adoptés par le Wushu chinois), de café-TAO, et de manifestations diverses...*

*La particularité de ce n° est qu'il a réussi à rassembler des individus, des groupes aux idées, valeurs et mouvements différents voire opposés qui expriment respectivement leur point de vue et témoignent de leurs activités dans un espace commun. Un espace où l'on puisse donner la place et l'autorité non pas seulement à des experts de techniques martiales, mais aussi à des guerriers-pacificateurs, des "faiseurs de pluie" comme les désignent les mythes africains, c'est-à-dire des êtres capables de comprendre les différences et de faire le lien entre les diverses techniques en appelant la pluie, symbole de fertilité et de paix sociale au sein des pays au climat chaud et sec...*

*Des êtres qui œuvrent pour l'intérêt général de toute la communauté des pratiquants sans distinction d'arts, de styles, d'écoles et de Maîtres...*

**Manikoth Vongmany,**  
Rédacteur en Chef Adjoint

## Dossier Le TAO SOCIAL

### LES DAN DANS LE WUSHU

La Fédération Chinoise de Wushu vient d'adopter le système des DAN japonais ! Quels sont les enjeux et les effets de cette décision pour l'avenir des arts chinois dans le monde ? Trois regards différents pour nous éclairer sur ce nouvel horizon. p 70



### LES SECRETS DU VIEUX MAÎTRE Absorber les souffles des Orient

Inspirées de la conception taoïste des 5 éléments, ces techniques d'absorption des énergies aident à nous sentir unis et en harmonie avec notre environnement. p 66



### PERCUSSIONS ET DAN TIAN

Le massage par percussions (Da Gong) permet d'entretenir son corps en mouvement. Une manière conviviale et rythmée de se connecter avec son propre corps pour sentir le lien avec le corps social.

Le Dan Tian, le "champ de cinabre", est notre deuxième cerveau selon les Taoïstes. Où se situe ce centre énergétique ? Serait-il la source de toutes choses ? p 41



### Dossier spécial : le TAO SOCIAL

Le Tao de l'engagement social p. 3  
Les enfants de Chenjiagou p. 9  
La voie royale de la thérapie p.15

### Infos Tao

Brèves p. 22  
Courier des lecteurs p. 23  
Manifestation p. 26  
Communiqué ministériel p. 32  
Communiqués fédéraux p. 36

### Tao Santé

Le massage percussions p. 41  
Dan Tian, foyer d'énergie p. 47

### Calligraphie

Images vivantes de la réalité p. 50  
Brèves p. 54

### Philo Sciences Tao

Le lien : Qi / Energie p. 54  
La légende du Lièvre de Jade p. 61  
L'année du Chat ou du Lièvre p. 63  
Premiers pas du café-Tao p. 64

### Dossier le TAO social

Les Dan dans le Wushu ! p. 70  
Le sens des Dan au Japon p. 74  
Carnet d'adresses p. 78  
Boutique TAO p.14, 21, 60 et 79  
Anciens numéros p. 81  
Page d'abonnement p. 82



# LE TAO DE L'ENGAGEMENT



# SOCIAL

**Martine Buhrig & Trinh Quôc Chinh ont choisi d'œuvrer ensemble dans le corps social en se nourrissant de la VOIE des Arts Martiaux.**



**D**epuis 6 ans, ils animent, au printemps et en été, une série de sessions d'arts martiaux. Ces sessions sont particulières parce qu'elles sont accompagnées d'un thème de réflexion : sérénité, paix, sagesse, désir... et se déroulent dans un lieu monastique (monastère des moines bénédictins), au pied du Ballon d'Alsace, près de Belfort.

Le cadre est privilégié, rempli de calme et de recueillement. La place du corps dans une pratique martiale rejoint l'esprit retrouvé dans une recherche spirituelle. C'est un peu le but de cette session. Allons à la rencontre des deux animateurs, un peu hors du commun, puisque leur engagement dans les arts martiaux prend au cours de l'année un caractère bien social.



- **New Génération TAO** : Martine & Chinh, parlez-nous de l'historique de vos sessions à Chauveroches, à quel moment avez-vous commencé cette aventure ensemble ?

- **Martine Buhrig & Trinh Quôc Chinh** : C'est d'abord une histoire d'amitié entre les moines et nous. A un



*S'engager entièrement... pour que 7 jours soient comme un seul jour*

moment donné, ils voulaient travailler sur le corps, sur l'harmonie entre corps et esprit. Nous avons commencé l'aïkido et par la suite le zazen afin de leur faire découvrir l'importance du corps dans la pratique martiale. Pour les moines, c'est une recherche de l'équilibre, une manière de se maintenir dans la vie quotidienne, comme dans la prière, dans un cadre monastique bien entendu...

Nous avons en même temps pris le temps de réfléchir sur les textes concernant un thème spécifique tel que la sagesse ou le désir. Au fur et à mesure la session s'est ouverte à d'autres personnes extérieures au monastère, toujours en communion avec les moines. Nous leur proposons ainsi différentes activités à pratiquer ensemble tout au long du séjour, à savoir :

- posture assise de concentration : le Zazen,
- enchaînement des postures énergétiques : le Tai Ji Quan,
- pratique corporelle en relation

- avec l'autre : l'Aïkido,
- travail avec les armes : le Iaidô.

Ces activités ont pour but de prendre conscience du geste, de l'apprentissage d'une rigueur dans la posture, la concentration et la vigilance.



- **N.G.T.** : Au cours de chaque session, vous insistez sur le terme d'"engagement". Pourquoi ?



*Le travail au sabre est un travail sur soi*

- T.Q.C. : Dans la vie quotidienne, nous n'avons pas l'occasion de nous engager vraiment, sinon sous l'impulsion d'une incitation extérieure : promotion, gagner beaucoup d'argent, etc... Ici, l'occasion est donnée de s'engager corporellement, visiblement et de s'impliquer dans tout acte, même dans la prière des moines, pour que "7 jours soient comme un seul jour". C'est vivre entièrement avec soi-même et avec les autres présents.

*Si l'on ne s'engage pas,  
on ne peut pas  
progresser.*

C'est peut-être la condition pour atteindre ensemble quelque chose dans un temps si court. L'engagement se traduit par une attitude, une action, un état d'esprit. Chacun est appelé à revenir constamment sur cette condition du stage.



*Séance de Tai Ji Quan style Yang dans un cadre paisible*

- N.G.T. : N'avez-vous jamais douté de ce que vous avez entrepris ?

- T.Q.C. : Il faut oser. L'engagement c'est aussi la sincérité des participants, avec leur fraîcheur, leur enthousiasme et leur chaleur. Chacun avec sa perception, son affectivité réalise ce projet. Nous sommes dans le cadre du monastère qui nous

permet de vivre comme à l'intérieur d'un temps de retraite. Il est possible de se retrouver, de se ressourcer, de retrouver ses racines originelles, de vivre une démarche dans l'amitié, dans l'esprit de famille, avec beaucoup d'ouverture et de partage. L'harmonie d'une journée consiste dans l'alternance d'études de textes, de travail technique, de service communautaire (cuisine et tâches ménagères) mais aussi de fêtes. Ainsi toutes les activités, comme les disciplines d'arts martiaux s'articulent autour de l'engagement vis à vis de soi-même et vis à vis des autres.

- N.G.T. : Vous donnez aussi beaucoup de place au silence ?

- M.B. : Oui, cette relation non verbale permet de découvrir, de redécouvrir l'engagement. Il est important de se connaître soi-même pour partager avec les autres, être avec les autres avant d'envisager de les aider, de se ménager un espace équilibré d'harmonie. Donc beaucoup de silence dans le travail technique, une certaine rigueur dans les rencontres silencieuses.

- T.Q.C. : Par exemple le silence vécu pendant le repas du soir, comme dans les traditions monastiques, permet d'apprécier la nourriture, de laisser décanter tout ce qu'on a vécu pendant la journée, c'est un temps pour se retrouver... Ainsi les moments de fête à la fin de la journée prennent un sens plus grand encore !

- **N.G.T.** : Et le souffle vital... Vous insistez aussi sur le travail du souffle et de l'énergie. Martine, toi qui es responsable du club "Souffle et Énergie", peux-tu nous en développer ce sens ?

- **M.B.** : La respiration est la vie humaine et la vie humaine consiste en une respiration. J'aime citer **Maître Kodo Wasaki** : *"Notre inspiration est celle de l'univers, notre expiration est aussi celle de l'univers, nous avons par notre respiration le pouvoir de balayer le mal et d'accomplir la grande oeuvre d'unité"*.

*La respiration  
est la vie humaine  
et la vie humaine  
consiste en une  
respiration*



*Etude des textes en cercle pour aider l'échange d'idées et d'énergies entre les participants*

On peut pratiquer beaucoup d'arts martiaux, mais sans acquisition d'une



*Chinh avec ses nombreux élèves de Tai Ji*

certaine respiration, effectivement on n'arrive pas à toucher l'essence de l'art. C'est en effet la base pour devenir peu à peu soi-même et être à l'écoute et en harmonie avec les autres.

- **N.G.T.** : Et le laïdo ?

- **M.B.** : C'est un art d'une concentration extraordinaire. De l'art du sabre doit jaillir la lumière, un art de transformation interne important. Sans travail sur soi, le fait de dégainer, rengainer constamment devient une folie. Cela serait sans intérêt.

- **T.Q.C.** : La pratique du sabre japonais c'est comme un apprentissage de la connaissance de soi, anachronique, mais le travail au sabre, c'est un travail sur soi. Sortir le sabre, se couper soi-même, couper tout ce qui dépasse : mauvaises attitudes, mauvaises manières de vivre, pour ne laisser que ce qui est **"origine"**. Chez les bouddhistes, c'est l'essence du Bouddha.

C'est une manière de percevoir les choses de l'intérieur, une compréhension mutuelle, un changement de fond qui se transmet par une expression corporelle.

- **N.G.T.** : Passionnés de cet art de vivre, l'un et l'autre, vous essayez de partager cette passion, parfois gratuitement avec des couches sociales défavorisées. Pourriez-vous nous en dire davantage ?

- **T.Q.C.** : Pour moi, le fait de donner des cours à des détenus est une expérience



*La convivialité fait partie des règles essentielles de l'engagement social*

comme une autre. Je ne recherche pas une occasion mais je saisis l'opportunité, si je peux faire quelque chose, je le fais.

- M.B. : Pour moi, c'est volontaire, peut-être à cause de ma profession (assistante sociale). Je désire que les arts martiaux soient ouverts à toute personne quelle que soit son niveau économique. Avec mes anciens élèves, nous avons créé un club d'arts martiaux, où nous enseignons notamment l'Aïkido et les bases de Tai Ji Quan. Un lieu de pratique à vocation sociale, si l'on veut.

Là les gens peuvent se rencontrer, échanger et s'engager. Parfois, les échanges vont beaucoup plus loin, que ce soit au niveau culturel ou religieux. Les personnes, croyants ou agnostiques, s'ouvrent ainsi à des croyances différentes, judéo-chrétienne, bouddhiste, taoïste, autour des thèmes de réflexion comme ceux déjà évoqués plus haut.

Au niveau des sessions ou clubs, nous tenons à accepter toutes les personnes, adultes ou enfants, quelque soit l'âge, le milieu culturel ou professionnel. Nous pouvons donc développer ce caractère bénévole auprès des pratiquants. Si

*Nous sommes professeurs d'arts martiaux par choix et par chance : oui, nous avons la chance d'exercer une autre profession qui nous fait vivre.*

l'on peut éviter les scissions entre les gens dans la société par une manière ou une autre, pourquoi ne pas le faire ?

Propos recueillis par N.C.L.

**TRINH Quoc Chinh** : 1C boulevard de l'Europe -apt 01- 28100 Dreux  
Tél. : 02 37 46 58 19

**Martine Buhrig** : 12 rue Xavier Privas 69008 Lyon Tél. : 04 78 74 57 63  
Auteur du livre : "Réussir l'insertion, accompagner la reconnaissance sociale". Chez Chronique sociale, 1966.

Se concentrer dans son centre pour sentir le Kiâi !!!



## Les PARCOURS d'une VOIE SOCIALE



**TRINH Quoc Chinh** (né en 1948) est d'origine vietnamienne. Arrivé en France en 1967, il est aujourd'hui professeur de physique-chimie dans un collège. La qualité de son parcours ne peut se comprendre que si l'on considère son handicap physique : *“Depuis mon enfance, j'ai un handicap assez lourd à la jambe droite, ce qui rend difficile ma vie de tous les jours.”*

À la faculté il se disait : *“il est temps de ne pas oublier le corps mais de le considérer”*. Pour cela il voulut pratiquer un sport et se dirigea vers les arts martiaux car à la simple vue de l'Aïkido, il pensa : *“c'est une pratique faite pour moi”*. Après un certain temps de pratique de l'Aïkido il s'est tourné vers d'autres disciplines, principalement le Zazen, l'assise de concentration. Et à travers le Zazen il fit une véritable redécouverte du bouddhisme.

Issu d'une famille bouddhiste, il n'avait pas encore reçu jusque là de formation religieuse : *“Ce fut un cheminement de redécouverte du bouddhisme et par la même occasion de redécouverte de mes origines”*. Au contact des moines bénédictins, il est amené à pratiquer le Tai Ji Quan et à partager avec eux cet art martial interne, qui ne nécessite pas un engagement corporel trop puissant. Au fil des jours, Chinh, gradé 3e Dan, est devenu responsable du club d'Aïkido à

Vernouillet dans la banlieue de Dreux et assure aussi la responsabilité du club de Tai Ji Quan dans cette même ville. Chinh pratique également le Do In, l'auto-massage et le shiatsu, le massage sur l'autre et aussi le laïdo, l'art du sabre. Depuis près de 2 ans, il donne des cours d'arts martiaux à des détenus de longue peine à la maison d'arrêt du Val de Reuil, à côté de Rouen.

**Martine BUHRIG** (née en 1951) est française. Toute jeune, elle pratiquait déjà le Zazen. Mais cela ne suffit pas à canaliser “toute l'énergie en elle”, elle commença alors l'aïkido, “art de méditation active” qui se révèle lui convenir parfaitement. *“Les arts martiaux ont régulé ma vie et me permettent de vivre avec plus de sérénité en complémentarité avec le travail que je fais”*.

En fait si la rencontre avec Deshimaru l'avait fortement marquée, sa situation professionnelle comme assistante sociale, travaillant avec des exclus, des SDF, l'a acculée à vivre souvent des situations difficiles, parfois violentes, où l'esprit des arts martiaux lui apporta réconfort et appui. Professeur bénévole d'aïkido (3e dan) à Lyon, elle est responsable du club KIDAN et du club Souffle et Énergie, très ouvert à des milieux socialement marqués. Elle ne cesse de développer le travail de respiration et de méditation taoïste, sans oublier les mouvements de base du Tai Ji Quan.



# Le TAO SOCIAL

## Art du combat chinois



Par Geneviève GANCET, enseignante de Taï Ji  
Quan style CHEN à l'Association Kien Li  
Photos Alain CAUDINE

Pour les fous  
de Taï Ji Quan  
CHEN que nous  
sommes, la  
"Mecque du  
Taï Ji" c'est  
CHENJIAGOU !

# LES ENFANTS DU VILLAGE DE CHENJIAGOU

Un séjour en Chine de presque un mois ne peut se résumer en quelques lignes : tant de rencontres, de situations inhabituelles, d'impressions diverses se sont offertes à nous ! Aussi me paraissait-il important au fil de cet article, de communiquer ce qu'il y a de plus populaire et vivant dans le Taï Ji Quan, de par son origine et de par la manière dont il imprègne la vie des héritiers de la transmission CHEN, les enfants de Chenjiagou.





Notre séjour s'est déroulé au moment du 5ème Congrès International de Tai Ji Quan de la ville de Wenxian, organisé par le Centre d'entraînement de Taiji, Centre dirigé par les Maîtres WANG Xian & CHEN Zenglei (19ème génération).

## Chenjiagou, humble village

Lorsque nous décidons d'aller visiter Chenjiagou, la météo n'est pas très favorable mais cette localité n'est qu'à une petite demi-heure de route de Wenxian. La pluie ne nous dérange pas plus que la chaleur moite, à laquelle nous commençons à nous habituer. Dans le minibus quelque peu rafistolé, Alain CAUDINE, Alain CHAUVÉAU et moi-même partons en compagnie de LI Yuxi, notre guide, de Maître ZHANG Dongwu\* (20ème génération) et de deux ou trois autres personnes du centre de Taiji, heureuses de profiter du voyage.



Monument funéraire de CHEN Zhao Pei, 18<sup>e</sup> génération

Une stèle commémorative plantée à l'entrée de la bourgade, en bordure de champ, annonce Chenjiagou, premier maillon de la transmission du Tai Ji Quan. Et là, pour les occidentaux que nous sommes, c'est l'instant magique, le choc émotionnel, si loin de la France. Aucun doute, quelque chose, un souffle, rend ce lieu sacré...

Est-ce la rusticité des rues et des bâtisses de briques rouges et de pisé brun, conservant au village son cachet d'autrefois ? Certains murs, plus hauts que d'autres, signalent les maisons des notables, les protégeant ainsi, trois siècles plus tôt, d'éventuels assaillants. Nous arrivons devant la lourde porte de la maison de CHEN Dehu, là où CHEN Changxing, descendant à la 14ème génération de la famille CHEN, transmettait il y a presque 200 ans le Tai Ji Quan reçu de CHEN Wang Ting (1600-1680), aux héritiers de la famille CHEN.

CHEN Dehu (17ème génération), natif de Chenjiagou, tenait auparavant une boutique d'apothicaire à Taihetang, dans

la province du Yongnian. Il avait pour apprenti un certain YANG Luchan (1799-1871), originaire d'une famille pauvre de cette même province. CHEN Dehu emmena son serviteur à Chenjiagou, et là, secrètement, celui-ci observa les séances de transmission intra-familiales, dirigées par CHEN Chang Xing (1771-1853). Le Maître finit par reconnaître la valeur et la qualité de l'humble observateur, et l'admit comme disciple.

Ainsi YANG Luchan étudia-t-il avec CHEN Chang Xing les secrets de l'Art de la famille CHEN, dans la maison de CHEN Dehu, pendant 7 ans. "Fukui", comme YANG Luchan se surnommait lui-même, revint dans sa province d'origine, puis retourna une deuxième fois à Chenjiagou et enfin partit enseigner le Tai Ji Quan à Pékin, où, défié par de nombreux maîtres, il emporta la victoire et fut surnommé "l'invincible Yang".

Mais la plupart de ses élèves étaient des fils de familles nobles, soucieux avant tout d'entretenir leur forme physique, sans plus. Aussi YANG Luchan minimisa-t-il, et transforma-t-il, les mouvements plus intenses, plus martiaux, plus compliqués, en des mouvements plus simples, plus doux.

## Ainsi le style CHEN a donné progressivement naissance au style YANG...

au fur et à mesure des nombreuses modifications apportées par YANG Jianhou, fils de YANG Luchan, puis YANG Chengfu, son petit-fils, au siècle dernier et au début de ce siècle.

Grâce à la vigoureuse promotion effectuée par YANG Luchan, le Tai Ji Quan créé par CHEN Wang Ting s'est popularisé dans le monde entier, bien au-delà des murs d'argile de Chenjiagou...



"Répandez la sagesse". Stèle commémorative au futur musée de CHEN Wang Ting

## Des lieux chargés de mémoire et de Qi...

Pour ouvrir la porte massive de la demeure de CHEN Dehu, il faut aller demander la clef au vieux gardien qui habite dans la maison voisine. Sur les pas de porte alentours, les gens assis sur des tabourets ou tout simplement accroupis, nous regardent avec une curiosité bienveillante. Nous échangeons sourires et saluts : "Ni Hao !"

La salle principale de la maison de CHEN Dehu, marquée par l'empreinte de CHEN Chang Xing, a été transformée en musée. Le buste du détenteur des secrets de la lignée CHEN trône au centre de la pièce. De part et d'autre, deux scènes rappellent les grands moments de



*La fameuse scène d'entraînement entre YANG Luchan et CHEN Genyui*

Dehors, nous attendent la fraîcheur relative du jardin, l'ombre des pins et de quelques accacias ténus. Le jardin sent la terre humide et chaude, les feuillages tremblent un peu sous les premières gouttes de pluie. Notre accompagnateur estime qu'il nous reste un peu de temps avant l'averse, pour aller visiter le petit cimetière où est enterré le fameux descendant des CHEN à la 18ème génération, Maître CHEN Zhao Pei, dont les disciples renommés transmettent actuellement dans plusieurs pays l'art du style CHEN. Ce sont Wang Xian, CHEN Zhenglei, CHU Tiancai et CHEN Xiaowang.

Pour nous, le détour est indispensable. Notre groupe chemine un moment dans la rue principale de Chenjiagou, toujours accompagné par les joyeux gamins et tant pis pour la pluie qui menace de nous arroser copieusement. Nous courons, traversons un champ dont l'argile sèche et fendillée, mêlée de pluie se fait boueuse, et filons à l'abri... derrière la pierre tombale de Maître CHEN Zhaopei (1893-1972). Sous la généreuse frondaison des pins, nous réalisons difficilement que le grand Maître repose sous nos pieds, sous le tumulus dépouillé où rampe un maigre lierre. Un garçonnet joue à cache-cache autour de la stèle du Maître. C'est dans l'ordre des choses.



*Buste de CHEN Chang Xing dans la maison de CHEN Dehu*

la diffusion du Tai Ji Quan à partir de son lieu d'origine, le passage du flambeau de CHEN à YANG : à droite, les statues de CHEN Chang Xing et de YANG Luchan, le second recevant le coffret aux secrets de la main de son Maître. A gauche, la deuxième scène représente YANG Luchan en plein entraînement avec le fils de CHEN Chang Xing, CHEN Genyui (15ème génération), devenu son "frère" de pratique, de même génération.



*Maître CHEN Zenglei 19ème génération*



*On ne dit rien,  
on est là sous la pluie,  
on se sourit tout à la  
fois étonnés, charmés,  
recueillis et respectueux  
de vivre ce moment  
si près du Tao.*

Plus tard, une deuxième visite à Chenjiagou nous conduit à faire la connaissance de CHEN Xiaojing, petit-fils du grand CHEN Fake (1888-1943) et frère de CHEN Xiaowang. La maison de CHEN Xiaojing est modeste, mais nous sommes accueillis avec la plus grande amabilité. CHEN Xiaojing, son fils, REN Guang Yi, nous ouvrent leur porte et nous offrent le thé, dans la plus grande gentillesse et avec la plus chaleureuse simplicité, ce sont les enfants de Chenjiagou, les descendants des CHEN, les maillons de la transmission.

### Saute-moutons, pirouettes et Tai Ji Quan.

D'autres enfants, que nous avons rencontrés sur le poussiéreux mais vénérable tapis du Centre de Tai Ji Quan de Wenxian, sont eux aussi des maillons de la chaîne, parce qu'ils apprennent cet Art venu de Chenjiagou, tel leur patri-moine.

Dans la salle d'entraînement, où tous les jours Maître ZHANG nous donne rendez-vous dès 8 heures 30, une ribambelle de mômes de 4 à 12 ou 13 ans ont déjà commencé leur échauffement sportif par un moment très joyeux de... défoulement. C'est là qu'ils expriment leur vitalité par des pirouettes, des roulades, des cabrioles et saute-moutons, et aussi par des simulations de Tuishou, comme leurs aînés, mais qui dégèrent parfois en de vraies bagarres. Puis ils se rassemblent en un groupe plus discipliné autour du "grand frère", adolescent chargé pour la journée de la responsabilité pédagogique : échauffements techniques, jogging et exercices autour du bâtiment, en préambule à l'apprentissage de Lao Jia,



Maître WANG Xian 19<sup>ème</sup> génération

la Forme dite Grande, ou au maniement éducatif des armes traditionnelles.

La première fois que les enfants nous voient traverser le tapis, leurs yeux fendus et pétillants s'arrondissent. A l'évidence, ils ont une folle envie de communiquer avec nous. Déjà, le premier contact est photographique, et ces moineaux sont tous contents de poser avec nous devant l'objectif.

Deux ou trois jours suffisent à créer des liens, depuis le jovial "Ni Hao" du matin, ou "hello", leur référence américaine, jusqu'aux rires gentiment moqueurs, les plus attachants recherchant



Une séance d'entraînement pour les enfants de Chenjiagou, la 21<sup>ème</sup> génération !!!



*Les jeunes gens continuent de répéter les formes et les principes du Tai Ji, perpétuant ainsi la tradition.*

le contact physique : une tape sur le bras, sur la main, pour nous inviter à admirer leurs performances acrobatiques héritées de Shaolin.

Un beau cadeau. Et puis il y a "Moustique", enfin celui que nous avons surnommé ainsi, garçonnet haut comme trois pêches de Pékin. A-t-il 5 ans, 6 ans ? Il cherche à nous faire admirer ses étonnantes galipettes, roues sur une main, festival de roulades avant, arrière... Mais il a aussi de solides cordes vocales et braille de tous ses poumons dès qu'il est bousculé par un plus grand.

Ainsi avons-nous assisté deux fois en deux jours, à peu près à la même heure, au règlement d'un conflit : bousculé malencontreusement – ou non – par un grand, Moustique s'effondre théâtralement sur les fesses, tête relâchée en arrière, et beugle de sa voix la plus déchirante toutes ses larmes de rage et de vengeance. L'agresseur accompagné de témoins s'approche alors de la victime

afin de régler la question, écoutant patiemment les pleurs rageurs comme une punition symbolique.

D'autres enfants les entourent en cercle d'arbitrage, palabrent, pèsent les torts, donnent raison à l'un ou à l'autre, calmement, cherchant à plaider à l'un la cause de l'autre. Au bout d'un bon quart d'heure, les larmes s'étanchent. Peut-être Moustique ne sait-il plus pourquoi pleure-t-il, mais il fut le pôle d'attraction, et tout est oublié dans un sursaut de gaieté.

*Un garçonnet de 10 ans,  
le regard candide, me  
donne son amitié en me  
tendant sa main.*

Dans une salle contiguë, réservée au Tui Shou, les jeunes futurs champions s'entraînent en prévision des compétitions du Ve Congrès International de Tai Ji Quan

de Wenxian, prévu pour la semaine suivante. Ces adolescents, sont comparables à des athlètes complets, car ils commencent à maîtriser aussi bien les fondements et les formes d'armes ou à mains nues du Tai Ji Quan, que les règles martiales liées au travail à deux. Nous admirons leur travail et nous nous sentons plus débutants que jamais.

Ainsi passent les journées d'entraînement allégées par l'ambiance primaires des "Taijiquanistes" en herbe, dont les pères, les mères, les grand-parents, pratiquent très probablement l'art transmis par CHEN Wang Ting, le plus naturellement du monde. Ils sont tous, au fil du temps, les enfants de Chenjiagou.

G.G.

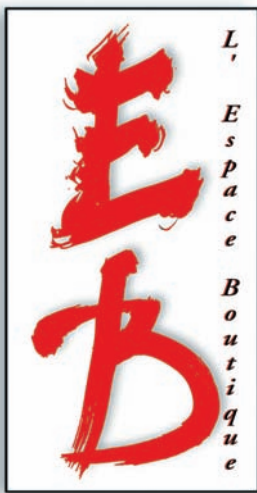
\* Cf portrait Génération TAO n°6



L'association KIEN LI organise au Pays Basque un stage de Tai Ji Quan CHEN du 5 au 15 avril 1999 sous la direction de Maître ZHANG Dongwu, 20ème génération de la famille CHEN.

Tél : 05 59 28 32 81 ou 05 59 62 27 04 / E-mail : kienli@aol.com

Pour les stages d'été à Chenjiagou, renseignez-vous auprès du QUIMETAO  
tél : 01 43 20 70 66  
fax : 01 43 20 56 21



# ESPACE BOUTIQUE

*New Génération TAO  
vous présente 2 vidéos cassettes  
réalisées de mains de Maîtres ...*

*Maître ZHANG Dong Wu 20<sup>ème</sup>  
génération pour le style CHEN  
de Tai Ji Quan -réf- KQTJ 1004  
-Durée 55' 148 FF*

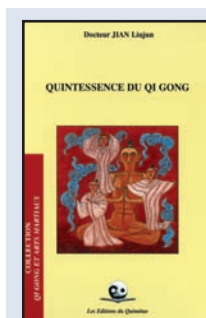
*Docteur JIAN pour les Milles mains sacrées  
du QI GONG DA MO -réf-KQQG1001  
- Durée 50' 135 FF*



**-10%  
pour les Abonnés**



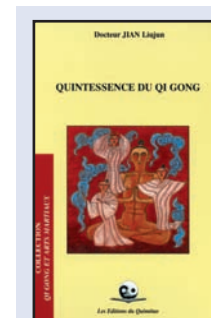
**Livre**  
Le thé et la santé,  
QIN Youpeng  
réf-LQST1002-  
136 p. 88 FF



**Livre**  
Quintessence  
du Qi Gong,  
Docteur JIAN  
réf-LQQG1001-  
177p. 135 FF



**Traitement du SIDA par la médecine  
et la pharmacopée traditionnelles  
chinoises, Dr LU Weibo a dirigé des  
recherches sur le SIDA, notamment sur les traite-  
ments par la M.T.C. qui ont obtenu des résultats  
importants. réf-LQSS1003- 130pages p. 99F**



**Cassette vidéo**  
Quintessence du  
Qi Gong,  
Dr JIAN Lujun  
réf-KQQG 1002-  
Durée 50' 150 FF



**Cassette vidéo**  
Qi Gong - Tai Ji,  
Maître TONG  
réf-KQQG1003 -  
Durée 60' 150 FF

Référence	Qté	Titre	Prix
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

Nom : ..... Prénom : .....  
 Adresse : .....  
 Code Postal : ..... Ville : .....  
 Tél. : ..... Fax. : .....  
 Pays : .....  
 Arts pratiqués : .....

Frais de port : 20 F pour 1 produit,  
 + 8 F pour chaque produit supplémentaire  
 Total prix ..... Abonné -10%= .....

**Tout règlement à l'ordre de : Les Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

# LE TAO SOCIAL Arts Martiaux

par le Docteur IRAMPOUR,  
médecin psychiatre, alcoologue, docteur en psychologie et  
doyen de la Faculté Privée des Sciences Humaines de Paris

VOIE ROYALE DE LA  
THÉRAPIE



# VOIE ROYALE DE LA THÉRAPIE

Le Docteur

008 B

Irampour  
a créé pour la  
première fois  
dans une  
structure  
psychiatrique,  
un groupe  
de thérapies  
basées sur  
les ARTS  
MARTIAUX !

A 400 <03





*Exprimer sa joie de vivre dans le mouvement*

**L**a célèbre école de psychothérapie de Palo-Alto (USA) démontre que la mentalité moderne a tendance à considérer des réponses compliquées (même si elles sont fausses) comme plus "scientifiques" que des réponses simples (même si elles sont exactes!).

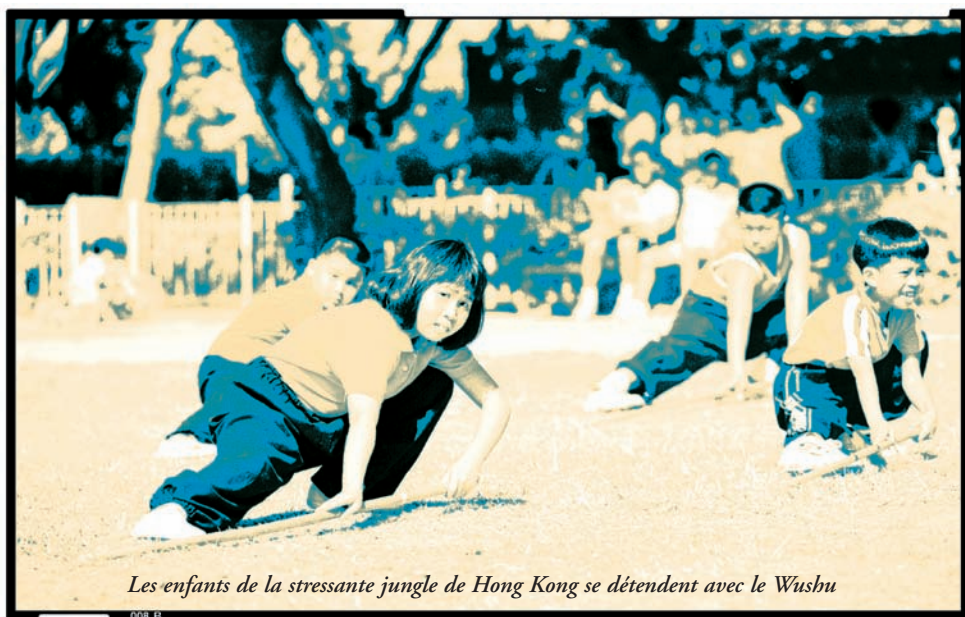
L'art martial est comme le zen, les yogas et bien d'autres pratiques énergétiques, une approche holistique, globale et essentielle. Il s'inspire du zen qui est une discipline visant la joie et l'exploitation des forces profondes de l'être (être essentiel) ; c'est-à-dire une manière de solution radicale contre l'angoisse, l'ennui de l'existence et les multiples souffrances de l'être (être existentiel). Dès lors on comprend sans peine la valeur hautement thérapeutique de ces disciplines dans lesquelles puisent les plus éminents thérapeutes modernes.

## Souffrances humaines

Certaines souffrances s'accroissent irrésistiblement ; beaucoup sont devenues de véritables fléaux. Quelques exemples en France : 7 millions de personnes ont eu maille à partir avec la dépression, 5 millions sont dépendants de l'alcool, 9 millions ont recours aux médicaments pour dormir. Des millions d'autres en nombre croissant utilisent des calmants... Parallèlement à cette évolution, il se produit une fragilisation des individus, tant au plan physique que moral et spirituel. Les causes fondamentales sont les mêmes : dysharmonie entre le corps et l'esprit, répression et sous-développement des fonctions essentielles pour la vie... Les symptômes en sont très variés : déprime, agressivité, méfiance, pessimisme, violence, intolérance, doute, tendances misanthropiques, anxiété, non-clarté dans l'esprit ou dans l'action, ambiguïté dans la conduite de la vie, absence de joie et du sens de l'amitié et de la solidarité... Tout cela favorise le recours aux stimulants, aux calmants, aux drogues et aux toxiques (alcoolisme, tabagisme, toxicomanies diverses). De plus, ces troubles frappent des personnes de toutes les catégories socio-professionnelles.

## Traitements classiques

La médecine classique ne peut apporter que des solutions partielles et très limitées. Face à ces problèmes (solitude, anxiété, etc.), le médicament ne peut guérir ces souffrances : si on soigne par les meilleurs médicaments actuels tous les troubles produits par l'alcoolisme, on ne peut guérir vraiment de l'alcoolisme. Par contre, il est possible de guérir des millions de personnes de leur dépendance à l'alcool par des méthodes éducatives. Il est également évident que l'écrasante majorité



*Les enfants de la stressante jungle de Hong Kong se détendent avec le Wushu*

des déprimés, anxieux... peuvent guérir grâce aux méthodes pédagogiques. Le médicament peut aider à atténuer le ressenti de ces souffrances mais sans une discipline



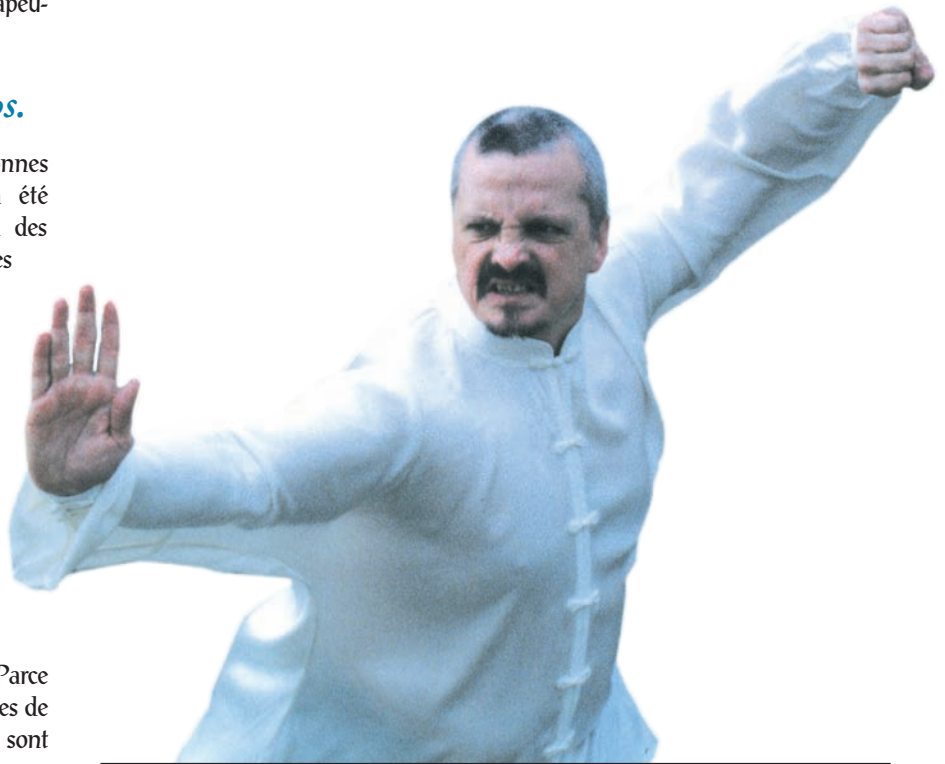
éducative appropriée on ne peut en guérir réellement. Par ailleurs, l'efficacité comme la validité de certaines méthodes psychothérapeutiques courantes sont contestées.

*... vers un retour au corps.*

Nous avons observé nombre de personnes (alcooliques, déprimées) dont la vie a été transformée grâce à ces disciplines... Un des aspects qui caractérise l'évolution actuelle des idées dans ces domaines est le retour au corps. Ceci par le biais des approches globales, psychosomatiques qui englobent, "ici et maintenant", à la fois le corps et l'esprit, leur relation et leur cohésion.

**Mutation scientifique**

Souvent des formations théoriques et intellectuelles à la psychologie donnent naissance à des thérapeutes peu communicatifs, "coincés", pessimistes et peu aptes à mobiliser les ressources de l'être. Parce que, mis à part le fait que les idées et dogmes de certaines écoles psychologiques actuelles sont contestables et même réfutées par des chercheurs modernes, l'intellect et le verbe à eux seuls sont très souvent des moyens thérapeutiques bien trop fragiles.



*La différence d'intention (le YI) sur une technique identique*

*entre une pratique de destruction et la VOIE (TAO) des arts martiaux*

*L'intellect faisant volontiers écran entre l'individu et la réalité et le verbe venant légitimer l'inaction et la passivité.*

Tout cela empêche de faire l'expérience qui "transforme" (à travers le vécu, l'émotion, l'énergie, l'action...). D'éminents thérapeutes pensent qu'avec ces formations classiques, idéologiques et sectaires, la théorie de l'être a subi une régression importante. Ceux-ci puisent dans les disciplines traditionnelles (tels que les yogas, les arts martiaux ...) qui ont à leur actif une sagesse millénaire, une longue histoire, des pratiques et de l'efficacité. Par conséquent, si des cas graves (très minoritaires) peuvent guérir ainsi, cela démontre que les cas non graves (la grande majorité des millions d'alcooliques) le peuvent encore mieux !



## La cause de ces souffrances

Ce qui explique à l'heure actuelle la progression des souffrances suscitées, c'est le **mal de vivre**. Celui-ci, répétons-le, se manifeste de diverses manières physiques et psychiques : anxiété, dépression, intolérance, solitude, manque de confiance, peur du changement, sentiment d'insécurité, etc. Tout cela est conséquence de troubles créés entre l'esprit et le corps, entre l'énergie vitale et la conscience, entre l'individu et la réalité concrète...

La pratique assidue de l'art martial (véritable art médical) agit à tous ces niveaux fondamentaux, rétablit l'équilibre, et fait disparaître ainsi les fondements même des anomalies, des souffrances et des troubles de tous genres (psychologiques, comportementaux, psychosomatiques). Ces arts constituent des traditions puisant dans la sagesse de vie, avec une philosophie, une science des réalités de la vie humaine supérieurement



*Benoît THAO et Patrick VAUREZ, deux anciens champions de Wu Shu*

rationnelles car les arts martiaux ne se limitent pas dans des exercices psycho-corporels (lesquels sont déjà hautement curatifs et thérapeutiques) mais comportent une intelligence de la conduite de la vie qui est une excellente médecine du corps et de l'âme.

En la matière, les grandes sagesse se rejoignent. Ici la sagesse de la médecine hippocratique rejoint celle des arts martiaux. D'après

Hippocrate : *"Tout trouble, toute souffrance, résulte d'une violation des lois de la nature"...* L'individu tout entier étant organisé autour de l'inquiétude, le souci et l'angoisse de l'efficacité dans la routine quotidienne, le Moi hérissé de défenses et de susceptibilités paralysantes s'installe progressivement dans des habitudes banalisantes et préjugés négatifs et dans un corps figé que seuls des toxiques tels que l'alcool et les drogues arrivent à détendre artificiellement et momentanément en le détruisant inévitablement.

Face à ces souffrances il faut des disciplines visant activement le relèvement de l'être global, psychique et physique : un exemple de ces disciplines utilisées est le yoga qui est pratiqué aux USA, en Europe et ailleurs, dans beaucoup d'hôpitaux spécialisés pour alcooliques ou toxicomanes, de cliniques psychiatriques, de maternités et bien sûr dans presque tous les gymnases, privés, municipaux ou universitaires.

Le yoga est une discipline psychosomatique remarquable dans laquelle se reconnaissent toutes les méthodes de relaxologie moderne (sophrologie, training autogène, Jacobson, etc.). L'art martial est issu de ce même état d'esprit. Il en est cependant une variante plus dynamique et plus énergétique (on pourrait appeler l'art martial comme le yoga de l'énergie). Il offre pour toutes les raisons inhérentes à sa théorie et sa pratique



*Une championne de Chine de Tai Ji Quan et de Bagua Zhang*

pédagogique, psychoénergétique et relationnelle, une forme de solution radicale face aux souffrances dont nous avons parlé...

Faisons un survol rapide des principales vertus de l'art martial :

### L'art du combat pour la paix

Tout d'abord il faut se pénétrer de l'idée qu'un art martial ne vise pas le conflit, la guerre ou la violence : il cherche au contraire à procurer la paix intérieure et la confiance en soi.

*Le disciple des arts martiaux  
livre beaucoup moins la bataille  
dans la vie quotidienne que celui  
qui est en conflit avec lui-même  
(mal dans sa peau).*

Celui-ci est obligatoirement travaillé par la violence et l'agressivité (refoulée ou non). Cette violence n'est pas signe de courage ni de force. Au contraire, elle démontre le manque de maîtrise et de confiance en soi. Tandis que le disciple en question, préparé au combat (ayant retrouvé la présence et l'intelligence de son corps, donc son "courage") n'est pas travaillé par la peur et est en paix avec lui-même et l'environnement.



*La communication, la relation à l'autre se pratiquent grâce au Tui Shou (mains collantes) à tout âge*

### Le corps : lieu de tout

Notre corps est le lieu concret de tout ce que nous sommes : sensations, identité, énergie, sentiments, intuition, le moral, tendresse, communications ... Tout passe par le corps dont l'expression et l'entraînement psychodynamique et relationnel font partie des pratiques curatives et éducatives les plus puissantes. L'art martial fait passer en quelque sorte tout par le corps afin que l'équilibre fondamental soit rétabli (le reste se guérit de lui-même : doute, pessimisme, émotivité, paresse, agressivité, déprime, anxiété...).

### Communication

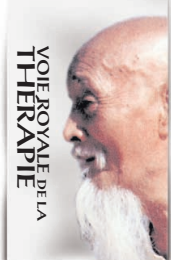
La communication est vitale dans la vie humaine. Toute maladie mentale résulte en dernière analyse d'un trouble profond de cette communication qui doit pouvoir, avant tout, s'établir entre les hommes ("l'être vivant essentiel pour l'homme, dit Hugo, c'est l'homme"). A notre époque, la communication, celle qui nourrit l'être et le transforme, est compromise. L'art martial vise à rétablir cette communication de manière la plus intense, en rendant le disciple attentif à l'autre, à sa présence vivante et concrète, à travers une relation où la disparition de l'autre n'est nullement souhaitée. Dès lors, au lieu d'éviter l'autre, on s'engage par des exercices simples dans une relation franche, directe et puissante avec son semblable. Et ce, sans alcool, sans verbiage falsificateur (rationalisations), sans faux-fuyant. Présence à l'autre par un corps-à-corps qui, l'individu s'authentifiant, le rend capable de coeur à coeur ! Tel est le sens même de l'amitié confiante et profonde qui en découle et qui constitue la "fraternité martiale".

### Valorisation des pouvoirs de l'être

L'aspirant arrive peu à peu à libérer des potentiels considérables en lui, issus des facultés naturelles refoulées dans la vie quotidienne : sensations, intuitions ...

### Invulnérabilité

La doctrine des arts martiaux diffère beaucoup des psychothérapies pessimistes et fixistes, ignorant les pouvoirs considérables de l'individu humain et se contentant des résultats superficiels auprès des hommes qui restent fondamentalement fragiles. Elles vident la libération des vraies forces de vie qui sont extraordinaires afin d'accroître de manière déterminante



(transformation) la résistance de la personne humaine. La recherche de cette "invulnérabilité" fait de l'art martial une véritable discipline à la fois préventive et curative qui a pu transformer beaucoup de vies.



## Energie

Nous sommes faits de matière et d'énergie. Il y a derrière tout trouble une perturbation énergétique. L'art martial, véritable "bio-énergie" de l'être, a défini depuis la notion cruciale du Hara ou Dan Tian : le centre de gravité bio-spirituel de l'homme. Il apprend à recentrer peu à peu l'énergie vitale afin de faire recouvrer l'équilibre.

## Combat contre les mythes

Trois des grands mythes de notre société de consommation sont : la vitesse, la technique, les progrès de la médecine identifiés à ceux des médicaments, il existe des méthodes plus ou moins utiles, plus ou moins efficaces...

*mais la vraie guérison nécessite une transformation globale, progressive et profonde de l'être.*

Celle-ci ne peut s'acquérir ni par une petite technique mais par une véritable discipline, ni rapidement, car il faut l'engagement dans l'effort et la régularité.

Quant aux médicaments, ils ne peuvent jamais nous permettre d'accéder harmonieusement et durablement aux forces profondes de notre être. L'art martial est une tradition humaniste et spirituelle. Il représente une spiritualité dont la

liturgie (gynasiarchie) est l'art du mouvement et l'alchimie de l'énergie humaine (partie intégrante de l'énergie cosmique).

## Thérapie pour des millions de personnes

La conséquence nécessaire et naturelle de sa pratique est la conscience de soi et de l'univers et la guérison des souffrances de l'être. Des millions de personnes travaillées par la peur, l'angoisse et le déséquilibre ont besoin de cette pratique. Si les praticiens d'arts martiaux en deviennent conscients, ils essaieront de travailler activement pour apporter une réponse à ces besoins et essaieront autour d'eux le courage, l'équilibre, la fraternité... Ils auront alors l'Amour de tous ceux qui viendront retrouver, grâce à ces disciplines, la foi en eux-mêmes.

Ces disciplines constituent la voie de l'avenir. Les professeurs d'arts martiaux doivent mettre au point des exercices très simples que des hommes de tous âges et de toutes conditions pourraient effectuer. Ces exercices viseront la mobilisation du corps, la perception des sensations, la recentration énergétique, la communication à travers le corps, le développement des aptitudes psychocorporelles... exercices qui seront excellents pour l'épanouissement de tous et le relèvement et l'équilibre de millions d'êtres.

**D.I.**

## *Diplômes d'Etudes Supérieures* Faculté Privée des Sciences Humaines de Paris

- 1) D.E.S. Relation d'Aide et Potentiels Humains
  - 2) D.E.S. Relation d'Aide et Dépendances (alcool, drogues, tabac, nourriture...)
- (D.E.S.) de base. En 10 week-ends + stage (toutes régions)

Après 30 années de recherches et de coopérations internationales, des chercheurs et universitaires de renom ont créé une Faculté Privée afin de dispenser des D.E.S. et des Synthèses vivantes inédites d'une complète clarté, comblant le vide d'une formation sur l'Approche Holistique et Globale de l'homme et ouverts à un large public. Enseignement que les candidats de toutes régions, Suisses, Belges, Canadiens, etc... sont venus recevoir régulièrement, en week-end à Paris.

Parmi les enseignants : Docteur Irampour (doyen), Pr M. Lobrot, Pr J.J. Rousset, Dr J. Vigne, M. Saucet, C. Portelance, F. Soufi...

Documentations disponibles à la Faculté Privée des Sciences Humaines de Paris :

21 avenue Marcel David, 94600 Choisy-le-Roi  
tél : 01 48 84 17 17 et fax : 01 48 84 11 06 /  
Internet : [http : // perso.infonie.fr / facpriv](http://perso.infonie.fr/facpriv)



# ESPACE BOUTIQUE

New Génération TAO vous présente en collaboration avec Tao Diffusion un éventail de livres et de cassettes vidéos, véritable accompagnement de qualité pour découvrir de nouvelles voies et approfondir votre pratique quotidienne.



**Qi Gong de l'amaigrissement & anti-stress**

**-10% pour les Abonnés**



### Cassettes vidéos

(VHS SECAM) + livret explicatif

- Qi Gong de l'amaigrissement & anti-stress pour équilibrer les émotions et le mental, Mme KE Wen réf-KTDQC 1005- Durée 75' 220 FF
- Nei Yang Gong - Qi Gong pour nourrir l'intérieur, Mme LIU Ya Fei réf-KTDQC 1006- Durée 60' 220 FF
- Les quatre méthodes de base de Maître Zhang Guang De réf-KTDQC 1007- Durée 78' 220 FF
- Qi Gong général - Qi Gong pour tonifier les poumons, Mme KE Wen réf-KTDQC 1008- Durée 60' 220 FF

Référence	Qté	Titre	Prix
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : ..... Fax : .....

Pays .....

Arts pratiqués : .....

Frais de port : 20 F pour 1 produit,  
 + 8 F pour chaque produit supplémentaire ..... F  
 Total prix ..... F Abonné -10%= ..... F

Directeur de publication  
et de rédaction

PoI CHAROY

Directrice Artistique

Imanou RISSELDARD

Secrétaire général

de rédaction

Manikoth VONGMANY

Assistante de rédaction

Delphine L'HUILLIER

Maquettiste

Franck RAVEL

LES RESPONSABLES DE RUBRIQUES

Qi Gong

Mme KE Wen

Wushu interne

Philippe RAFFORT

Wushu externe

Roger ITIER, SUN Gen Fa

Santé & massages

Dr JIAN, Jean MOTTE

Philosophie, Sciences et Tao

Manikoth VONGMANY

Calligraphie

SUN Wendi

Site Internet : webtao.fr

Dominique RADISSON

Ange PELMAR

Tao Internet

Ezéchiel SAAD

Dessins

Pierre KCERNIG

Culture Énergétique d'Ailleurs

Delphine L'HUILLIER

LES RÉDACTEURS

Dossier Tao social

NGUYEN T.C.L.,

Geneviève GANCET,

Docteur IRAMPOUR

Philosophie, Sciences et Tao

Georges SABY, F.X. TRAN,

NGUYEN C.L.

Santé & Massages

Pierre LAGORCE,

Marc FRÉJACQUES,

SONG Arun

Infos

Nadia HAMAM

PHOTOGRAPHIES

Fred SERRALTA,

André DUCLOS

CORRESPONDANTS ETRANGERS

BELG. : F.X. TRAN

& Paul MAES

CHINE : SUN Gen Fa

CRÉDIT PHOTOS ET

ICONOGRAPHIES ,

Renate FAULHABER,

Alain CAUDINE

CALLIGRAPHIE

Dr JIAN .M. KE, SUN Wendi

PUBLICITÉ

PoI CHAROY 01 45 35 24 64

Suivi de fabrication B.E.R.G.

Christian FERRET

Imprimerie

Mazzucchelli Roto Offset

Bergame Italie

ISBN N° 1278-3803

Commission paritaire

n° 1199 K 77577

Distribution NMPP.



Les Editions du TAO

3, rue Vulpian, 75013 Paris

Tél. : 01 45 35 24 64

Fax : 01 45 35 24 66

Pub : 01 45 35 24 66

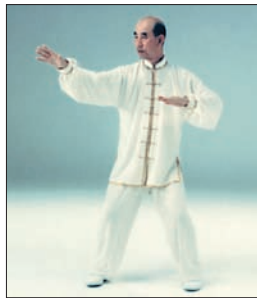
La rédaction n'est pas responsable des textes, photos et publicités, qui engagent la seule responsabilité de leurs auteurs et impliquent leur accord tacite pour leur publication. Les manuscrits ne sont pas rendus. La reproduction, même partielle des articles et illustrations de New Génération TAO est interdite. Les noms des marques qui figurent dans les pages rédactionnelles sont donnés à titre d'information sans aucun but publicitaire. Tout document de rédaction et d'iconographie ne sera pas retourné.

# Brèves

## Qi Gong de Chine

L'Association "TAO et SANTÉ" (Annecy) organise deux stages de Qi Gong à Annecy les 27 et 28 février avec Mme LIU Ya Fei, du Centre National de Qi Gong de Beidaihe (cf NCT n°7) : "Qi Gong pour nourrir l'intérieur".

Stage de Qi Gong les 29 et 30 mai 1999 avec Maître



ZHANG Guang De, fondateur du Daoyin Yang Sheng Gong. Programme : Qi Gong pour la beauté du visage ; Qi Gong pour le coeur et la circulation.

Rens : Marie-Christine SEVERE 04 50 27 79 17

## Message

Pour tous ceux qui auraient essayé de contacter Maryline CHANAUD concernant les cours de Tai Ji Quan de l'école WANG Jen Nien (NCT n°9), son service téléphonique ayant subi quelques dérangements, nous vous transmettons à nouveau ses coordonnées : 01 43 49 67 11

## Tai Ji Quan style Chen

L'Ass. KIEN LI du Pays Basque reçoit la visite de l'un des meilleurs experts mondiaux de Tai Ji style Chen, Maître ZHANG Dongwu,

du 5 au 15 avril.

Des facilités d'hébergement sont aussi proposées pour tous budgets.

Rens : 05 59 28 32 81 ou 05 59 62 27 04

## Tai Ji Quan en Belgique

Le Réseau Belge des Arts Internes Chinois propose, aux enseignants et à leurs élèves avancés, une rencontre autour du thème : "Wu Wei, le non-agir dans le Tai Ji Quan", le dimanche 14 mars 1999, de 10 h 00 à 16 h 00, à Bruxelles. Théorie et pratique avec François-Xavier TRAN, enseignant et pratiquant le Tai Ji Quan et le Wushu, à Forel (Charleroi).

Rens : Alain van Leckwyck, Tél/Fax : 00 (32) 02 / 762 44 17, Avenue Heydenberg 100/7, 1200 Bruxelles

## Qi Gong pour enfants & Dao Yin

Stage de formation pour adultes du Qi Gong des enfants avec l'Association "les Temps du Corps",



Laurence Cortadellas

les 17 et 18 avril.

Stage de Dao Yin Qi Gong pour adultes, au centre de danse du Marais à Paris, le 14 mars, toute la journée. Rens : Le Taureau par les Cornes Tél : 01 45 67 37 33

## Calligraphie

Pour les passionné(e)s de l'art de l'écriture en mouvement : SUN Wendi, responsable de la rubrique de calligraphie, anime un atelier le 2 mai à Paris. D'autres dates sont à prévoir.

Rens : 04 72 07 63 82 ou 01 47 08 45 85

## Ba Gua Zhang

Stage de Ba Gua, "boxe des huit trigrammes" du 22 au 24 mai à Brains (44) animé par Georges Saby et un assistant. Possibilité d'hébergement gratuit

Rens : 02 40 65 55 01

## Ecole Essence of Change

La pratique du Nei Jia Quan permet de découvrir la dimension intégrale des arts martiaux internes chinois.

Le Xing Yi favorise l'étude du mouvement du "corps total" et de la puissance qui en découle, le Ba Gua met l'emphase sur la maîtrise des spirales et enfin le Tai Ji Quan permet d'acquérir la fluidité, c'est à dire la meilleure relation entre l'interne et l'externe. Stages de Tai Ji Quan (26 Valence) les 29/30 mai et de Ba Gua Zhang (Lyon) les 01/02 mai.

Rens : Jean Michel Chomet 04 75 44 56 79

Illustrations  
de Pierre KOERNIG

En réponse à Maryline Chanaud (portrait "Une aventurière extrême du Tao" NGT n°9)

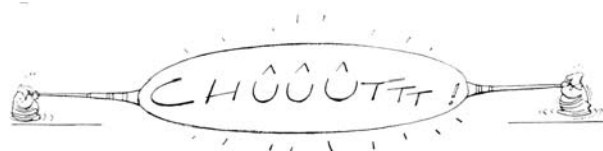
**Bonjour,**

*je vous écris pour réagir à la description de Maître Wang faite par Maryline Chanaud dans l'article qui lui est consacré. Elle décrit Maître Wang comme quelqu'un de physique, ne s'intéressant qu'à la bonne nourriture, ignorant pendant longtemps la spiritualité avant de la découvrir dans ses vieux jours. Comment peut-on réduire un homme qui se consacre depuis sa jeunesse au travail interne sur le souffle (neigong), techniques de développement et de sublimation du qi, dont on sait qu'elles ont pour ultime but l'obtention de l'immortalité et l'union avec l'univers, à une personne purement matérialiste ? Se pourrait-il que Maryline n'ait vu que le côté bon vivant et concret du personnage sans réaliser sa dimension spirituelle ?*

*J'ai vécu moi-même 10 ans à Taïwan (1981 à 1991) pour y suivre l'enseignement de Maître Wang qui comprend le travail de la forme, le tushou et le neigong. Je suis arrivée à Taïwan un an après Maryline donc, à un an près, à la même époque, et j'ai toujours considéré que la force qui émanait du personnage était autre chose qu'une simple force physique, mais résultait d'un travail personnel sur soi. C'est un bon vivant, il a bon appétit et s'en amuse, mais l'appétit n'est qu'une manifestation extérieure d'une santé à toute épreuve dont il s'est toujours vanté. La santé et la longévité sont des moyens pour accomplir le but ultime. Quand on voit le calme et le détachement du personnage et quand on sait qu'il a perdu femme et enfants tués par les japonais lors de la guerre sino-japonaise, comment ne pas voir qu'il y a derrière cette sérénité, cette présence calme et forte, une pratique quotidienne de la méditation.*

*Quant à dire qu'il n'a pas accès à l'invisible, Maître Wang, dans ses cours de neigong (méditation taoïste) a toujours parlé d'esprits parfois malfaisants dont il faut se protéger à certaines heures de la journée. Son cours est alimenté d'histoires*

## Discuter ensemble dans la différence



*extraordinaires qu'il croit, d'expériences personnelles vécues, en particulier pendant la guerre sino-japonaise, de rencontres avec les esprits des morts, il met en garde les pratiquants de neigong contre des entités qui viennent parfois les nuire et parle de réalisation dans le tao et d'union avec l'univers. Certes, il n'est pas ermite, il a refait sa vie à Taïwan, c'est un homme normal attaché aux valeurs confucéennes (respect de l'autre, observation des rites et contribution envers son pays), il mène une vie normale, fait partie de la génération de chinois qui ont participé à la reconstruction de Taïwan, aussi est-il attaché aux choses matérielles de base sur lesquelles on peut construire sa vie et surtout progresser dans la voie spirituelle. C'est un confucéen dans sa relation avec les gens et c'est un taoïste dans sa façon d'être, de pratiquer et d'appréhender la vie au sens le plus large : mouvement et manifestation du qi dans toutes ses formes, grossières et subtiles. Sa tradition taoïste est celle de l'école de la Montagne d'or (Jinahan), issue de l'école taoïste de la porte du dragon, et c'est cette tradition qu'il enseigne dans ses cours de neigong. Se peut-il que Maryline l'ignore ?*

**Sabine Metzlé**

**Sabine,**

il m'en coûte d'avoir à répondre à une amie par l'intermédiaire d'un magazine, mais grâce à toi les lecteurs de Génération Tao en savent davantage sur la vie et l'enseignement de Maître Wang. Il n'était pas dans mon intention de blesser ou de ternir l'image du Maître qui m'a tout enseigné sur le Tāi Ji, et par la même porter atteinte à l'ensemble de ses élèves. **Respect et reconnaissance sont des valeurs essentielles auxquelles je**

**demeure profondément attachée.** Peut-être n'est-il question que de malentendus et de maladresses sur des problèmes de terminologie ? ... Mystique ? Religieux ? Traditionnel ? Spirituel ? L'espace et le temps offerts à une interview ne permettent pas un travail dans la précision, précision à laquelle

pourtant j'ai consacré tout mon travail dans le souci de répondre au mieux à la transmission précieuse de l'enseignement de Maître Wang.

La spiritualité appartient à un univers relativement indéfinissable. L'Esprit vit partout et en tout.

Il EST, sans que nous ayons à le nommer, et je regrette d'avoir usé de raccourcis, peut-être un peu faciles, pour dire de Maître Wang qu'il n'était pas un être spirituel. Son humour prouve le contraire. Loin de moi l'idée de juger ou de donner des leçons. Je ne cherchais qu'à communiquer ce à quoi Maître Wang avait le plus contribué dans l'histoire de ma vie : un véritable enracinement pour obtenir une réelle conscience de soi et du monde qui m'entoure, le tout dans un souci d'ouverture et de totale liberté.

**Maryline Chanaud**

**Chers amis de NGT,**

*une remarque à propos de l'article : "Descartes contre Laozi". Ce que cet article confronte à Laozi, ce n'est pas Descartes, mais le cartésianisme, ou plutôt un cartésianisme, c'est-à-dire une version particulièrement réduite d'une oeuvre immense et complexe, laquelle continue d'alimenter recherche et réflexion, un peu partout. A partir de là, l'auteur développe des conclusions qui ont le mérite de la simplicité, mais l'inconvénient d'être appuyées sur un point de départ manifestement pauvre. Type de démarche, soit dit en passant, que Descartes se refusait, par règle.*

*L'article en question était modestement intitulé "point de vue". Les lignes qui précèdent ne sont qu'un point de vue sur*



un point de vue. Inspirées par un souci facile à négliger mais nécessaire à la bonne communication : rectifier les dénominations, comme disait l'autre.

**Pierre André de Lyon**

**Cher Pierre,**

voire distinction entre Descartes lui-même et le cartésianisme me semble parfaitement fondée. Je crois même qu'un auteur est toujours un peu trahi par la pensée qui se réclame de lui. Le Christ n'était pas chrétien, Marx n'était pas marxiste et Descartes n'était pas entièrement "cartésien". L'article que j'ai écrit pour Génération Tao est en fait la reprise d'un texte de présentation d'un café-philosophie qui aurait aussi bien pu être un thème de café-tao. Il fallait donc une "affiche" attrayante et un texte simple, d'où ce titre et ce contenu. Maintenant, si j'admets que Descartes vaut mieux que le cartésianisme, je n'en demeure pas moins un adversaire "philosophique" irréductible de la pensée originelle de Descartes. Mais il est évident qu'une critique profonde de la pensée de Descartes demande plus que quelques lignes. Quant à la présence de ce bref article dans la rubrique "point de vue", elle me semble appropriée, car il ne s'agit jamais là que d'un point de vue possible parmi tant d'autres.

Amicalement,

**Jean-Luc Berlet, philosophe et animateur de café-Tao.**

**Bonjour,**

Ce matin, j'ai acheté en librairie NGT. En lisant l'article "Massage d'hiver", du docteur Jian Liujun, j'ai remarqué qu'une erreur d'impression s'était glissée dans le 2ème paragraphe de la page 48. On peut y lire : "le poumon est un organe yang"... Ce qui est inexact, car le poumon est un organe yin ... de par sa position même dans la division Tāe yin. Certes, le rôle du poumon est le stockage du Qi, qui est de nature yang ... et l'action engendrée sera de nature yin, c.à.d de faire descendre le Qi ... Inversement au foie, qui est également un organe yin, mais dont le rôle est le stockage du sang (70 % de yin) et dont l'action est de faire monter, de pousser le sang grâce à 30 %

de yang ... Il est probable que peu de lecteurs porteront attention à ce détail, mais il serait regrettable que l'un de ceux-ci, à cause de cela, ait un mauvais jugement de votre magazine.

Bien sincèrement,

**P. Maury d'Aillant sur Tholon**

**Cher monsieur,**

Tout d'abord je vous remercie pour vos remarques qui vont me permettre d'évoquer à vous et aux autres lecteurs toute la dimension relative de la notion Yin/Yang. En effet il faut savoir que la notion Yin/Yang est en fait relative. On qualifie quelque chose de Yin ou de Yang par rapport à autre chose. Il s'agit donc d'une mise en comparaison : par exemple, la partie haute du corps est Yang par rapport à la partie basse qui est donc Yin.

Les organes (5 organes : cœur, foie, poumon, rein, rate) sont Yin alors que les 6 entrailles (estomac, intestin grêle, gros intestin, vésicule biliaire, vessie, triple-réchauffeur) sont Yang. Dans ce cas précis, on compare, on situe les organes par rapport aux entrailles.

Concernant les organes, il faut savoir que le cœur et le poumon sont Yang, alors que le foie, la rate et le rein sont Yin. Comment expliquer que le poumon est

Yang alors qu'il fait partie des organes Yin ? Il y a trois raisons essentielles :  
1/ le poumon comme le cœur sont situés dans la partie haute du corps  
2/ le poumon est en relation avec l'extérieur, ce qui en fait un organe Yang  
3/ la fonction du poumon est de diffuser l'énergie dans le corps.  
Voilà, j'espère que cette petite explication aura contribué à éclairer quelques aspects de la Médecine Traditionnelle Chinoise.

**Docteur JIAN Liujun, Directeur du centre QUIMETAO (Paris)**

**Chers amis de NGT,**

Suite à notre message publié dans le n°9 mentionnant le nom de notre ancien collaborateur Najib Bouchiba, celui-ci a demandé de publier un "Droit de réponse" pour expliquer son départ de l'équipe de rédaction aux lecteurs de NGT.

"Najib Bouchiba tient à préciser que la présence de son nom avec la mention "ami et partenaire" dans l'éditorial du magazine Génération TAO n°7 des mois de juin/juillet 1998 ne l'engage en aucune façon quant au contenu de cet éditorial.

En effet, Najib Bouchiba s'est toujours refusé, dans sa pratique sportive et artistique, à toute discussion de caractère politique ou confessionnelle. La R.P. de Chine est le pays où il poursuit ses études et recherches, et il tient donc à garder les meilleures relations avec la source de son





*Art et ne cautionne donc en aucun cas les propos tenus dans cet éditorial.*

*Cet incident est la principale raison pour laquelle Najib Bouchiba cesse de participer à la rédaction du magazine Génération TAO.*

**Fait à Paris, "en transit", le 15 janvier 1999. Najib Bouchiba**

J'ai été très étonné de la demande de Najib Bouchiba de passer ce qu'il appelle un "droit de réponse" pour informer les lecteurs de ses "raisons" d'arrêter son travail de responsable de la rubrique calligraphie à NGT.

Je tiens donc à diffuser ce droit de réponse de Najib et à y répondre moi-même.

L'un des grands reproches que nous adresse Najib est que ses "articles ont été à chaque fois censurés". Je le cite donc sans aucune censure :

*"(...) Lors de notre première rencontre, vous m'aviez demandé d'écrire dans votre magazine Génération TAO, j'ai alors accepté parce que je pensais que votre démarche professionnelle serait correcte. Hélas !...*

*Chaque fois que je vous ai confié un article, celui-ci a été modifié, sans mon consentement. Des mots ont été enlevés, rajoutés ou remplacés sans que j'en sois informé. Chaque fois, j'ai poliment demandé que mes textes ne soient plus modifiés. Encore, hélas !... J'ai donc décidé de ne plus participer à votre revue où le respect élémentaire des opinions d'autrui n'est pas assuré."*

D'après ses propos, il me semble que la soi-disante censure portait sur un point précis :

Le fait d'avoir effectivement changé l'appellation "Les premiers championnats du monde ont eu lieu..." dans son article intitulé "Les 4èmes championnats du monde de Kung Fu Wushu" (GT n°6 p.64) par la précision suivante "Les premiers championnats (...) organisés par la République Populaire de Chine". Cette indication nous semblait essentielle afin de préciser aux lecteurs qu'il y avait déjà eu d'autres championnats du monde que ceux organisés par la République Populaire de Chine, à savoir les championnats organisés par la Fédération Internationale de Chine Nationaliste, Taïwan. Dans un pays comme la France où l'esprit critique et la liberté démocratique sont



des valeurs fondamentales, il nous était difficile de ne pas mentionner ce détail.

Nous avons d'ailleurs remis, à la demande de Najib, ce qu'il avait initialement écrit dans le fameux éditao du n°7 dans lequel j'ai donné, au nom de l'équipe de rédaction, les raisons de notre interprétation et changement de "bout de phrase" (à nos lecteurs pour plus de cohérence). Si Najib veut bien relire cet éditao avec plus de recul et de sincérité il comprendra que son nom ne cautionne nullement les idées développées, mais que la mention de son nom était une façon démocratique de montrer que nous pouvions travailler ensemble, même dans une situation de désaccord d'opinions.

D'autre part, je tiens à signaler qu'il est difficile de travailler avec Najib, car son choix de vie et ses activités le rendent peu joignable, quand ce n'est pas impossible, et qu'il est donc difficile de lui soumettre les corrections effectuées sur ses articles avant de les publier. Un magazine n'est pas un livre d'auteur, il est soumis à des impératifs de places, des coupures et des nécessités de modifier les articles afin de mieux les calibrer dans la mise en page. C'est un travail d'équipe ("common work") qui demande une communication constante des informations et des feedback entre les partenaires. Tous les autres partenaires et rédacteurs acceptent cette réalité de la presse aussi compétents soient-ils dans leur domaine.

Je laisse les lecteurs juges du contenu des articles de Najib et de vérifier par eux-mêmes si notre travail collectif a modifié le sens de ses articles au point de justifier cette rupture avec nous.

Malgré ces points reprochés, nous ne pensions néanmoins pas que cela aurait amené à une rupture et surtout à une disparition de Najib sans nous donner de nouvelles, ce qui pour un responsable de rubrique me paraît un peu cavalier.

Travailler ensemble, travailler au sein d'un magazine c'est aussi savoir confronter des opinions différentes, c'est penser aux lecteurs et à leur diversité, accepter de diffuser l'opinion de courants divers, d'opinions contradictoires, assurant ainsi la pluralité des points de vue. Un magazine ne peut être le représentant d'un seul courant ou d'une seule école quelque soit leur qualité. Ce n°10 ne montre-t-il pas que des opinions et des groupes différents voire conflictuels peuvent aussi s'exprimer dans un espace de rencontres, à savoir le magazine ?

Pour terminer, au nom de notre amitié, (dois je rappeler à Najib que nous nous embrassons pour nous dire bonjour), j'aurais souhaité que Najib ose venir directement me faire ses reproches afin de s'expliquer et ainsi de nous faire avancer mutuellement, même dans le désaccord, tout en conservant par cette attitude notre estime et notre amitié respectives.

**Pol Charoy,**  
 Directeur de la rédaction

# LE 40 ÈME ANNIVERSAIRE DE LA FÉDÉRATION CHINOISE DE WUSHU



**L**es 15 et 16 novembre 1998 à Pékin, les Chinois se sont réunis pour fêter le 40ème anniversaire de la Fédération de Wushu. C'était aussi l'occasion de commémorer la mort de **Deng Xiaoping**. Ce haut personnage a contribué à la promotion du wushu. Il y a 20 ans, il a offert une calligraphie au Japon où il avait inscrit de sa main : "Le Taijiquan est un art magnifique". Ce souvenir reste ancré très profondément dans la mémoire des Chinois.

*Cette fête a rassemblé 10 000 personnes sur la place Tian An Men pour pratiquer le Taijiquan.*

Dans le même temps une soirée musicale intitulée "Éloge des arts martiaux" était organisée. Un grand nombre de pratiquants, professionnels et amateurs, adultes et

enfants, se sont prêtés à des démonstrations dans leur spécialité : taos à mains nues, avec armes, en combats combinés, danse du tigre, danse du

dragon.... se sont succédé, suscitant l'enthousiasme d'un très nombreux public. Certains ont prouvé qu'ils savaient également chanter et danser



## 《中华民族》

—大型武术晚会《武魂》主题歌

翟凤岗 词  
翟云飞 曲  
王悦 编

雄壮、豪迈地

上下五千年，纵横九百

六十万 中华民族 中华民族 伟大的民族，顽强的繁衍。

啊！ 躺倒就是山，站起顶着天！ 沧桑多巨变，

脊梁不能弯。 蛟龙出东海，雄狮吼山

瀚 世界 风云会 中华

立 其 间。

中国武术协会  
地址：北京市朝阳区安定路1号  
(中国武术协会)  
邮编：100101  
电话：64952056 64952057  
传真：64947208



Li Jie, ont décerné 8 grands prix à des personnes extérieures à la Chine ayant contribué au développement du wushu dans les 60 dernières années.

Ainsi ont été délivrées les récompenses suivantes :

- coupe de la contribution spéciale
- coupe de la commission olympique
- coupe du développement du wushu
- coupe de la littérature
- coupe des stars internationales (Bruce Lee, Jacky Chan, Li Lian Jee)
- coupe des stars nationales
- coupe des réalisateurs de films
- coupe du mécénat

Cette manifestation a été une réussite totale. Tout le monde espère maintenant que les arts martiaux chinois seront reconnus sport olympique en 2008. Confiante dans cette perspective, la Chine a fait acte de candidature pour organiser les Jeux Olympiques dans 10 ans.

au cours de ce "gala de wushu", premier du genre. En effet, toutes les personnes qui ont contribué à réaliser, organiser, et animer cette soirée étaient des pratiquants d'arts martiaux. Tous les moyens techniques et scéniques ont été mis en oeuvre pour

illustrer cet art et son histoire sous la forme d'un spectacle attrayant et séduisant.

Au cours d'un entracte, le Président de la Fédération Internationale de Wushu (I.W.F.), Wu Shao Zu, et le Président de la Fédération Chinoise,

SUN Gen Fa



# 8<sup>ème</sup> Fête du Tāi Chi Chuan à Rhéнан



**S**amedi 24 Octobre 1998, Lapoutroie, petit village niché au coeur de la montagne vosgienne...

En automne là-haut, plus qu'en toute autre saison, on ressent le besoin de se retrouver, les soirées fraîchissent, on ressort les chandails et les mitaines, on prépare des conserves pour l'hiver, on hume la terre et on se promène dans les bois en surveillant l'embrasement des feuilles de châtaignier sur le bleu naïf du ciel. Ce samedi, il y a une douce fébrilité dans l'air, les membres de l'association Arts & Harmonie font les derniers préparatifs des rencontres rhénanes de Tai Ji Quan.

Depuis huit années maintenant ces rencontres ont lieu. Au départ, pour la petite histoire, quatre enseignants ( il y avait à l'époque Song Arun, Christian Bernapel, Tran Duc Lai, le Dr Yang Jwing Ming) qui discutent autour d'un repas d'après stage, l'idée jaillit toute simple, pourquoi pas une rencontre pour échanger et partager les différents aspects de la pratique du Tai Ji Quan dans le bassin rhéнан, mais aussi pour se retrouver et passer un moment agréable ensemble. Convivialité, harmonie, respect, amitié et partage, c'est toujours dans cet esprit des fondateurs que la fête a lieu.

Cette année, on y a rajouté le samedi soir, moments propices pour la fête,

la discussion, la rencontre... Dehors, les bourrasques d'automne balaient des nuées de feuilles fauves, le four crépite et nous sert de fameuses "Flamenkueche" (tartes flambées traditionnelles au tofu). A l'intérieur, la fête bat son plein, les joues rosissent et les visages s'éclairent comme des "Jack'o lantern" d'Halloween, la soirée est ensorcelante et déjà sous la magie des musiciens, Vasyll avec ses instruments nous fait danser, Song et les autres amis guitaristes se font envoûtants... Ambiance, ambiance....

*Comme un frisson de bonheur...*



Dimanche 25 Octobre  
Comme des soleils, ils arrivent de partout, de Suisse, d'Allemagne, de toute

l'Alsace, ils sont plus de 200, comme des soleils ils vont illuminer cette journée par des démonstrations merveilleuses...

Présentation en groupes de différentes formes et styles tous plus beaux les uns que les autres, moment fort avec Guy Kienlen de Guebwiller en Chi Gong, magnifique duo à l'éventail de Cornélia Gruber de la Chaux de Fonds avec une de ses élèves, somptueux pas de deux en San Shou de Nicole et Song de Colmar et Cathy accompagnée de Serge, la musique avec Serge et Bernadette et le chant avec Véronique. La fête se poursuit par un excellent repas végétarien ou oriental concocté par Song et toute son équipe et reprend l'après-midi par des ateliers de Tui Shou, Tui Shou libre avec Gilles Petitdemange, atelier de Chi Gong sur l'enracinement avec Guy Kienlen et travail sur la spirale avec Tran Duc Lai.

Et c'est déjà l'heure de se quitter, les participants se regroupent en cercle autour de Song, se donnent la main, enchaînent quelques danses traditionnelles, moment intense de partage et d'amitié, un dernier thé, une dernière pâtisserie..."Où aura lieu la prochaine fête, à Lahr en Allemagne ou à la Chaux de Fonds en Suisse, on verra bien mais elle aura lieu, ça c'est sûr "on se reverra au stage de Tui Shou ou bien d'éventail".

"Pour se revoir, faut qu'on se quitte !!!!". "C'était comme dans un rêve, comme un frisson de bonheur...". La salle se vide, la nuit étoilée tombe sur Lapoutroie, après que l'oiseau ait chanté, la montagne est encore plus silencieuse...

**Gilles PETITDEMANGE**

# 2ème CONGRÈS NATIONAL DE LA F.N.M.T.C



Le dimanche 1er novembre s'ouvre sur la conférence du Docteur Siavoch DARAKCHAN qui intervient sur "l'ostéoporose". Le Docteur nous présente les principaux syndromes reconnus en M.T.C et indique les nombreuses combinaisons de pharmacopée chinoise. A 10 heures, Bernard GEORGE-BATIER nous parle du "Qi gong thérapeutique" et après la pause, où comme la veille les congressistes ont

C'est à Aix-en Provence, les 31 octobre et 1er novembre 1998, dans le cadre contemporain de l'E.D.E.M (Espace d'Échange Méditerranéen), que s'est tenu ce deuxième congrès.

La centaine de participants est accueillie par le président de la F.N.M.T.C (Fédération Nationale de Médecine Traditionnelle Chinoise) Philippe TOUSSAINT. Le sujet, très ouvert cette année "Tradition et recherches en M.T.C", attire des étudiants et des praticiens de sensibilités très diverses. Et c'est devant ce riche public que s'ouvre la première communication... Le Docteur ZHANG SHAO HUA et Régis BLIN nous présentent la "Tradition et la théorie E.C.I.W.O (Embryo Containing Information Whole Organisation). Les techniques E.C.I.W.O, qui peuvent sembler très miraculeuses de par leur résultat, s'adressent à des pathologies en rapport avec des désordres du Ciel Antérieur. Ici, chaque partie du corps représente tout le corps. Ainsi, chaque point d'acupuncture est une zone E.C.I.W.O. On découvre alors des fonctions différentes de ces points ; également une compréhension du fonctionnement des points hors méridiens et de leurs effets spectaculaires. Une vidéo provenant directement de Shanghai est présentée.

Suit l'intervention de Jean-Pierre GUILIANI sur les "Huit merveilleux vaisseaux, les PA MO", en rapport avec le cycle menstruel. L'après-midi, la conférence du Docteur Jean-Pierre TEYSSEDOU sur le "psoriasis". Puis c'est le Docteur Jean-Pierre WILLEM qui aborde la "Médecine harmonique". Cet ancien chirurgien, créateur avec le ministre Kouchner de Médecins du

Monde, après avoir "fait" plus de 15 guerres en tant qu'Humanitaire, créateur avec CAICEDO de la Faculté de Médecine Naturelle à la Sorbonne, est aujourd'hui le président de Médecins aux Pieds Nus. Au milieu de l'après-midi arrive la remise des diplômes de la F.N.M.T.C, diplôme inter-école dit D.A.T (diplôme

contact avec divers exposants, c'est Marcel COSTE qui nous parle de "la cataracte". Après le repas de midi, Yves GIARMON aborde "l'horloge biologique", cette horloge bien connue qui voit monter dans chaque méridien une marée d'énergie une fois par jour. Enfin, le dernier intervenant de ce 2ème



d'acupuncture traditionnelle). A partir de l'an prochain sera mis en place le diplôme supérieur dit D.M.T.C (diplôme en médecine traditionnelle chinoise). Cette cérémonie est suivie par l'assemblée générale de la F.N.M.T.C et le soir même un repas dansant permet aux congressistes de mieux se connaître. Convivialité et bonne humeur sont au menu.

Le dimanche 2 novembre s'ouvre le congrès est Hervé de COUX avec comme sujet : "Le malade bien portant". C'est à partir de la prise des pouls que le patient ne présentant aucun symptôme particulier pourra être analysé de façon qualitative. Vers 17 h 30 s'ouvre la table ronde où les conférenciers peuvent répondre aux questions diverses qui subsistent encore.

Ces deux journées auront permis aux divers congressistes, dans une atmosphère décontractée mais consciencieuse, d'affiner leurs connaissances sur la médecine traditionnelle chinoise et d'aborder des traitements ou des techniques particulières grâce à la participation de spécialistes. Pour tous renseignements, contacter Yves GIARMON : 21, rue Berlioz / 06000 Nice Tél : 04 93 87 53 53 et fax : 04 93 88 21 66





# Championnats d'Europe de Wu Shu



s'imposait. Hélas, l'organisation des jeux ne fut pas irréprochable, et cela même dans une ville chargée d'autant de symboles comme Athènes. Apparemment,

4ème. La hiérarchie a donc été respectée puisque le jeune néerlandais Fei Baoxian (3ème aux derniers championnats du monde), habitué des podiums, termine



Les 7èmes championnats d'Europe de Wu Shu qui ont eu lieu les 27, 28 et 29 novembre en Grèce ont permis à l'équipe de France de ramener 6 médailles (une d'or, deux d'argent et trois de bronze), techniciens et combattants confondus. 20 nations avaient répondu à l'appel, ce qui représente plus de 180 athlètes. Des pays comme Israël, le Liban, la Yougoslavie, étaient présents. Avec autant de participants et des structures assez éloignées (hôtel / aire de compétition), une logistique sans failles

cela n'a pas trop gêné "nos français"... Arrivés le mercredi 25, la compétition ne débutait que le vendredi soir pour certains. C'est donc par une visite forcée de la ville que nous avons rongé nos freins pendant deux jours. Les seuls engagés pour le premier tour furent les techniciens Simon LAROCHE et Christèle DESNOS, ainsi que tous les combattants. Si ces derniers ont su tirer leur épingle du jeu, ce ne fut pas le cas des deux autres. Ils avaient fort à faire... Simon Laroche, malgré une condition physique irréprochable ne put faire que

premier dans les catégories Chang Quan, sabre et bâton. Melle Desnos, pour sa première participation à ce niveau, présentait le Nan Quan... Mais un manque de tonicité et un dépassement de temps lui ôtent toutes ses chances. Samedi, 9 heures. C'est au tour de Eddy MARIE-LUCE de se présenter à l'épée. Le duel est si serré qu'il se retrouve ex-oequo avec un italien : note finale 9.06. Suite à une nouvelle pondération des juges, le Français est finalement classé 2ème. Pas le temps de se lamenter sur



Médaille d'OR en combat : Mathieu TOULZA



Les autres médaillés de l'équipe de France au complet :  
Argent : Cyril ROUSSEAU, Bronze : Vang MOUA,  
Bronze : Stéphane ATTELY, Argent & Bronze : Eddy MARIE-LUCE



L'équipe de France FFKAMA au complet avec leur entraîneur ZHANG Xiao Yen.

cette décision car dans un autre tableau, il doit enchaîner avec la catégorie Taï Ji Quan. Un peu crispé, il ne peut défendre sa place de 3ème aux derniers championnats d'Europe et termine 6ème. Samedi, 12 heures. Après des repas en barquettes peu recommandables pour des athlètes, nous enchaînons avec le Nan Quan hommes. Turan BULENT et Farès ZEROU passent à l'action, mais sans succès. Ils terminent loin dans le classement général. Retour en lice de Christèle. Visiblement, en plus de sa contre-performance d'hier, une erreur de direction dans son tao à la lance nous révèle un manque de préparation. La sanction est immédiate. Quant à Thierry JURMAN, affectueusement appelé "papy wushu", il se retrouve premier de la liste au sabre. C'est un mauvais tirage, et malgré une forme limpide, sa note servira de référence pour les juges. Enfin, dernières épreuves techniques de la soirée avec la lance hommes. Le jeune Laroche, toujours en pleine forme, évolue dans son tao mais commet trois erreurs impardonnables et se classe 6ème. Marie-Luce enchaîne en espérant conjurer le mauvais sort. La chance cette fois-ci est de son côté puisqu'il accroche, malgré une mauvaise blessure, la 3ème place. Notre regard se tourne maintenant vers les combattants. Deux sont en finale pour demain et deux autres devront se contenter, non sans démeriter, du bronze. Il s'agit de Vang MOUA (terminant avec un poignet

cassé) et de Stéphane ATTELY (remplaçant au pied levé). Dimanche, 9 heures. La dernière épreuve technique au bâton ne donne pas de résultat. Par contre, en combat, nous aurons une médaille d'or et une d'argent. L'après-midi avait lieu la cérémonie de remise des médailles, mais suite à une incohérence dans l'organisation, nous quittons la compétition plus tôt que prévu. En résumé, nous avons un bilan mitigé. Si les techniciens n'ont pas été à la hauteur des espérances placées en eux, les combattants ont confirmé leur niveau sur le plan européen.

Voici les résultats définitifs :

### COMBAT :

OR : Mathieu TOULZA (cat. 80 - 85 kg) / ARGENT : Cyril ROUSSEAU (cat. 65 - 70 kg) / BRONZE : Vang MOUA (cat. 55 - 60 kg) / BRONZE : Stéphane ATTELY (cat. 75 - 80 kg)

### TECHNIQUE :

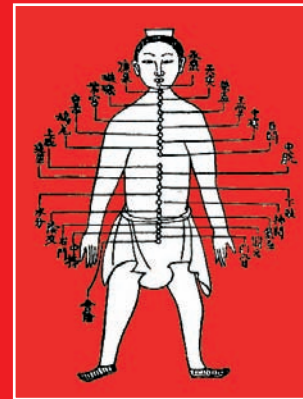
ARGENT : Eddy MARIE-LUCE (cat. épée) / BRONZE : Eddy MARIE-LUCE (cat. lance)

Le prochain rendez-vous est le 5ème championnat du monde qui aura lieu à Hong Kong en novembre 1999.

La partie sera certes plus dure, mais souhaitons malgré tout à la nouvelle équipe autant de réussite pour la suite.

**Eddy MARIE-LUCE**

## Le massage énergétique chinois



Le massage chinois tel qu'il est pratiqué dans la province de Shandong est une tradition millénaire qui s'est transmise de génération en génération. Les médecins traditionnels ont fait de cette technique un art thérapeutique.

Après sept ans passés à la faculté de médecine traditionnelle chinoise, le Dr Liu a étudié et approfondi les techniques de massage. Aujourd'hui, il utilise comme principale thérapeutique le massage. Après de nombreuses années et avec modestie, il a traité ses patients, affinant peu à peu ses techniques à l'hôpital militaire de Jinan (province de Shandong).

Lors de notre rencontre il s'est lui-même déplacé. Sans attendre, il nous a montré ses techniques de massage.

En quelques secondes nous ressentions un effet surprenant sur nos épaules. Nous avons tout de suite pensé qu'il serait une personne aimant communiquer son art. C'est pourquoi aujourd'hui nous lui proposons de venir enseigner en France.

### Stage intensif :

du 12 au 16 mai 1999

clôture d'inscription :  
le 31 mars 1999

BLAIN FORMATION  
74 rue Dunois 75013 PARIS  
Tél 01 45 84 53 28

# 4ème Tournoi International de Shuai Jiao

## Coupe du maire de Paris



photo André Ducloux

Le tournoi s'est déroulé les 12 et 13 décembre 1998 à la Grande Halle Carpentier, à Paris, dans le 13ème arrondissement (la 2ème plus grande salle de Paris) et a connu un très grand succès.

Ce tournoi était organisé sous le haut patronage du maire de Paris, en liaison avec la mairie du 13ème arrondissement et l'office municipal des sports du 13ème. 10 pays des 4 continents ont participé à cet événement international, avec 12 équipes et plus de 120 participants.

Les spectateurs ont pris un très vif plaisir à ce tournoi de Shuai Jiao (lutte chinoise traditionnelle), l'art martial le plus ancien de Chine (vieux de plus de 5000 ans), et ont pu apprécier ses techniques très spectaculaires et authentiques.

Les techniques de Shuai Jiao sont des techniques de combat au corps à corps et de projection. Les principes de base : "Utiliser la force de l'adversaire pour le

déséquilibrer par des saisies en haut, des balayages en bas, le tout avec des mouvements et des déplacements circulaires, en restant soi-même en équilibre".

*Ces principes sont illustrés par l'adage :  
"Quatre onces peuvent l'emporter sur six mille livres".*

Ce sport demande des qualités de souplesse, vitesse, force, équilibre, coordination, alliées à des qualités de loyauté, courtoisie et sagesse. Il est l'art de gagner avec élégance et sans violence. Il y eut 114 combats et le palmarès fut impressionnant :

### CLASSEMENT MASCULIN

#### Moins de 52 kg

1er/ Laurent VERCHERE (France) et  
2ème/ Alan LEE (USA)

#### Moins de 57 kg

1er/ Wen Shan LU (Chine);  
2ème/ Roger VICTORIN (France)  
3ème/ Justin TAN (USA)

#### Moins de 62 kg

1er/ Jin Sheng TIAN (Chine) ;  
2ème/ Ai Wei Ma (Chine)  
3ème/ Cino BELFIORE (USA)

#### Moins de 68 kg

1er/ Xi Xun HOU (Chine) ;  
2ème/ Thomas DESCH (USA)  
3ème/ Abdel Hafid DJEMAI (Algérie)

#### Moins de 74 kg

1er/Hai Ping WANG (Chine) ;  
2ème/ Abdel CUEMMI (Maroc)  
3ème/ Omar CHEHILI (Algérie)

#### Moins de 82 kg

1er/ Ban Dui YANG ;  
2ème/ Eric BROOKS (USA)  
3ème/ David VERA (Espagne)

#### Moins de 90 kg

1er/ Immanuel ROBINSON (USA) ;  
2ème/ Mathieu FRANCOIS (France)  
3ème/ Abdon SACRA (France)

#### Moins de 100 kg

1er/ Nicholas OSBORNE (USA) ;  
2ème/ Bu TANÇ (Mongolie Intérieure)  
3ème/ Vincent CORNING (USA)

#### Plus de 100 kg

1er/ Ba Da MA (Mongolie Intérieure)  
2ème/ Ba Yo DEM (Mongolie Intérieure)  
3ème/ John ERWIN (USA)

### CLASSEMENT FÉMININ

#### Moins de 62 kg

1ère/ Julie BOETTCHER (France) ;  
2ème/ Adjia OULD-CHICK (France)  
3ème/ Anna OLCZYK (Pologne)

#### Plus de 62 kg

1ère/ Hild HERTELEER (France)  
2ème/ Alva ERVIN (USA)

### LES RÉSULTATS PAR PAYS FURENT :

1er/ Chine  
2ème/ Etats-Unis  
3ème/ France

Le prochain tournoi de lutte chinoise en France aura lieu en l'an 2000 et ouvrira ainsi le 3ème millénaire. Notre souhait le plus grand : voir la lutte chinoise aux Jeux Olympiques de 2008.



photo José Lankunga





# Coupe d'Ile de France de Kung Fu Wu Shu de la F.K.W.S.

Photos  
André DUCLOS

Les championnats d'Ile de France senior se sont déroulés au gymnase Elisabeth (Paris XIVème) dans une chaude ambiance, avec la participation de plus de 160 compétiteurs.

## Coupe Ile de France senior 1998



### Mi-moyen (65 à 70 kg)

- 1 - Olivier PAINAUD de l'école Shaolin Tao
- 2 - Christophe BISSON de l'école Shaolin Tao
- 3 - Rudy ALLIX de l'ASJL

### Moyen (70 à 75 kg)

- 1 - Christophe CÉLIN de l'école Shaolin Tao
- 2 - Laurent JEAN-VINCENT de l'école Shaolin Tao

### Mi-lourd (75 à 80 kg)

- 1 - Olivier MARTY de l'école Shaolin Tao
- 2 - Raoul KPADONOU de l'école Shaolin Tao
- 3 - Fouad KHERRAKI de l'école Dragon de Neuilly

### Lourd (80 à 85 kg)

- 1 - Laurent BRULE de l'école Shaolin Tao
- 2 - Eddy ALBERI de l'école de Boxe Chinoise
- 3 - Gary KHEMIRI du KFC St Denis

### Toutes catégories (plus de 85 kg)

- 1 - Gérard QUESTIER de l'école Shaolin Tao
- 2 - David MARINHO du Kung Fu Club d'Enghein
- 3 - Ouatik KAMECHE de l'école Shaolin Tao

## FÉMININE

### Légère (moins de 55 kg)

- 1 - Marion ROUSVAL de l'école Shaolin Tao
- 2 - Sylvie PICHOT de l'ASJL
- 3 - Romaine VIRGILE de la WCA

### Moyenne (plus de 55 kg)

- 1 - Bettina MARGOSSIAN de l'école Shaolin Tao
- 2 - Monica FRANCISCO du club Daumesnil
- 3 - Isabelle AZIBANE de l'école Shaolin Tao

### Conseiller technique national :

**Antony DEHAS**  
Entraîneur national :  
**Noredine ZENATI**  
Commission ados :  
**Yvon MARTINEZ**  
Commission arbitrage :  
**Roméo PERICHON**  
Commission Sanshou :  
**Jean-Marc TOUCHE**  
Responsable adjoint Sanda :  
**Alain SAADOUN**  
Commission féminine :  
**Monique SAINT-MARC**  
Commission médicale :  
les docteurs **Yaël ASSAYAG**  
et **Eva SAFAR**  
Commission des grades :  
**Antony DEHAS**  
Ecole des cadres :  
**Roger ITIER**  
Responsable de la communication :  
**Frédéric PINLET**  
Commission d'organisation des manifestations :  
**Jean-Luc COLLINOT**  
Relations publiques :  
**Fabien FELLOUS**

### FKWS

40, rue de Romainville 75019 Paris  
Tél : 01 42 49 85 - 85  
et fax : 01 42 00 38 40



## Résultats du 29 novembre MASCULIN

### Plume (moins de 55 kg) :

- 1 - Hervé AIDE-KON de l'école Whu Shu Zhi Jia
- 2 - Christophe QUEVILLY du Kung Fu Club d'Enghein
- 3 - Kamel BEZZAOUIA de l'association Hong Chuan

### Léger (55 à 60 kg)

- 1 - Nicolas GARDRAT de l'école Shaolin Tao
- 2 - Miraldo CARAMES de l'école Tigre du Sud
- 3 - Moustafa MAZOUZI de l'école Shaolin Tao

### Super léger (60 à 65 kg)

- 1 - Mohamed DELMI de l'école Dragon de Neuilly
- 2 - Romain ROUSVAL de l'école Shaolin Tao
- 3 - Mohamed OUHABI de l'école Tigre du Sud

## Organigramme de la FKWS

Président :  
**Dan SCHWARZ**  
Secrétaire général : **Raymond RUBIO**  
Secrétaire adjointe :  
**Geneviève COMPOINT**  
Trésorier :  
**Jean-Marie BÉQUIN**  
Trésorier adjoint :  
**Emmanuel CECCOTI**



## LE POINT SUR LES ARTS MARTIAUX CHINOIS

En 1995, une enquête réalisée par les services déconcentrés du Ministère de la Jeunesse et des Sports a recensé 175 disciplines différentes s'apparentant aux arts martiaux et aux sports de combat. Une minorité d'entre-elles était rattachée à des fédérations reconnues, agréées ou délégataires. Une majorité de structures se développait donc en dehors de tout cadre réglementaire.



Fabien JAMBRO

Ce phénomène nouveau posait le problème, au-delà des risques certains de pratiques strictement commerciales ou d'éventuelles dérives sectaires, du contrôle de l'observation des règlements régissant les activités physiques et sportives et notamment ceux concernant la sécurité des pratiquants et la qualification des enseignants. Le Ministère de la jeunesse et des sports a donc entrepris de régler en plusieurs étapes les différents problèmes existants. Après la phase de recensement de 1995, la seconde étape, débutée en 1996, avait pour objectif de favoriser le regroupement des organismes les plus importants développant des pratiques authentiques. Les arts martiaux étaient concernés par ce dispositif. En effet, plusieurs structures organisaient, depuis longtemps pour la majorité d'entre-elles, la pratique de ces disciplines. Elles rassemblaient en 1996, plus de 25000 licenciés. Il s'agissait notamment de la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires (FFKAMA), la Fédération de Kung Fu Wu Shu (FKWS), la Fédération des Taï Chi Chuan Traditionnels (FTCCT), la Fédération des Associations de Qi Gong (FAQG) et la Fédération des Qi Gong (FQG). Le Ministère de la jeunesse et des sports a donc souhaité regrouper l'ensemble des clubs et des structures organisant les arts martiaux d'origine chinoise au sein d'une même fédération. L'objectif était que cette dernière obtienne, au terme de



l'olympiade, c'est-à-dire 2001, une autonomie totale et une délégation. De nombreuses difficultés n'ont pas permis alors de réaliser totalement ce projet.

En conséquence, sans abandonner le projet de réunification à terme, il a été décidé en 1998 de prendre en compte de façon séparée, et cela malgré leur complémentarité, les arts martiaux d'origine chinoise, dénommés dans leur ensemble Wushu et de dissocier les pratiques externes des pratiques internes et énergétiques.

Cette situation transitoire doit permettre dans les deux années à venir d'organiser une fédération des arts martiaux chinois pouvant se constituer à l'issue des états généraux de l'ensemble des clubs pratiquant ces disciplines.

Le Ministère de la jeunesse et des sports reconnaît donc actuellement d'une part, les pratiques externes dont la principale est le Kung Fu (Wushu) et d'autre part, les pratiques dites internes et énergétiques dans lesquelles on trouve essentiellement le Taï Ji Quan et le Qi Gong.

La pratique des armes traditionnelles (épée, lance, sabre...), le San Shou (applications d'enchaînements) ou les techniques d'auto-défense (Qinna) se retrouvent, avec leurs propres spécificités, dans les styles externes et internes et peuvent se pratiquer dans les deux structures reconnues organisant les arts martiaux d'origine chinoise.

### Arts martiaux chinois externes

Ils sont regroupés sous le vocable de Kung Fu (Gong Fu), le terme étant communément admis pour désigner l'ensemble de ces pratiques externes. La délégation pour la discipline Kung Fu a été accordée à la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires (FFKAMA) par arrêté du 3 août 1998.



## Dispositions pratiques

- Seule la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires (FFKAMA) pourra organiser les compétitions de Kung Fu à l'issue desquelles seront délivrés des titres de champions internationaux, nationaux, régionaux ou départementaux.
- La FFKAMA délivre des grades aux pratiquants de Kung Fu selon une procédure équivalente à la délivrance des dan japonais. Les seuls grades reconnus en Kung Fu sont ceux délivrés sur proposition de la Commission spécialisée des grades et dan de la FFKAMA.



*De nombreux pratiquants se retrouvent dans les parcs de nos villes*

- Un seul diplôme permet l'enseignement contre rémunération de la discipline Kung Fu, c'est le BEES 1 option Karaté.
- Spécialité Kung Fu. Seule la spécialité Kung Fu est désormais couverte par le champ du BEES 1 option Karaté.

## Arts martiaux chinois internes et énergétiques

Les pratiques internes comprennent quatre disciplines majeures : le Taïchi Chuan (Tāi Ji Quan), le Pa Kua (Ba Gua Zhang), le Hsing I (Xing Yi Quan), le I Chuan (Yi Quan). Les pratiques énergétiques sont regroupées sous le vocable de Qi Gong (ou Chi Gong), le terme étant communément admis pour désigner l'ensemble de ces pratiques énergétiques. Il faut noter que le Ministère de la jeunesse et des sports ne prend en compte que l'aspect sportif des disciplines énergétiques, à l'exclusion des extensions à visée thérapeutique. Par arrêté du 27 février 1998, l'agrément de fédération sportive a été accordé à la Fédération de Taïchi Chuan et Chi Gong (FTCCG). Cette fédération a été créée par modification de l'intitulé et des statuts de la Fédération des Taïchi Chuan Traditionnels. La FTCCG participe ainsi à une mission de service public en ce qui concerne l'ensemble des disciplines relevant des arts martiaux chinois internes et énergétiques principalement dénommées : Taïchi Chuan et Chi Gong (Tāi Ji Quan, Qi Gong).

## Dispositions pratiques

- L'organisation des compétitions pour les arts martiaux chinois et énergétiques pourra se faire dans le respect de la réglementation en vigueur notamment en ce qui concerne la délivrance de titres.

- Les pratiques internes et énergétiques ne donnent pas lieu à la délivrance de grades ou dan dans le sens de la réglementation actuelle.
- Diplômes permettant l'enseignement contre rémunération :
- Arts martiaux internes : Un seul diplôme permet l'enseignement contre rémunération de ces disciplines, c'est le brevet de professeur d'art martial chinois interne. Ce diplôme a été homologué par la Commission nationale de l'enseignement des activités physiques et sportives (CNEAPS) en décembre 1998. Il est inscrit au même tableau (A) et donne les mêmes prérogatives que le brevet d'état.
- Arts martiaux énergétiques : L'homologation d'un brevet fédéral par la Commission Nationale de l'enseignement des activités physiques et sportives (CNEAPS) est prévue.

H.H



*Equipe de France FFKAMA 1998.  
Photo Frédéric SERRALTA*

# FTCCG

## UN BREVET POUR LES PROFESSEURS D'ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES



Le dossier concernant la demande d'homologation d'un diplôme permettant l'enseignement contre rémunération des arts martiaux chinois internes déposé par la FTCCG, Fédération de Taïchi Chuan Chi Gong (274 rue Saint Honoré 75001 Paris), a été examiné par la commission nationale des activités physiques et sportives (CNEAPS) le 17 Décembre 1998.

Au vu de l'avis émis par la commission, le **Ministère de la Jeunesse et des Sports a homologué ce diplôme : le Brevet de Professeur d'Arts Martiaux Chinois Internes (BP / AMCI)**. Il a été inscrit au tableau A de l'arrêté du 4 mai 1995 modifié fixant la liste des diplômes ouvrant droit à l'enseignement, l'encadrement et l'animation des activités physiques et sportives, avec les prérogatives suivantes : enseignement des arts martiaux chinois internes ou Neïchia (Taï Chi Chuan, Pakua, Hsing-I, I-Chuan...) dans tout établissement.

La FTCCG propose dorénavant à ses licenciés (depuis plus de 2 ans) deux formations permettant la préparation aux examens de qualification d'enseignants (enseignement bénévole = instructeur bénévole & enseignement contre rémunération = professeur). Outre la pédagogie et la relation, sont proposées : lecture du corps en mouvement et sinologie comprenant elle-même : histoire des Arts Martiaux Chinois, physiologie chinoise et civilisation. Enfin, il faut noter que la FTCCG est devenue organisme de Formation.

### Enseignement bénévole : Le CFIB /AMCI (Instructeurs)

#### Formation de 45h

Prochaines formations : six jours en CREPS en Avril 99, pour examen début Juin 1999.  
Retournée 99 - 2000 : trois week ends, ou six jours en CREPS.

**CERTIFICAT fédéral d'instructeur  
bénévole (CFAIB / AMCI) revalidable tous  
les 4 ans**

- Epreuve technique : présentation technique complète de l'un des principaux arts internes ou Neïchia suivants : Taï Chi Chuan, Pakua, Zhang Hsing-I, I-Chuan....

Elle comprend la forme, ses principales applications et un travail à deux cohérent autour du Tuishou ou Sanshou. Cette épreuve est éliminatoire.

- Epreuve pédagogique
- Mémoire de 4 à 5 pages

### Enseignement contre rémunération : Le BP/AMCI (Professeurs)

#### Formation de 130h

Prochaines formations : en 2 séjours CREPS en Février et Avril 99 (examen début Juin 1999)  
Prochains séjours : Février et printemps 2000 et en série de week-ends (déjà commencés).  
Prochaine série de week-ends en décembre 99.

#### BREVET de Professeur d'Arts Martiaux Chi- nois Internes (BP / AMCI) acquis définitive- ment

Préalable à l'examen :

- Possession de la partie commune du BEES ("Tronc Commun")
- Réussite à l'Attestation Technique (ATT) : présentation technique complète de l'un des principaux arts internes ou Neïchia suivants : Taï Chi Chuan, Pakua, Zhang Hsing-I, I-Chuan....

Elle comprend :

- 1°) la forme, ses principales applications .
- 2°) un travail à deux cohérent autour du Tuishou ou Sanshou.
- 3°) une arme au choix parmi les armes des arts martiaux internes.

Les prochains examens techniques ATT auront lieu les 13 & 14 novembre 99 (peut-être 6 Juin 99).

- Epreuves écrites portant sur des connaissances d'ordre général en pédagogie, sinologie, anatomie dynamique, et épreuve sur la réglementation fédérale.
- Epreuve pédagogique.

Pour tous renseignements complémentaires :

**FEDERATION DE TAICHI CHUAN  
& CHI GONG**

274 rue Saint Honoré 75001 PARIS

Tél : 33 (0)1 42 60 96 20

Enseignants et fax : 01 45 43 03 96 /

Fax : 01 42 60 31 04

# UNION NATIONALE DES ARTS ENERGÉTIQUES

Le 18 janvier 1999, une union a été réalisée entre la Fédération Française de Qi Gong et disciplines affinitaires, et la Convention Nationale des Arts Classiques du Tao.

Le premier objectif de cette structure, représentant plus de 60 associations et plus de 200 enseignants, est de contester et de s'opposer à l'agrément du Qi Gong délivré par le Ministre de la Jeunesse et des Sports, et de revoir sa position sur cet agrément. Le deuxième objectif est d'organiser la défense de la pratique et de l'enseignement du Qi Gong en respectant les spécificités de chaque courant et des écoles représentées.

La représentative de notre mouvement est assurée par le regroupement des plus anciennes et des plus importantes écoles de Qi Gong, ainsi que les personnalités du Qi Gong en France ayant publié plusieurs ouvrages et ayant participé à la recherche, comme le Docteur Michel Angles, Georges Charles, Gérard Edde, Jean-Pierre Krazensky, le Docteur Yves Réquena et les experts chinois que sont Messieurs Zhang Kun Lin et Liu Dong.

Sans plus attendre, conscients que les conditions actuelles du contrôle du Qi Gong ne dépendent pas directement des professionnels eux-mêmes, et considérant par ailleurs que le Qi Gong n'est pas un sport, ils ont donc décidé de se donner tous les moyens pour structurer et gérer la profession de Qi Gong en France, et notamment l'organisation d'une évaluation nationale des compétences et des antériorités.

Si vous vous sentez concerné par notre démarche, vous pouvez contacter l'Union Nationale des Arts Energétiques du Corps par l'intermédiaire de :

FFQGD A 11, rue Jean Mermoz  
13008 Marseille tél : 04 42 93 34 31  
CNACT 24, 26 rue des Prairies  
75020 Paris  
tél : 01 43 66 01 08  
E.mail : pinjosie@club.internet.fr

# NOUVEAU

## Votre site sur internet



## webtao.fr

<http://wwwwebtao.fr>

**Vous y trouverez différentes rubriques :**  
” **New Génération TAO** ”  
bien sûr mais aussi des nouvelles des  
” **Café TAO** ” de France et de Navarre.  
” **Eco TAO** ” pour vous informer de l'écologie et du TAO avec le Feng Shui par exemple.  
Le ” **Qui est Qui** ” indispensable, les sites de nos partenaires passionnés par le TAO.  
” **Contact TAO** ” pour nous adresser vos e-mails, votre ” **Boutique TAO** ” pour dénicher vos livres, vidéos etc...  
Sans oublier l'indispensable  
” **Guide TAO** ” pour aider les amateurs dans le choix d'une pratique.



## KOAN, la voie du paradoxe, 365 gouttes de soleil

PAR ERIC D'ANTIMO  
Un paradoxe pour une journée, pas toujours au goût du jour, mais chaque heure qui passe n'a pas la même saveur. Chacun saura entendre ce dont il a besoin dans ce petit livre format poche, à emporter partout.

COLL. CHRYSALIDE, LE SOUFFLE D'OR, 1995, 78 FRs.



## L'ART DU TAI JI QUAN - Le Dao et le Qi

ANTOINE LY  
EDITIONS LIERRE & COUDRIER  
Une approche théorique et philosophique pour des personnes

souhaitant découvrir cet art, des règles et des principes du Tai Ji Quan pour des pratiquants déjà en route sur le chemin de la maîtrise du mouvement, le tout illustré de photos de postures étudiées et de calligraphies chinoises souples et sobres des termes fondamentaux du taoïsme.



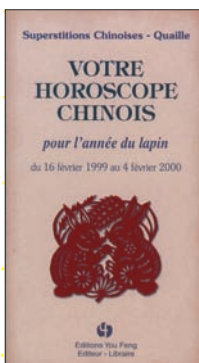
## B.A - BA Taoïsme

PAR JEAN FABRE  
Un petit livre illustré simplement qui exprime de façon claire et accessible la doctrine taoïste, avec ses multiples applications dans les domaines médical, artistique et politique.

ED. PARDÈS, 1998, 64 FRs.

## Mini-livres Votre horoscope chinois & Citations du Président Mao

Deux mini-livres de poche très pratiques édités par You Feng. Le premier, "Votre horoscope chinois pour l'année du lapin" vous aidera à mieux préparer la nouvelle année. Le deuxième, le petit livre rouge est à la disposition du grand public dans une version bilingue. Une façon de rencontrer dans le texte la doctrine communiste du président Mao par



ses propres paroles et citations qui imprègnent encore fortement la Chine d'aujourd'hui: "Même si notre travail est couronné des plus grands succès, nous n'avons aucune raison de nous en glorifier. On fait des progrès quand on est modeste, tandis que l'orgueil fait retomber en arrière; gardons toujours cette vérité présente à l'esprit". Belle leçon d'humilité. Dommage qu'il n'y soit enseigné la liberté de penser.



LIBRAIRIE-ÉDITEUR YOU FENG



## AYURVEDA La Médecine Hindoue Traditionnelle

VAIDYA BHAGWAN DASH  
SUHASINI RAMASWAMY  
GUY TRÉDANIEL ÉDITEUR

Présentation claire et agréable, de jolis dessins aux couleurs vives et gaies. Un livre vivant qui nous expose les principes de la médecine Ayurvédique, de la conception du corps humain aux causes des maladies, leurs traitements, les herbes médicinales et certaines mesures fondamentales pour tenir la maladie en échec.

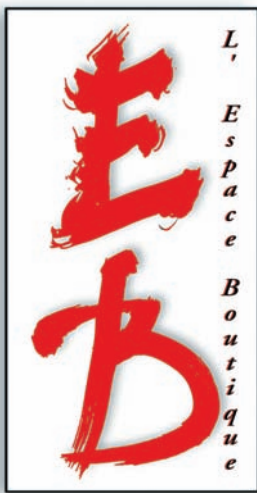


## TAOMAN Tome 1 Cathares & Albans

WILLIAM ARNAUD  
EDITIONS ELAN DEUX MILLE

L'auteur rétablit par le biais de sources diverses une vérité souvent erronée, la confusion entre Cathares et Albans, dits "Albigeois"; autrement dit la confusion entre Purs Chrétiens (monotestamentaires) et Dualistes Radicaux (manichéopythagoriciens aux "deux principes"), les seconds ayant été les seuls à subir des persécutions. Mais sa démonstration ne s'arrête pas là, puisqu'il associe à la philosophie albigeoise les principes du Tao, du yin et du yang, en invitant le lecteur à suivre Tao à travers ses découvertes dans la connaissance de Soi.

ED. ELAN DEUX MILLE (À COMMANDER DIRECTEMENT À TOULOUSE AU TÉL 0561712487); PRIX: 100 FRs; 1996



# ESPACE BOUTIQUE

*New Génération TAO  
vous présente 2 vidéos cassettes  
réalisées de mains de Maîtres ...*

*Maître ZHANG Dong Wu 20<sup>ème</sup>  
génération pour le style CHEN  
de Tai Ji Quan -réf- KQTJ 1004  
-Durée 55' 148 FF*

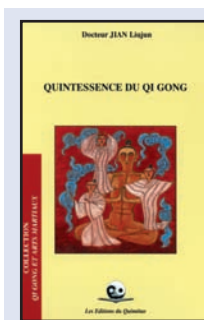
*Docteur JIAN pour les Milles mains sacrées  
du QI GONG DA MO -réf-KQQG1001  
- Durée 50' 135 FF*



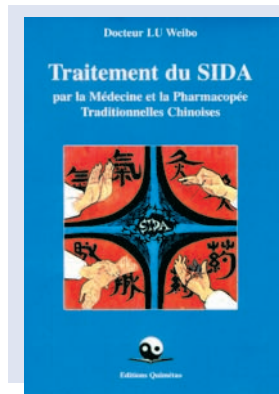
**-10%  
pour les Abonnés**



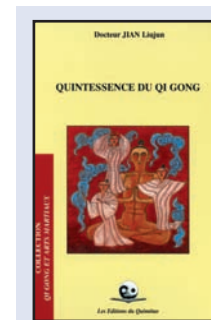
**Livre**  
Le thé et la santé,  
QIN Youpeng  
réf-LQST1002-  
136 p. 88 FF



**Livre**  
Quintessence  
du Qi Gong,  
Docteur JIAN  
réf-LQQC1001-  
177p. 135 FF



**Traitement du SIDA par la médecine  
et la pharmacopée traditionnelles  
chinoises, Dr LU Weibo a dirigé des  
recherches sur le SIDA, notamment sur les traite-  
ments par la M.T.C. qui ont obtenu des résultats  
importants. réf-LQSS1003- 130pages p. 99F**



**Cassette vidéo**  
Quintessence du  
Qi Gong,  
Dr JIAN Lujun  
réf-KQQC 1002-  
Durée 50' 150 FF



**Cassette vidéo**  
Qi Gong - Tai Ji,  
Maître TONG  
réf-KQQC1003 -  
Durée 60' 150 FF

Référence	Qté	Titre	Prix
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

Nom : ..... Prénom : .....  
 Adresse : .....  
 Code Postal : ..... Ville : .....  
 Tél. : ..... Fax. : .....  
 Pays : .....  
 Arts pratiqués : .....

Frais de port : 20 F pour 1 produit,  
 + 8 F pour chaque produit supplémentaire  
 Total prix ..... Abonné -10%= .....

**Tout règlement à l'ordre de : Les Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

## 11e Congrès-Forum Européen de Taï Ji Quan & Qi Gong en Hongrie

Lettre de Budapest par Felelolie URRE

Déjà deux ans... Cela avait été si chaleureux entre nous, en 1997, ce congrès-forum, malgré quelques difficultés de langage vite résolues par le contact Tui Shou (traduire Mains Collantes) ! Nous autres, habitants des pays d'Europe de l'Est, nous vous attendons de nouveau tous impatiemment du **11 au 18 Juillet 99**. Deux professeurs français sont invités parce que nous sommes curieux de ce qui se fait chez vous, et bien d'autres professeurs de l'Ouest comme de l'Est, du Nord comme du Sud. Il y aura des ateliers pratiques, des débats, des petites conférences, des traductions, de la musique, des chansons, le soir... Une bonne occasion



Fabrice Hohn, 1<sup>er</sup> en Hollande

de nous retrouver, de voir de nouvelles têtes, de nouveaux mouvements, de les pratiquer, d'en discuter.

Ne traînez pas trop, c'est moins cher quand on s'inscrit à l'avance, quand on s'inscrit à plusieurs... Et savez-vous que, par les cars Eurolines, le voyage n'est pas très long, et pas très cher ! C'est par ce



moyen-là que mes amis Evi, puis Lubor et Petr, sont venus vous voir l'été dernier à leur grande joie. Ils ont fait un plein de bons souvenirs. Nous vous attendons donc à notre tour.

A l'issue du séjour, sera voté le lieu du Congrès 2001. Il n'y a plus de mur entre Est et Ouest, mais nous n'avons pas les moyens de venir chez vous. C'est donc à vous de faire le pas, nous nous réjouissons de vous recevoir. Orsolya Alfody, qui vit ici et parle si bien Anglais, a trouvé un nouveau lieu, à un quart d'heure de Budapest, Elle est allée récemment déposer les brochures sur le Congrès Forum au bureau de la FTCCG, qui peut remplir son rôle de membre de la TCFE en vous les adressant. Rens : contactez **Dan Docherty** : Fax et téléphone 00 44 181 368 6815 9 Ashfield Road - Southgate - London 147LA - UK. Ou si vous préférez que l'on vous renseigne en Français, **la FTCCG le fera** : 01 42 60 31 04

## Calendrier des compétitions européennes de formes de Tai Ji Quan & Tuishou

Paris au gymnase Elizabeth, pour la quatrième fois le **30 mai prochain à 10h** ; championnat de France organisé par la FTCCG. Taï Ji Quan formes en solo ou en groupes,

duos, armes, tuishous et enchainements de Sanshou... Parallèlement, sur l'autre partie du gymnase, le même jour, la FKWS organise ses propres compétitions : il n'y aura pas de temps mort pour le public !

**Le dimanche 28 Mars à Oxford** dans le cadre de la Taïchi Union for Great Britain, aura lieu la 11ème compétition britannique de formes et Tuishou non seulement de Taï Ji Quan mais aussi d'autres arts martiaux internes.

Renseignements : D.Docherty, 9 Ashfield Rd London N14 7LA T/Fax: 44 181 368 6815

En Hollande, ce type de compétitions a lieu depuis presque aussi longtemps, et le 25 novembre 1998, à Utrecht, les Français qui se présentaient, soutenus par la FTCCG, ont obtenu les résultats suivants : Fabrice Hohn, 1er à mains nues et 3ème avec armes, Thierry Alibert 3e à mains nues et 2e avec armes. L'accueil a été chaleureux et l'équipe française a fait une forte impression. A St Petersburg le **6 Décembre 1998**, a eu lieu le 1er championnat d'arts martiaux chinois, organisé par la Société de Recherche sur les Arts Internes et la Société d'Etude de la Culture Chinoise Traditionnelle

"Utseming" : démonstrations, formes etc... Prochain championnat les 15 et 16 Octobre Tél/Fax Andreï Serednikov 7- 812 312 4133

Toutes ces organisations sont membres de la TCFE Taïchi Chuan & Qigong Federation for Europe dont le siège social est à Utrecht.

La FTCCG a organisé pour ses membres un stage sur le thème de l'organisation et de

l'arbitrage des tournois européens les 23 et 24 Janvier. Animateur Epi van de Pol, hollandais, président de la TCFE : Rens au 01 42 60 96 20

## Fédé Yi Quan

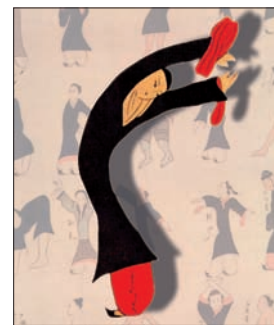
Nouvelles coordonnées de la Fédération Européenne de Yi Quan (Da Cheng Quan) : 2, rue des Roses 77400 Lagny sur Marne **tél : 01 60 07 34 90**



Maître Ming Shan

Président : Stéphane PIERRE  
Directeur Technique :  
Maître Ming SHAN

## la prochaine Journée Nationale de Qi Gong de la Pagode de Vincennes



aura lieu le dimanche **13 juin 1999** avec pour thème "Choisir son Qi Gong" **renseignez-vous !**  
FTCCG  
Tél : 33 (0)1 42 60 96 20





Par **SONG Arun**, enseignant de Qi Gong & Tāi Ji Quan à  
l'Association Arts Harmonie (Colmar)  
disciple de Maître Cheng Liang Chao

# LE MASSAGE PAR PERCUSSIONS



**Un exercice de Qi Gong, simple et rythmé, qui développe un sens du mouvement global et naturel. Une conscience "musicale" de la circulation énergétique dans son corps mais aussi dans le **corps social**...**



## Le DA GONG

Cet exercice de Qi Gong fait partie de la série de Qi Gong "Le Souffle du Vent" que j'enseigne en tant que successeur de M. CHENG Liang Chao, un maître Chinois demeurant actuellement en Thaïlande.



Le Da Gong (ou massage par percussions) est un moyen parmi d'autres de maintenir la souplesse et la fluidité énergétiques nécessaires à la stabilité mentale, émotionnelle et physique de l'être humain. Ses qualités permettent de suivre et de s'adapter aux mouvements de la vie sans conflits. La pratique régulière de cet exercice permet en effet de débloquent différents centres d'énergie qui représentent souvent les zones où sont accumulées les tensions émotionnelles, comme la région de la poitrine sur le point VC 17, ou la région des épaules qui est en fait le passage des méridiens de l'intestin grêle et du gros intestin.

Ces canaux d'énergie sont souvent bloqués par le stress de la vie quotidienne. Le massage par percussions aide ainsi à les débloquent afin de réactiver la circulation énergétique dans l'ensemble du corps et d'améliorer intrinsèquement la circulation du Qi social, autrement dit la communication et la communion entre nous :

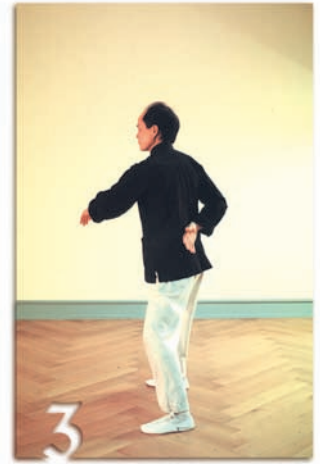
*"La paix véritable dans une société ne peut se concrétiser que par la réalisation de la paix et de l'harmonie avec soi-même".*

C'est donc en rétablissant la communication à l'intérieur de soi (corps, émotions et mental) que l'on prend conscience de la circulation énergétique qui anime la vie collective. Un exercice à pratiquer seul ou à plusieurs dans une ambiance méditative, dynamique et conviviale.

### Posture de base (photo 1)

Ecarter les jambes d'une fois et demi la largeur des épaules, les genoux sont légèrement fléchis. Les bras et les épaules sont détendus. Le dos est droit. La poitrine est légèrement rentrée.

### I - Stimulation des reins (photos 2 et 3)



Frapper avec le dos de la main la région des reins, en balançant le torse, alternativement, avec la main droite, le rein gauche et avec la main gauche, le rein droit. Les jambes restent immobiles pendant le balancement. C'est donc uniquement un mouvement de la taille. Les bras et les poignets restent décontractés. Faire l'exercice 36 fois (18 fois de chaque côté).



### II - Stimulation des reins et des épaules (photo 4)

Mêmes mouvements que précédemment mais lorsque la main droite frappe à l'arrière du corps la



région du rein gauche, la main gauche frappe simultanément à l'avant du corps l'épaule droite. Faire l'exercice 36 fois.

### III - Stimulation de la poitrine (photo 5)

Prendre la posture de base.

Frapper alternativement, avec la paume des mains, le centre de la poitrine dans un mouvement ample en laissant la taille suivre le mouvement. Faire l'exercice 36 fois. Ce mouvement se fait la bouche ouverte pour libérer les tensions accumulées au centre de la poitrine (point Shang Zhong VC 17).



### IV - Stimulation du Dan Tien inférieur (photo 6)

Frapper alternativement avec chaque main, la région du Dan Tian inférieur qui se situe environ 3 cms sous le nombril, dans un mouvement ample, en laissant la taille suivre le mouvement. Les bras restent détendus. Faire l'exercice 36 fois.

### Recentrage (exercice n°1) (photo 7)

Détendre toutes les parties du corps et porter l'attention sur la respiration. Après quelques respirations lentes et profondes, vous êtes prêts pour l'exercice suivant.



### V - Stimulation du visage et de la tête (photos 8 et 9)

Avec la paume des mains, tapoter le visage puis la tête, puis le côté de la tête et l'arrière de la tête jusqu'à la nuque. Recommencer plusieurs fois.



## VI - Stimulation des bras (photos 10 et 11)

Stimuler avec la paume de la main droite, alternativement, le dessus et le dessous du bras gauche qui est tendu vers l'avant en montant jusqu'à l'épaule et en redescendant jusqu'au bout des doigts. Inverser l'exercice en stimulant le bras droit avec la main gauche.

l'arrière des jambes jusqu'au bas des pieds. Remonter et recommencer l'exercice une nouvelle fois.

Reprendre la posture de base.

Frapper avec les paumes l'avant des cuisses. Descendre jusqu'au bas des pieds. Remonter et reprendre l'exercice une nouvelle fois.

Reprendre la posture de base.

## VII - Stimulation du dos et des jambes (photos 12,13,14,15,16,17,18 et 19)

Pencher le corps en avant. Frapper avec la paume des mains le haut du dos. Descendre progressivement vers les cotés et

Avec le tranchant des mains, frapper la partie interne des cuisses une dizaine de fois puis stimuler avec le dos des mains la partie interne des jambes en descendant progressivement vers le bas





des jambes. Remonter et recommencer une nouvelle fois.

Reprendre l'exercice de recentrage n°1 (photo 7)

### VIII - Stimulation de l'énergie du foie (photos 20 et 21)

Frotter les mains avec le centre des paumes pour accumuler de l'énergie. Placer le centre des paumes sur les yeux. Laisser pénétrer la chaleur puis avec une légère pression, pousser les paumes vers l'arrière. Répéter l'ensemble des mouvements 2 fois.



### IX - Libérer les tensions du cou

Pencher la tête en avant en inspirant par le nez. Expirer en penchant la tête en arrière avec la bouche ouverte, 2 fois. Pencher la tête vers le côté droit à l'inspiration. Expirer en revenant vers le centre. Faire le même exercice du côté gauche.

En gardant la bouche ouverte, pencher la tête en avant. Faire une rotation en penchant lentement la tête du côté droit puis vers l'arrière et enfin du côté gauche. Revenir au centre. Répéter le même mouvement en partant du côté gauche.

#### Effets :

- Soulage les maux et élimine les tensions qui se sont accumulées dans les muscles particulièrement au niveau de la poitrine, des épaules et de la nuque.
- Active et fortifie les énergies dans les reins, le Dan Tian inférieur et le Dan Tian du milieu.
- Améliore la circulation sanguine et la circulation d'énergie du corps.
- Apporte une grande détente nerveuse et calme le mental.
- Favorise l'élimination des déchets de l'organisme.

S.A.

\* Rens : l'Ass. Arts Harmonie,  
18 rue Daniel Blumenthal  
68000 Colmar  
tél : 03 89 79 06 64 /  
fax : 03 89 80 00 01

## 1ère Fête Midi Pyrénées de Taï Ji Quan & Qi Gong

Le dimanche 9 mai 1999, l'Avenir Fonsorbaïs en association avec l'AMBC (Arts Martiaux Bio Contact) de Toulouse-Blagnac, organise la première fête Midi Pyrénées de Taï Ji Quan et Qi Gong.

Cette manifestation a pour but de promouvoir la pratique des Arts Chinois internes et de santé dans la région du Grand Sud et de permettre la rencontre des écoles et différents styles.

Cette journée sera partagée entre les différentes démonstrations des écoles représentées et les divers ateliers d'initiations et de discussions. Une rencontre amicale de Tui Shu agrémente dans le jeu les échanges entre les participants.



Une exposition thématique sera mise en place ainsi que des stands de livres et vidéos sur le sujet. Deux invités viendront montrer leur art martial respectif, à savoir le Kung Fu Wu Shu et le Kalaripayat (Inde). Enfin une restauration simple sera proposée sur place. Cette fête n'est pas seulement réservée aux participants de Midi-Pyrénées :

toutes les régions et associations souhaitant participer à cette rencontre sont conviées à se mettre en relation avec les organisateurs.

Tél/fax : 05 61 71 24 87

## NEW CALEDONIA

### Taï Chi Caledonia, le Forum annuel de Taïchi Chuan & Qi Gong à Stirling (Ecosse) du 11 au 18 juin 1999

Lieu tout chargé de l'histoire et de l'humour écossais, de l'amitié entre la France et le peuple à l'emblème du chardon levant : une université au milieu des

Highlands resplendissantes à l'approche de l'été. L'on peut participer très sérieusement à deux ateliers quotidiens qui durent chacun 3h : Taï Ji Quan, Qi Gong, ou Ba Gua Zhang, et autres pratiques chinoises, avec des enseignants invités à animer le séjour, venus d'Irlande, d'Ecosse, Angleterre, et de différents pays européens, comme l'Italien Luigi

Zanini, l'Américain Aarvo Tucker, l'Autrichienne Ana Zweitler, ou la Française Anya Méot.



L'on peut à la fois découvrir la contrée, ses coutumes, ses whiskies, et ses scottish musiques... Est même

proposée une soirée appelée **Ceilidh, Dance**, consacrée à la Panse de Brebis Farcie, régal que les autochtones appellent "the Haggis", chanter ensemble les nombreuses ballades écossaises (que nous connaissons tous en réalité), apprendre à danser rondes et quadrilles parmi lesquelles la danse des épées (que nous ne connaissons pas) permet à qui le souhaite de perdre les calories du dîner.

Ceux qui ont goûté à CALEDONIA y retournent avec enthousiasme. Pour découvrir ce forum-enchantement qui a lieu du 11 au 18 Juin 1999, ou pour recevoir les vidéos souvenirs des précédents CALEDONIA, pour lesquelles Bob Lowey, chairman de la Taï Chi Union for Great Britain, a coutume de composer un fond musical très réussi à base de musique celtique accompagnant... la pratique des arts internes et énergétiques chinois, s'adresser à :

- TAI CHI CALEDONIA -

E-mail : [CHIRON\(a\)DIAL.PIPEX.COM](mailto:CHIRON(a)DIAL.PIPEX.COM).

45 Eider avenue Greenhills East Kilbride  
G75 8UA Scotland U.K.

Tél 44 (0)13552 35722 ou (0)141 638 2946 /  
Fax 44 141 621 1220

# DAN TIAN

## Le centre du plein potentiel

**De tout temps, les sages et les êtres éveillés issus de diverses civilisations ont parlé d'un centre énergétique fondamental, situé dans le ventre.**

**A**u Japon on le nomme Hara, chez les bouddhistes Tibétain on l'appelle Tigelé ou "petit vase", chez les Alchimistes d'occident on l'appelle Athanor, le fourneau Alchimique. Certaines statues des cathédrales en font d'ailleurs mention. Chez les Chinois on le nomme Dan Tian, l'océan de Qi (énergie). Mais qu'est vraiment ce centre et d'où vient-il ?

### Un centre en mouvement

Les Taoïstes nous disent que notre corps physique s'est créé par la rencontre de deux énergies Yin/Yang, de l'ovule et du spermatozoïde. Cette rencontre a créé une énergie autonome autour de laquelle le corps énergétique et le corps physique se sont construits. Ce point de départ c'est le Dan Tian !

C'est pour cela que les Chinois l'appellent le centre du Qi originel,



c'est-à-dire l'énergie qui nous a été légués en dépôt par nos parents et nos ancêtres. On le situe traditionnellement à 3 travers de doigt sous le nombril et à peu près au milieu du ventre.

En fait la vraie localisation se situe au niveau du corps énergétique et comme celui-ci est fluide et peut s'expanser ou se rétracter, certaines personnes le ressentent plus haut ou plus bas selon les circonstances. Tout individu possède ce centre et peut le réactiver.

Les sensations perçues sont diverses : sensations de chaud ou de fraîcheur, de condensation ou d'expansion, d'espace, de pétilllement ou de vibration dans le ventre. Ce centre peut être éveillé par la concentration, le souffle, des mouvements internes d'énergie, mais aussi par des mouvements physiques comme le Qi Gong, le Tāi Ji Quan ou encore par d'autres formes quand elles sont effectuées avec une attention juste.

L'intérêt de cet éveil et ses bienfaits sont majeurs et multiples. Le premier

# Tao santé

résultat est que le corps se sent centré, on se sent posé et chez soi à l'intérieur de son corps.

*Certains maîtres disent du Dan Tian : C'est notre maison, on s'y sent en sécurité.*

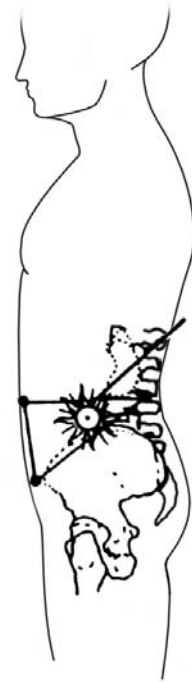
## Deuxième cerveau et stockage d'énergie

Les Taoïstes disent aussi que c'est notre deuxième cerveau\*. Lorsque l'on sourit et que l'on respire à l'intérieur de cet espace, cela transforme le mode de fonctionnement de notre cerveau et aussi notre façon de penser, d'observer et de sentir. Il fonctionne alors sur un mode plus global et plus paisible. Il se révèle donc comme un outil très important de transformation.

D'autre part, le Dan Tian est un lieu où l'on peut stocker autant d'énergie que l'on veut, sans avoir d'effets perturbateurs. En effet, souvent au début de ses pratiques énergétiques, le débutant a tendance à faire monter trop d'énergie dans sa tête, ce qui peut causer un cortège d'effets secondaires désagréables.

C'est pour éviter cet écueil que l'on termine la majorité des pratiques en collectant l'énergie au Dan Tian. A partir de ce centre, on peut développer dans le ventre ce qu'on appelle le ballon de Qi ou la ceinture de Qi (cf Génération Tao n°2). Par principalement des pratiques respiratoires touchant cette zone, on peut aussi développer à l'intérieur de l'abdomen une pression d'énergie qui est d'une autre nature qu'une simple pression physique (Même en complète expiration, le ventre reste gonflé et sous "pression").

Cette pression de Qi peut être canalisée dans les os et les tendons et peut conférer



une résistance et une force peu commune à celui qui s'y exerce intensément. Cette propriété est principalement exploitée dans les arts martiaux.

## Le port de la ceinture\*\* pour sentir la qualité énergétique

A ce propos, les ceintures larges en tissus que portaient certains adeptes de ces arts ne servaient pas à distinguer les niveaux de ces adeptes avec des Dan ou une quelconque classification, démarche très récente qui a été importée par les Américains dans le Japon d'après-guerre mais elles avaient une tout autre utilité\*. En effet maintenues serrées, elles permettaient de contenir le ventre de l'adepte qui s'efforçait d'y maintenir une pression de Qi constante. Par ce moyen il vérifiait en permanence si son ventre était "sous pression", prêt à utiliser le Qi en cas d'attaque. Mais pratiqués avec excès, ces exercices peuvent déséquilibrer les fonctions énergétiques et physiques amenant généralement à long terme des problèmes cardiaques, mais aussi des problèmes d'orgueil chez le pratiquant qui recherche trop les effets visibles de l'énergie, ce qui n'est pas le moindre des écueils ! D'où la question essentielle que devrait se poser en permanence le praticien en énergétique : Quel est le but de ma

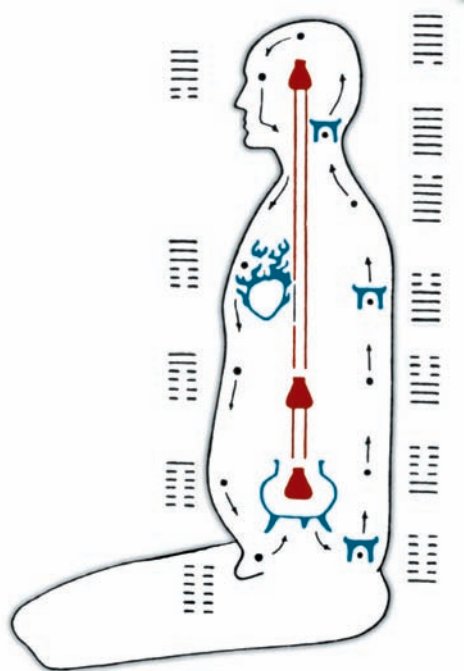




démarche ? La recherche des pouvoirs qui impressionnent l'entourage et "me valorisent" auprès d'eux ou une transformation profonde de mon être ?

Il faut savoir que très rapidement ces démarches deviennent divergentes. Toutefois, quand le Dan Tian est rempli d'énergie de façon équilibrée, alors celle-ci diffuse naturellement dans les 8 méridiens

celui-ci les transmue en énergies réutilisables et bénéfiques pour le corps . Certaines pratiques énergétiques comme la fusion des 5 éléments sont basées exclusivement sur ce principe. Mais le pré-requis est un Dan Tian suffisamment développé qui agira comme un incinérateur brûlant les détritres et produisant de l'énergie.



extraordinaires puis dans les 12 méridiens du corps amenant équilibre et santé. Cependant la propriété la plus remarquable du Dan Tian est son pouvoir alchimique de transmutation.

### Le champ du cinabre

Dan signifie "élixir ou cinabre", Tian "champ ou lieu", Dan Tian signifie le "champ du cinabre".

Le cinabre ( sulfure de mercure ) était considéré par les Chinois comme le constituant majeur de la pierre philosophale.

Celui-ci a en effet un pouvoir transformateur incroyable. Si l'on draine les énergies négatives stagnant dans le corps ( résidus d'émotions, de pensée ou de comportements négatifs) vers le Dan Tian,

*Pour le pratiquant de Nei Tan, l'Alchimie intérieure, la pierre philosophale est en fait le Dan Tian.*

Les Taoïstes associent aussi au Dan Tian la notion de chaudron qui est l'espace situé juste au-dessus de celui-ci et qui, si le Dan Tian prend beaucoup d'expansion, s'assimile à lui. Ils disent aussi que la transformation des énergies est comme une cuisine, si l'on met dans le chaudron des éléments grossiers après un long temps de cuisson, ceux-ci se raffinent jusqu'à devenir précieux. C'est ce qu'on appelle l'Alchimie des énergies.

C'est pour cette raison que symboliquement dans tous les temples Taoïstes il y a à l'entrée un chaudron à trois pieds où généralement l'on brûle des encens, l'entrée du temple représentant aussi l'entrée de la Voie Taoïste. Si le processus de raffinement se poursuit longtemps, il provoquera une transformation progressive du corps énergétique, le **Dan Tian médian** (au centre de la poitrine) puis le **Dan Tian supérieur** (au centre de la tête) s'éveilleront, la transmutation pouvant aboutir au but ultime "le corps d'immortalité".

C'est pour cela que le Dan Tian est appelé aussi l'embryon céleste. De la même façon qu'il a initialisé notre vie terrestre, il peut aussi initialiser notre vie céleste. Cependant autant l'embryon terrestre, une fois initialisé, est programmé par la nature et se développe sans intention particulière, autant le développement de l'embryon céleste demande, une intention et une détermination spéciale du pratiquant. C'est donc un choix de vie .

M.F.

\* Cf NGT n°8, "Mantak Chia : le Qi Gong de la sagesse"

\*\* Cet article peut être lu en complément de la rubrique wushu où il est question dans ce numéro de l'adoption des Dan par les Chinois.

\*\*\* Dans un prochain numéro de NGT, il sera décrit des exercices pratiques d'éveil du Dan Tian .

\*\*\*\* Rens : M. Fréjacques : 0142638444

## DES IMAGES VIVANTES DE LA RÉAL



La calligraphie est un mode d'expression vivante et spécifique aux arts traditionnels chinois.

**V**ivante car la calligraphie est à la fois un mode courant d'écriture compréhensible par tous et un exercice artistique, spirituel et méditatif. Spécifique en raison de l'utilisation du pinceau et, plus important encore, de l'existence des caractères qui représentent l'essence même de la calligraphie.


Les pictogrammes ont été l'un des premiers moyens d'expression et de communication écrites entre les êtres humains comme l'illustrent l'écriture Maya et les hiéroglyphes

PAR SUN WENDI,  
enseignante des Arts du pinceau à  
l'Académie Tian Long



égyptiens. En l'état actuel des fouilles et des connaissances archéologiques, l'apparition des pictogrammes chinois daterait d'il y a environ 6000 ans avant Jésus-Christ. L'écriture chinoise est aujourd'hui la seule écriture sous forme de pictogrammes et d'idéogrammes, formée de caractères qui ont tous leur particularité.





Une langue est composée de trois éléments : la prononciation, la forme du caractère (écriture) et la signification. Mais en chinois mandarin, un mot est égal à une syllabe, ce qui limite la variété de significations. De ce fait, la composition des traits et des caractères a dû connaître une grande évolution pour exprimer cette variété de significations. Une évolution qui a ainsi amené à élargir le champ d'expression de la calligraphie.

La particularité des caractères se trouve dans le fait que leur signification se trouve dans leur forme, contrairement à d'autres langues qui utilisent un alphabet phonétique. En français par exemple, si nous prenons le mot "montagne", il n'est pas possible à quelqu'un qui ne connaît pas la langue d'imaginer le sens du mot. L'alphabet ne fait en effet que donner la prononciation. En mandarin, sans connaître la langue, on peut reconnaître la signification d'après la forme du caractère (  ). Les traits verticaux représentent le sommet, le trait horizontal, le pied de la montagne.

*La forme permet  
de connaître  
la signification.*

Comment ? En observant les éléments concrets dans la nature, on en extrait les lignes les plus marquantes, puis on en fait une abstraction et une stylisation à l'aide de signes, ce qui permet de déterminer ainsi la forme du caractère.

Les Chinois s'inspirent en effet de la nature, car elle est une source de modèles inépuisable. Je vous présente ici quelques caractères montrant clairement la relation entre les caractères et la réalité de la nature :

- Poisson 
- Mouton 
- Arbre 
- Eau 

Comme vous pouvez le voir, chaque caractère est un petit dessin simplifié et abstrait qui permet d'imaginer l'objet et de donner du sens. Mais au fur et à mesure que les pictogrammes ont évolué, ils sont devenus plus abstraits et plus éloignés de l'observation directe de la nature : la calligraphie s'est alors progressivement distinguée de la peinture. Je reprends les exemples précédents :

ITÉ



# 橋

DES IMAGES  
VIVANTES  
DE LA RÉALITÉ

Poisson 魚

Mouton 羊

Arbre 木

Eau 水

L'expression de signes abstraits (adjectifs, adverbes, verbes, sentiments...) se fait par l'association de différents éléments dans un même idéogramme. Ce procédé est également porteur de messages en relation avec la vie sociale ou relève de la métaphore.

Bien 好 se compose de (femme 女 / enfant 子)

Larmes 泪 se compose de (eau 氵 / œil 目)

Colère 怒 se compose de (esclave 奴 / cœur 心)

Brillant 輝 se compose de (lumière 光 / armée 軍)

Faire irruption 闖 se compose de (cheval 馬 / porte 門)

Toutefois les pictogrammes anciens ont laissé de nombreuses formes et clés d'utilisation. 250 clés proviennent ainsi des anciens pictogrammes et sont utilisées de nos jours. **La clé est une partie du caractère : chaque clé est un élément indépendant qui, ajouté à un autre, prend sens.** Par exemple, la clé "bois" (木) est présente dans la composition d'un caractère pour signifier tout ce qui se rapporte au bois

Meuble 柜 Pont 橋 Maison 樓

Dans la composition du caractère, les clés peuvent être disposées à l'intérieur ou à l'extérieur de ce caractère, ainsi qu'à droite ou à gauche, au-dessus ou en-dessous de celui-ci. C'est ce qui produit la grande diversité des caractères chinois et donne sa richesse à la calligraphie.

L'écriture chinoise est le reflet dans sa formation et son évolution de l'histoire et la philosophie chinoise. En raison de cette proximité entre l'écriture et la réalité, il n'apparaît donc pas nécessaire



de connaître la langue chinoise pour apprécier la beauté, le message artistique de la calligraphie et s'exercer à l'art du pinceau.

À la fois art, image et écriture, la calligraphie se révèle profondément une voie en mouvement qui exerce le pratiquant, au fil du temps, à toucher à une sensibilité dans le moment présent, éveillant sa conscience à une réalité de plus en plus subtile...

Bonne immersion sociale et linguistique en attendant le prochain numéro !

**SUN Wendi &  
Corinne BARBIER**

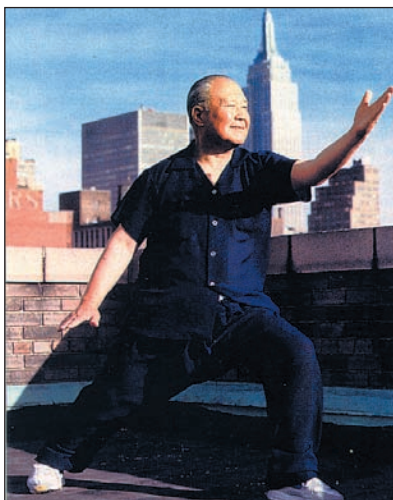
\* Pour les cours de calligraphie Paris/Lyon :  
tél : 04 72 07 63 82 ou 01 47 08 45 85

## STAGES exceptionnels de Tai Ji Quan style Yang à Pau !



Stages de Tai Ji  
Quan (103  
séquences) et de  
Tai Ji Sabre (13  
séquences), forme

longue traditionnelle style Yang, du 13 mai au 19 mai 1999, à Pau (Pyrénées Atlantiques), animés par Maître YANG Zhenduo, 4ème génération (fils du célèbre Maître YANG Chenfu) et par son petit-fils YANG Jun, 6ème génération, venus tout spécialement de Chine !



Leur enseignement est basé sur la riche tradition de la famille Yang et sur les "10 principes essentiels" du Tai Ji Quan, résumés et écrits par Maître YANG Chenfu (1883 - 1936). Ce dernier, petit-fils de Maître YANG Luchan, est le Maître de Tai Ji Quan le plus reconnu de ce siècle en Chine. Il

a mis son art à la portée de tous les chinois. Pour ce faire, il créa la forme lente que la plupart d'entre-nous avons l'habitude de voir en Occident. Cette nouvelle forme donna naissance à l'Ecole Yang de Tai Ji Quan.

Grâce au génie de YANG Chenfu, à l'énergie et au prestige de ses fils et de ses étudiants, le style Yang de Tai Ji Quan s'est imposé comme la forme interne la plus populaire en Chine et dans le reste du monde.

### Renseignements :

Association Tai Chi Chuan du Sud-Ouest  
19, rue des Myosotis 64000 Pau  
Tél / Fax : 05 59 02 21 86 ou  
de l'étranger : 33 5 59 02 21 86

## VOYAGE culturel et de pratique du Qi Gong

Voyage en  
Chine, au  
printemps,  
dans des endroits magni-  
fiques : la montagne

PUTUO, une des quatre montagnes sacrées du bouddhisme. Un site situé sur une île au large de Shanhaï : ses temples pleins de finesse au bord de la mer, et son ambiance sauvage et mystique vont imprégner votre mémoire.

Du 11 au 27  
avril 1999

Découverte de Suzhou et ses environs : Capitale de la Soie, "Venise de l'Orient", ses jardins somptueux parmi les plus renommés de Chine, ses canaux et ses quartiers

charmants, nous feront pénétrer dans l'univers confucianiste de la Chine classique.

Découverte de Hengzhou, au bord du lac Ouest :

"Il y a le paradis dans le ciel et il y a Hengzhou et Suzhou sur la terre" disent les chinois.

La pratique du Qi Gong avec le grand Maître SHEN Xin Yan et Madame KE Wen.



### Renseignements :

Les Temps du Corps  
tél : 01 47 25 79 14 -  
Fax : 01 47 21 44 24

# Brèves Brèves Brèves

## Matériel infor- matique

Le CYBER ZEN @ Café  
(85 rue Amelot, 75011  
Paris), lieu ayant accueilli  
les premiers  
café-Tao, souhaitant  
renouveler son matériel,  
offre des opportunités  
pour les lecteurs de



NGT de se procurer du  
matériel récent .

Rens :

Tél : 01 53 36 76 13 /

Fax : 01 53 36 73 73

## Art et culture

L'association I.D.E.A -  
Paris (Informations,  
Découvertes, Echanges,  
Animations à Paris) vous  
propose échanges et  
rencontres conviviales  
autour de la culture et de  
l'art à Paris. Thèmes :  
"Y a-t-il une vie après la  
mort ?" (mars) et "Sur la  
scène de la vie : chemin  
et destinée" (avril)  
Rens : 01 40 09 79 13

## Médecine Chinoise & conférence

En Franche Comté,  
stages & conférences  
d'initiation à la médecine  
chinoise. Aussi Qi Gong  
& Tai Ji Quan.

Rens : J.L. Klein

Tél : 03 84 85 17 87

## Arts plastiques & Mouvements

Renate FAULHABER,  
artiste plasticienne et  
gestalt-thérapeute, vous  
invite pour un voyage de  
création artistique à  
travers les mouvements

du corps, à retrouver l'état  
de création et découvrir  
que la création visuelle et  
picturale naît par le  
rythme, la fluidité et  
l'émotion qui nous  
habitent au moment pré-  
sent. Séances en  
groupe les dimanche de  
11h à 16h : 21 mars,  
9 mai et 13 juin.

Tél/fax :

01 43 47 00 97

## Poème pour New Génération TAO

*Dans le désert du  
monde occidental,  
matérialiste à l'extrê-  
me, vous êtes l'Oasis où  
l'on se rafraîchit.  
La Source et le Torrent de  
la montagne de l'Esprit  
qui nous vivifie.  
L'Océan sans limites  
qui nous porte sur la  
crête des vagues d'une  
connaissance infinie.  
Le Soleil radieux qui dès  
l'aube nous réchauffe  
le coeur.  
L'arbre séculaire dont  
l'ombre protectrice nous*

*abrite de l'ardeur du Tao.  
La terre heureuse et  
libre sur qui tout un  
jour se repose.*

*Parcourir le chemin en  
votre compagnie, et celle  
des Maîtres éminents que  
vous nous faites découvrir,  
est une aide immense.  
Soyez-en remerciés.*

Jean-Charles Busseau  
de Chatelleraut

La création poétique a  
toujours été bénie des  
dieux ...

Toute la rédaction de  
NGT te remercie  
chaleureusement et pour-  
suit son travail, auréolée  
de tes encouragements.

## Disparition dans l'Aïkido

Dôshu Kisshomaru  
UESHIBA (1921-  
1999), troisième fils, et le  
seul survivant, du  
fondateur de l'Aïkido  
Morihei UESHIBA, est



décédé le 4 janvier 1999.  
Kisshômaru a été  
l'homme du développe-  
ment, et même de la  
renaissance, de l'Aïkikai  
Hombu Dôjo dont il  
assura la direction  
technique dès 1948.  
Pour découvrir la profon-  
deur philosophique de cet  
homme de l'ombre, vous  
pouvez lire le petit livre  
édité par BUDO  
Editions,  
"L'Esprit de l'Aïkido".  
Une œuvre de paix.

## PÉDAGOGIE CORPORELLE & AÏKIDO

Alfred VATON, Aïkidoka 4ème  
Dan diplômé d'Etat, a élaboré au fil  
de ses recherches une technique  
simple qui favorise une sensation  
immédiate de bien-être, de détente,  
d'harmonie et de paix intérieure.



Tout en étant associée avec des  
activités sportives et professionnelles,  
cette excellente gymnastique "passive"  
amène à un lâcher-prise total.  
Une nouvelle voie de relaxation  
et d'épanouissement adaptée à la  
vie moderne...

Pour profiter des vacances d'été  
à Blois (Loir et Cher) tout en décou-  
vrant la pédagogie corporelle et  
l'Aïkido, "la discipline d'une vie",  
un art martial ouvert à notre époque.  
Possibilité d'hébergement gratuit.

Réservez dès maintenant votre  
semaine de relaxation-découverte.

**Du 1 au 4 juillet :**

Pédagogie corporelle et randonnée.

**Du 5/07 au 9/07 :**

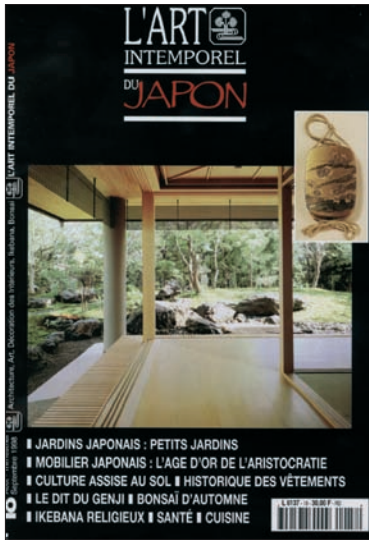
Aïkido, pédagogie corporelle et  
randonnée (enfants de 8 à 13 ans)

**Du 10/07 au 16/07 :**

Aïkido, pédagogie corporelle et  
randonnée (adultes)

Rens : Cercle du Bien-Etre (Alfred  
Vaton) 1, rue du Point du jour -  
41350 St Gervais

La Forêt - Tél : 02 54 45 32 45



## Coup de COEUR

pour cette revue trimestrielle  
" L'ART INTEMPOREL DU JAPON "

fidèle à l'esthétisme élagué des Arts Japonais.  
Tous nos encouragements à Gisèle JULIEN et son équipe.  
Pour l'obtenir au prix de 30 FF adressez vous à l'éditeur :

Art et Tradition, 2 rue Cochin 75005 Paris.  
Tél 01 46 34 50 37

## DÉCÈS d'un Maître du mouvement

L'équipe de rédaction vient d'apprendre le décès d'un des Maîtres français du mouvement, Jacques LECOQ. Jouissant d'une renommée internationale, l'œuvre de Jacques Lecoq reste encore peu connue dans son pays natal, la France.



Tout d'abord kinésithérapeute et professeur d'éducation physique, il s'orientera ensuite vers l'art de la comédie et du mime pour devenir enfin metteur en scène et chorégraphe. Pour affirmer sa vraie vocation de pédagogue de l'art théâtral il a fondé "L'École Internationale Jacques Lecoq" en 1956, un foisonnant laboratoire de recherche pour une nouvelle pédagogie des mouvements et des gestes. Ses nombreux disciples de par le monde sauront sûrement perpétuer l'héritage du Maître.



Retrouvez l'Être profond que vous Ptes.  
**L'amour, la vie, la joie avec le REIKI**

Méthode naturelle  
et accessible à tous basée sur :

- Développement personnel
  - Santé et bien-être
- Développement de ses capacités subtiles (extra sensorielles)
- Développement important de l'intuition
  - Développement de sa spiritualité
  - Guérison pour soi, pour les autres
  - Capacité d'aide à distance

**Pierre-Yves Marceau**

Psychothérapeute, Maître de Reiki,  
vous propose des formations :

Tous niveaux, sur toute la France et autres pays,  
1er, 2e, 3e degré.

Maîtrise après entretien approfondi  
Séances individuelles à distance

Renseignement

Tél : 04 66 82 39 37

Fax : 04 66 82 39 38

王氏黃家中醫學院

Vous voulez

UNE QUALIFICATION DE VÉRITABLE PRATICIEN EN MÉDECINE  
TRADITIONNELLE CHINOISE IMMÉDIATEMENT APPLICABLE.

Réalisez-la avec :

**L'ACADEMIE WANG de  
MÉDECINE  
TRADITIONNELLE  
CHINOISE**

Agréée par les Universités de Médecine (PEKIN - ANHUI - TIANJING)

UNE FORMATION BASÉE SUR L'AUTHENTICITÉ, LA  
TRADITION ET INTEGRANT LES RECHERCHES DE POINTE  
EN MTC AVEC CERTIFICATION DE NIVEAU :

- **CURSUS DE BASE** : 3 ANS (WEEK-END).  
ACUPUNCTURE - PHARMACOPEE - THERAPIE MANUELLE - QI GONG
- **CURSUS DE PERFECTIONNEMENT** : 2 ANS (WEEK-END).  
APPROFONDISSEMENT DANS DIFFÉRENTES SPÉCIALITÉS
- **STAGE CLINIQUE** POSSIBLE DANS LES HOPITAUX CHINOIS  
SANCTIONNÉ PAR UN CERTIFICAT DELIVRÉ PAR L'UNIVERSITÉ  
D'ACCUEIL.

Renseignements :

19, rue Bayard - Bât. C - 31000 Toulouse  
Tel : 05 61 99 68 21 ou 06 80 47 32 23

# LE LIEN

## ORIENT / OCCIDENT

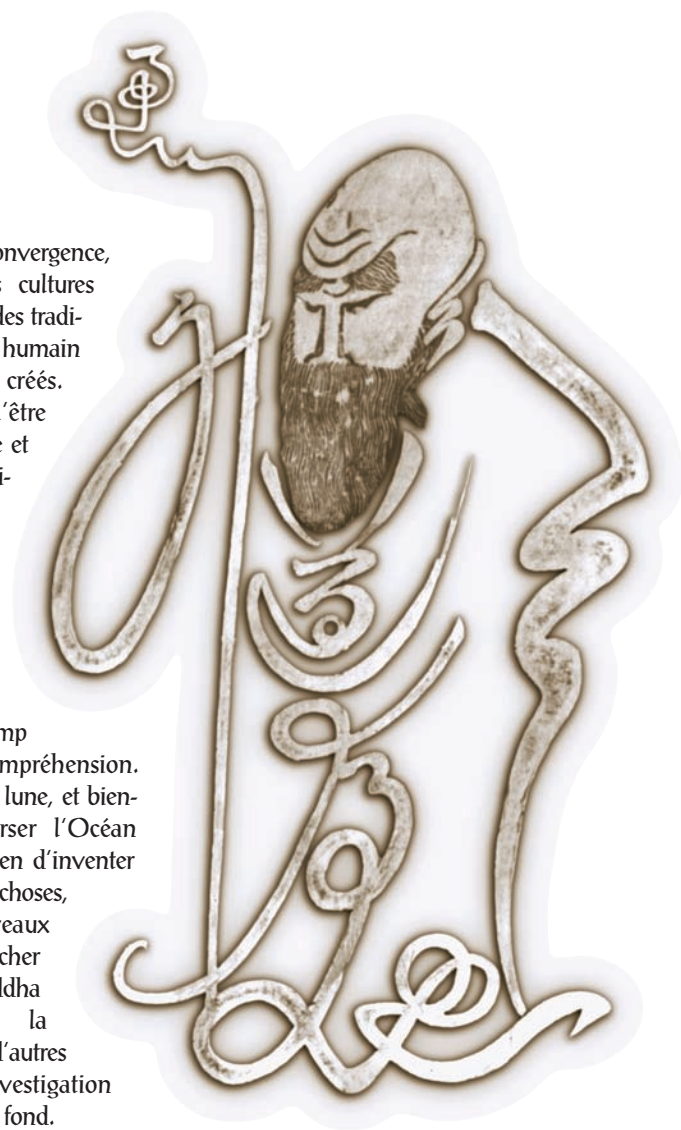
## QI / ENERGIE

**Le concept  
traditionnel  
de Qi d'une  
part, et la  
connaissance  
scientifique  
des Énergies  
Physiques  
d'autre part ont-  
ils quelque  
chose en  
commun ?**

**L**es points de convergence, unificateurs des cultures de la science et des traditions, c'est l'être humain qui les a créés. Toujours et partout, l'être humain a cherché, cherche et cherchera. Grâce à ses qualités d'être pensant ("doué de raison"), il a pu découvrir de nouveaux savoirs, les accumuler et les transmettre. Mais par-dessus tout, l'être humain a une soif innée et inextinguible d'étendre son champ d'investigation et de compréhension. Qu'il s'agisse d'aller sur la lune, et bientôt sur Mars, de traverser l'Océan Pacifique à la rame, ou bien d'inventer sans cesse de nouvelles choses, d'expérimenter de nouveaux modes de vie, de rechercher Dieu au fond de lui, le Bouddha ou le Tao par la méditation, des ascèses ou d'autres exercices, l'élan d'investigation d'Homo sapiens reste sans fond.

Cette quête perpétuelle qui pourrait définir le genre "Homo" s'égrene depuis des dizaines de millénaires. Cette

impulsion semble avoir des racines génétiques. L'orientation structurelle du fonctionnement humain, sa quête tous







azimuts est soutenue par la possibilité qu'il a de transmettre le savoir acquis aux générations futures. Ainsi les rites, les traditions, les cultures diverses participent à la transmission des connaissances accumulées précieusement. En particulier la tradition asiatique véhicule une croyance, ou un savoir pour les initiés : Il est appelé Qi par les chinois, Ki par les japonais, Prana par les Indiens et peut-être est-il semblable à l'Atma des romains et au Pneuma des grecs.

Nous mettrons en parallèle dans ce qui va suivre, le point de vue chinois sur le Qi et le point de vue occidental sur l'Energie.

### Une vue chinoise du Qi

Ces termes différents (Ki, Qi, Prana, Atma, Pneuma, etc) en usage chez des peuples distincts, ne sont-ils pas l'émergence dans les divers langages de l'expression d'un ressenti sûr, certain, de quelque chose de réel quoiqu'impalpable et changeant au gré de l'impulsion de renouvellement de la roue du temps ?

Il semble que notre culture technologique et scientifique soit incapable d'intégrer des concepts dont l'objectivité commune à

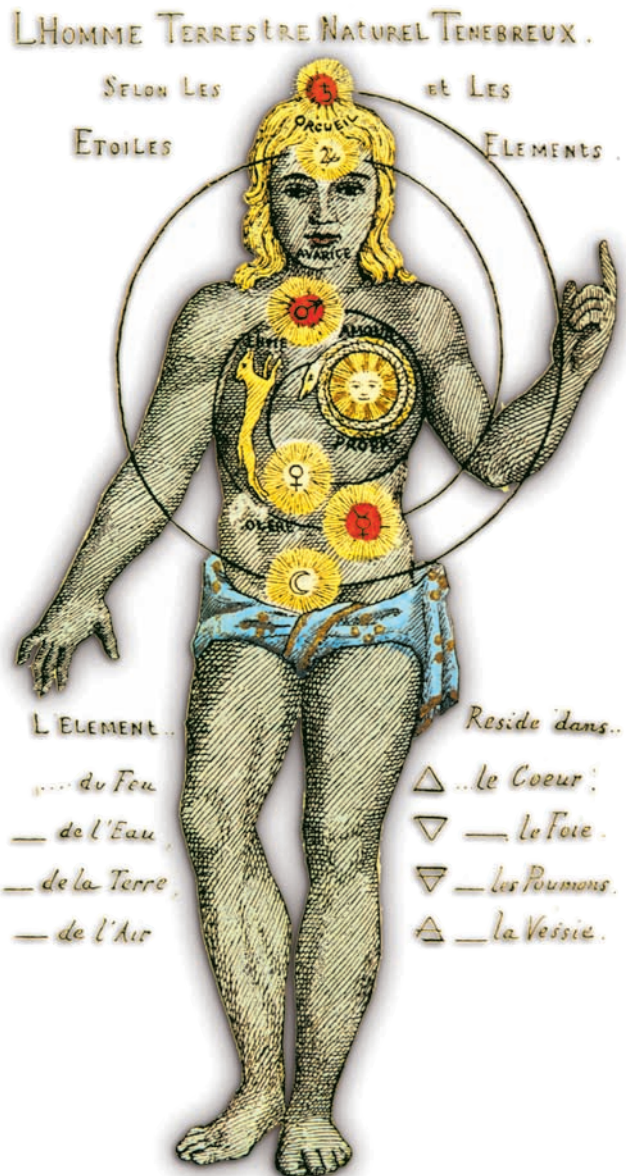


tous les hommes repose sur une subjectivité individuelle. Et pourtant pour nombre d'humains issus de toutes les cultures, le Qi existe, quelque soit son nom local !

N'étant pas chinois ni de race, ni de culture, je me limiterai à des constatations : Les passionnés de pratiques et

d'arts traditionnels tendent à abuser de l'usage du terme "Qi". Il semble représenter pour eux une évidence jaillissante, claire comme une perception auditive, visuelle ou tactile, pure et nette quoique subjective. Le Qi est là, palpable, sous leurs yeux, sous la main, ils vous le contentent comme si vous le voyiez vous aussi..... C'est si évident !

D'après eux, on peut accéder à sa perception, à moins qu'à force d'entendre le mot prononcé on ne tombe dans le piège de l'illusion de la compréhension. D'après un de mes formateurs japonais Itsuo Tsuda : le charisme des hommes publics, la finesse du geste de l'artisan, l'harmonie subtile d'un coucher de soleil, sont imprégnés de Qi.





*Tout est dans tout.*

*Le Qi est partout.*

*Il est dans l'air.*

*C'est lui qui "créé"*

*l'ambiance.*

Il suffit de tenter de le saisir pour qu'il nous échappe. Si on le touche il devient mystère, si on le maîtrise, nos actes sont divins. Et sa maîtrise découle parfois d'une multiplicité de répétitions patientes et pleines d'abnégation.



Pour les japonais, le Ki est très semblable au Qi des chinois. Comme en Chine, on utilise ce mot accolé à de nombreux autres mots différents pour lui donner un sens plus précis et "si culturellement exotique".

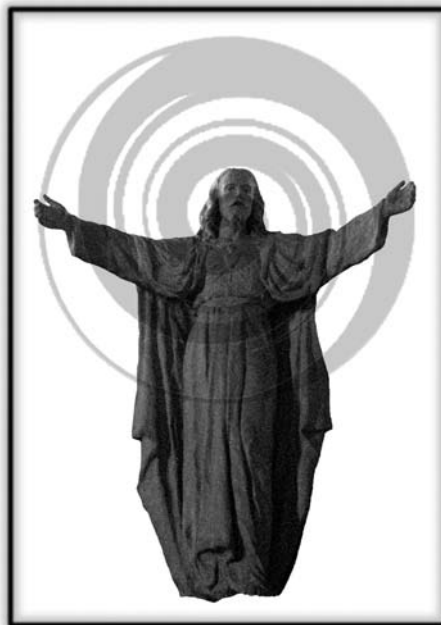
Un pratiquant d'Arts Asiatiques recherchera le Qi par une quête tout à fait semblable à celle de l'occidental, mais peut être vécue intérieurement différemment, car le subconscient des asiatiques n'est pas conformé semblablement à celui des judéo-chrétiens d'origine.

### Une vue occidentale de l'Energie

Le langage populaire suggère fréquemment un lien entre Qi et Energie, comme l'illustrent quelques exemples :

- On dit d'un homme courageux : il en a dans les tripes. S'agirait-il du Dan Tian ?  
- Un convive sur le départ à la fin d'une soirée s'exprime : "L'atmosphère de cette soirée était formidable !" Cette atmosphère si réussie ne serait-elle pas l'expression de la fusion des Qi des participants ? Au casino, ce joueur de dé a soufflé sur les dés pour attirer la chance. Quelle vertu ce joueur attribue-t-il de manière subconsciente à son souffle ? Et lorsqu'on traduit Qi par souffle, y a-t-il un lien?

- La crise énergétique du premier choc pétrolier a fait chuter la confiance dans tous les pays occidentaux, les cours de la bourse se sont écroulés. Sur quoi repose donc cette confiance indispensable au système économique actuel qui le rend si volatile ? A-t-elle à voir avec le Qi ? Quand on parle de crise au pays de l'opulence, la crise ne serait-elle pas morale, une crise de la foi ?



### La foi aurait-elle à voir avec le Qi ?

Un ami m'a conté que lors d'un concert dans une église non chauffée au milieu de l'hiver, la magie des chants avait totalement fait oublier le froid à pierre fendre à tous les participants, qui sont sortis réchauffés. Le Qi y serait-il pour quelque chose ?

D'autre part, un pratiquant Européen d'Arts Asiatiques associera au Qi quelques sensations au Hara, au Dantian, ou bien un fourmillement dans les mains, ou l'apparition d'une sensation de lour-



*L'énergie ambiante d'un lieu sacré chrétien : la basilique de Vézelay (Yonne)*



*Dessin sacré des Navajos (Indiens d'Amérique) représentant les deux énergies cosmiques s'enlaçant et s'enroulant à l'infini tel le Yin/Yang*

## L'Énergie selon le point de vue scientifique occidental

L'Énergie se manifeste sous forme de chaleur -ou d'expansion - ou d'électricité- ou de magnétisme - ou grâce à des myriades de réactions chimiques - sous forme de matière - d'anti-matière - de probabilité - ou de communication - etc.

Quoique de formation scientifique, et lecteur assidu depuis 25 ans de journaux scientifiques, je n'ai pas encore trouvé de définition claire, simple et précise de l'Énergie de la part des spécialistes en sciences occidentales. On sait mesurer l'énergie avec des appareils. On peut la transformer, prévoir ses comportements, la canaliser, la transformer, la transporter, l'utiliser de mille et une manières pour le bien ou pour le tort de l'humanité...

Mais on ne sait pas ce qu'elle est. On ne la cerne pas vraiment. Elle échappe à bien des investigations. Elle a tant de formes. Le monde visible est énergie stabilisée en matière. Du point de vue physique, on peut mesurer l'énergie manifestée, on ne peut pas mesurer l'énergie pure. On a constaté que le fait de mesurer l'énergie la modifiait ! L'observateur influence la matière ou le sujet observé !

Mais il reste que le charisme des grands meneurs d'homme, le don artistique sont une énergie que la science n'a pas encore réussi à mettre en éprouvette.

IL S'AGIT EN QUELQUE SORTE D'UNE VIBRATION ELECTRO-MAGNETIQUE... SCIENTIFIQUEMENT LE TCHI N'EST QUE L'ENERGIE MAGNETIQUE DE MASSE CONTENUE PAR LES NOYAUX ATOMIQUES DES GAZ RARES DE L'AIR... C'EST TOUT.



deur légère inhabituelle, et si l'occasion inespérée d'une exécution gestuelle parfaite et si rare se présente, ce sera son jour de Qi !

## Le Qi dans la Médecine chinoise

Le Qi, les "Qi" seraient les animateurs à la source du mouvement vital. Le Qi se présente à la fois comme Un et Multiple, à l'image de l'être humain (qui fonctionne comme un tout et cependant peut être quelque peu décortiqué en corps/esprit/ fonctions organiques et psychiques etc.). Le Qi se décompose donc en de multiples "sous-Qi".

Par ailleurs, la traduction de Qi par "Souffle" me semble fort adéquate dans le cas du corps humain, car la référence ultime et originelle des souffles qui parcourent le réseau des méridiens et composent l'être humain est une sensation légère, aussi légère que le souffle de l'air qui pénètre notre gorge à chaque inspiration. On peut supposer que des méditants ont autrefois ressenti et pris le temps de décrire les subtils mouvements de souffles mystérieux qu'ils vivaient comme des champs sensibles. Ces souffles nous composent et nous traversent comme de l'air, de manière d'ailleurs bien plus ténue que l'air.

Ainsi 3 Qi principaux président à la vie humaine :

- 1 - RONG Qi, énergie-souffle nourricier
- 2 - WEI Qi, énergie-souffle défensif
- 3 - YUAN Qi, énergie-souffle héréditaire

On décompose également ces trois Qi afin de les relier au fonctionnement de l'être humain vivant de manière interne comme de manière externe, en relation avec l'univers où nous vivons. C'est d'ailleurs là un des atouts de la Médecine Traditionnelle Chinoise auprès du public : l'humain est vu globalement dans sa vie, dans son milieu de vie. Il n'est pas vu comme dans la médecine occidentale de manière séquencée par spécialités et hors de son contexte de vie quotidienne.





## Le Qi selon les Mystiques Taoïstes

L'ordre du monde "organisé" par l'"Inconnaissable", le Tao, n'a pas d'ordre apparent. Le désordre y devient ordre, et l'ordre désordre, à moins que le Tao ne se joue de l'être humain tout spécialement en empêchant son oeil de se percevoir lui-même, en ne lui présentant que des reflets inappropriés !

*Le Qi, lien invisible entre la réalité physique et l'ordre/désordre cosmique se joue de la logique ordinaire.*

Le Mystique puise dans son instinct la pulsion ultime de ses actes. Comme par prescience, il agit de manière chaotique vers un ordre invisible selon une règle du jeu qui dépasse l'entendement conventionnel des relations de cause à effet. Il sera moine ou laïc selon son histoire, sourira peut être au lieu de pleurer, considèrera le réel comme futile et l'irréel comme passionnant.

Ainsi les rituels Taoïstes usent du logique et de l'illogique sans priorité explicite, rassemblant les deux parts innées de l'homme céleste/terrestre dans une danse cosmique qui n'a plus âge, plus de temps, plus d'espace...

### Point de vue mystique occidental

La confiance en son Dieu, pour le Vrai pratiquant de la Voie chrétienne (pratiquant fort rare comme en toute religion), génère des possibilités inhabituelles susceptibles de renverser les montagnes, d'effectuer des miracles. Je ferai remarquer que les miracles décrits quoiqu'inexpliqués par la science restent pour la grande majorité dans le domaine du possible. On n'a pas encore vu repousser de bras coupés à Lourdes. Le bon sens en ce domaine est tel qu'aucun cul-de-jatte n'y va en espérant voir repousser ses jambes !

Le domaine de la Foi s'écarte de la croyance pour entrer dans le champ du savoir intime. La Foi n'est pas intellectuelle ou raisonnée, mais appartient à cette sphère du connu qui s'appuie sur la certitude que confère **une sensation juste du sens instinctif de l'existence humaine.**

Une telle Foi nourrit son homme, mieux que l'amour et l'eau fraîche des jeunes tourtereaux, et permet à des hommes ordinaires tel l'abbé Pierre d'accomplir des tâches difficiles utiles aux contemporains de l'époque et qui témoignent des possibilités de grandeur de l'âme et du coeur.

Les nombreux points de concordance entre la vision générale du Qi selon les orientaux, et l'Energie exprimée en termes occidentaux nous autorisent à formuler le postulat suivant :

**Si un Qi concerne un sujet précis, un thème, un niveau de profondeur humain, ce Qi en correspondance sera relié étroitement avec une ou des énergies décrites dans les sciences occidentales actuelles.** Des correspondances avec certaines particularités des religions d'origine judéo-chrétienne seront fréquentes.

### Corrolaires

Ce postulat autorise de nombreuses déductions qui, point par point, conduiront à une fusion de la compréhension des concepts orientaux et des concepts occidentaux.

Toute comparaison entre le Qi et le concept occidental d'Énergie devra se limiter strictement à un registre, une fonction, un secteur. Tout comme le Yin/Yang ne s'applique qu'à des choses comparables, il doit en être de même pour toutes tentatives d'unification de conception issues de cultures et de civilisations différentes.

Un pont entre traditions orientales et sciences occidentales permettrait d'offrir entre autres :

- Une meilleure compréhension entre cultures distinctes

- Un éveil à la dualité ou à la multiplicité possible de description du monde

- Des clés pour l'étude des concepts et pratiques orientales en annihilant quelques pseudo-mystères et en démystifiant certaines théories basées sur le flou.

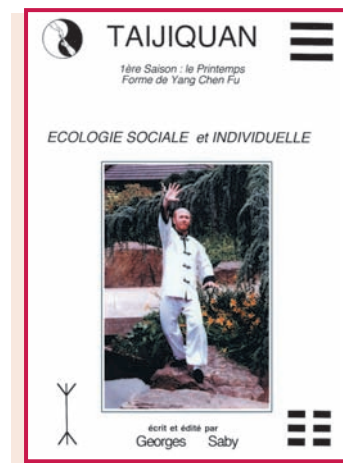
Ce qui m'amène à conclure sur le deuxième postulat : quelque soit notre démarche de recherche, n'oublions pas qu'elle ne fait que repousser le mystère d'un cran, et qu'elle ne doit pas nous aveugler au point d'oublier la magie de l'existence la plus simple !

G.S.

\* Pour connaître les activités énergétiques de Georges Saby : tél : 02 40 65 55



## BOUTIQUE TAO



Titre **TAIQUAN Ecologie sociale et individuelle de Georges Saby**

Référence LGS 1001

Prix **135 FF** Frais de port 20 FF

Total prix **155 FF**

Abonné -10% =

Nom :

Adresse :

Tél. :

Pays

**Tout règlement à l'ordre de :**

**Les Editions du TAO**

**3, rue Vulpian 75013 Paris**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.



Depuis les temps les plus reculés, la Lune a toujours suscité une fascination suprême sur l'humanité.

# LÉGENDE TAOÏSTE

五千  
年  
丹

## du Lièvre de Jade & de Chang-E

La régularité des phases d'apogée et de déclin de la lune avait tellement intrigué les peuples qu'ils lui attribuèrent l'influence sur certains phénomènes, dans la nature, et dans l'existence humaine : fertilité de

l'homme et des animaux, santé et maladies, naissances, morts et mariages. Les paysans surtout se fièrent aux phases de la lune pour déterminer le temps opportun pour les semailles et les récoltes et les accouplements des animaux. Beaucoup d'autres superstitions populaires furent ainsi associées aux phases de déclin et de plénitude de la lune.

L'ancienne civilisation chinoise mise à part, on constata la vénération de la déesse Lune dans les civilisations égyptienne, babylonienne, grecque et romaine. Le fait le plus intrigant demeure dans l'introduction d'un lièvre dans la mythologie et les légendes populaires : en Inde, les gens croyaient qu'un lièvre s'était sauvé sur la lune car il était pourchassé par un chien ! Dans la mythologie classique grecque, le lièvre fut considéré comme la réincarnation d'Artémis la déesse de la chasse, et d'Aphrodite la déesse de l'amour. Comme le lièvre constituait une proie facile pour les animaux chasseurs et qu'il ne pouvait survivre que par son aptitude à se multiplier et à proliférer rapidement, il devint ainsi le symbole de la fertilité et du bonheur de vivre.



### Une influence bouddhiste

La légende taoïste du Lièvre de Jade a beaucoup emprunté à un conte bouddhique. Commençons par cette belle histoire qui fut introduite en Chine par les missionnaires boud-

dhistes venant de l'Inde. Elle raconte l'existence d'une clairière fréquentée par des saints ermites s'y réunissant en méditation. Un soir, le Bouddha y vint accompagné de ses disciples. Il y prêcha les sutras : tous s'assèrent à ses pieds pour l'écouter. La nuit et le jour passèrent. Il faisait une chaleur torride. Tous partirent chercher de l'ombre. Le Bouddha assuma l'apparence d'un Brahman, criant de faim et de soif.

Les animaux de la forêt vinrent auprès de lui pour lui offrir de la nourriture. Arriva le tour du lièvre qui n'avait rien à offrir :

*Maître, j'ai grandi dans la forêt et me suis nourri d'herbes et de plantes. Je n'ai rien d'autre à vous offrir que ma propre chair.*

Juste à ce moment-là, un feu de charbon sans fumée apparut, et le lièvre se prépara à se jeter dedans ; mais avant, il se débarrassa des petits insectes dans sa fourrure et dit : *"Je me suis permis de donner mon corps au saint, mais je n'ai pas le droit de sacrifier vos vies"*. Et il se jeta dans le feu. Bouddha reprit alors sa forme originelle et fit louanges à ce sacrifice :

*"Celui qui s'oublie lui-même, même la plus humble des créatures de la terre, atteindra l'Océan de la Paix Eternelle ! Tous les hommes devraient apprendre de celui qui a été si plein de compassion"*.



Bouddha donna l'ordre que ce même lièvre servit de modèle sur la lune et soit visible pour tous les hommes.

### La version taoïste

Le taoïsme reprit cet exemple du bouddhisme pour en faire le "Lièvre de Jade". Ce lièvre passait son temps à préparer l'élixir d'immortalité, appelé aussi l'Elixir de Jade, sous l'arbre

miraculeux. Celui-ci utilisa tout son talent et réussit à descendre neuf des dix soleils, n'en laissant qu'un seul au ciel. La renommée de Hou-Yi atteignit les oreilles de la Reine Mère de l'Ouest, **XI-WANG-MU**, qui décida de lui accorder la faveur du comprimé d'immortalité. Mais auparavant, il devait s'y préparer en pratiquant prière et jeûne pendant douze mois.

# ANNÉE

Le 16 Février 1999, l'Asie sinisée fête le Nouvel An, sous le signe du lièvre de terre, 4ème animal du Zodiaque chinois. Mais les vietnamiens, eux, fêtent le Chat. Pourquoi le Chat et non pas le lièvre ou le lapin ?

D'abord, il faut savoir que le Chat n'existe pas dans le Zodiaque chinois. Une légende concernant l'entrée du Bouddha dans le Nirvâna en témoigne. Pour assister à l'avènement du Bouddha, les animaux ont été convoqués. Un seul manqua à la réunion. Ce fut bien le chat. Il a trouvé le moyen de s'arrêter en chemin et de faire un petit somme. Cette absence fut très mal prise et le chat fut rayé

五千  
年  
庚  
申



d'acacia. Tenant compagnie à ce lièvre, un immortel du nom de **WU Gang**, exilé sur la lune par l'Empereur de Jade, essaya d'abattre l'arbre espérant ainsi mettre fin à son exil. Mais à chaque coup de hache, l'arbre se cicatrisait.

Reste que le personnage le plus populaire des contes et légendes chinois est sans conteste **CHANG-E**, la **Déesse de la Lune**, transformée en crapaud à trois pattes à son arrivée sur la Lune. L'histoire, semble-t-il, prit sa source aussi en Inde. Elle est racontée à chaque fête de la mi-automne, qui est aussi celle de la Lune. On plaça la période de ce conte sous la dynastie de l'Empereur légendaire **YAO**, vers l'an 2000 avant notre ère.

Chang-E vivait avec son mari, un archer hors pair faisant partie de la garde impériale. Un beau jour, dix soleils apparurent dans le ciel, causant chaleur intense et sécheresse. L'Empereur fit mander **HOU-YI**, l'archer avec son arc

Etant un homme méticuleux, Hou-Yi prit soin de cacher ses préparations dans sa propre maison. Mais un beau jour, étant soudain appelé par une urgence, sa femme Chang-E entra dans sa chambre et fut attirée par la lumière et l'odeur émanant de la pilule : elle en prit une bouchée et sentit qu'elle pouvait s'élever dans l'air. Peu de temps après, Chang-E entendit revenir son mari. Prise de panique, elle s'enfuya par la fenêtre et s'envola vers la Lune. Son arc à la main, les flèches de Hou-Yi essayèrent vainement de l'atteindre.

Arrivée à bout de souffle sur la Lune, Chang-E recracha la pilule qui se transforma en un lièvre de Jade. Elle-même se changea en crapaud. Son mari se construisit alors un château sur le Soleil et chaque année, à la pleine lune du huitième mois, Chang-E et Hou-Yi se réunissent, le Yin allant à la rencontre du Yang.

**EX.T.**

*Trouver le chat ?*



# DU LIÈVRE OU DU CHAT ?

de la liste des animaux.. Une autre légende souligne le même défaut du chat : celui d'aimer dormir. Autrefois, le chat et la souris (ou le rat) étaient de bons amis. Le chat qui aimait dormir, recommanda à son ami de le réveiller s'il fallait aller quelque part. Un jour, l'Empereur de Jade envoya un génie tutélaire sur la terre convoquer 12 animaux pour le Zodiaque. La souris est partie sans réveiller évidemment son ami le chat, et arriva même la première en sautant du dos du buffle qui conduisait la colonne des animaux.

Le chat qui dormait, avait donc raté son entrée au ciel et fut rayé de la liste du Zodiaque. Le génie dut redescendre sur la terre et prit le cochon à la place, ce qui explique l'absence du chat dans le Zodiaque chinois. Depuis lors, il existe ainsi l'inimitié entre chat et souris.

Et en ce qui concerne sa présence dans le Zodiaque vietnamien, d'après "The new chinese astrology" de Suzanne White, probablement quand le Zodiaque chinois fut répandu au Vietnam, à cette époque-là dans cette contrée, le lièvre n'existait pas. Personne ne savait ce que c'était. Les habitants avaient donc choisi le chat, un animal à poil ayant quatre pattes, pour remplacer le lièvre (ou le lapin).

Il y a peut-être une identification ou confusion possible au niveau phonétique du sino-vietnamien : "mao" ou "meo" signifiant le quatrième rameau terrestre ( en chinois, "mao") et "miêu", le chat (en chinois, "mao").

Cependant, chaque animal, lièvre ou chat, est porteur de plusieurs symboles en Chine comme au Vietnam. **Le lièvre (ou lapin) est lié à la féminité, à la fécondité.**

On croyait qu'il n'existait pas de lapin ou de lièvre mâle. Symbole de longue vie, il est représenté, habitant dans la lune, en train de piler l'élixir d'immortalité (Cf. conte du lièvre p. 59) : les personnes nées sous son influence se révèlent calmes, peut-être timides, pacifiques, agréables à vivre, équilibrées, cultivés, sociables et non moins snobs et sensuelles.



Le chat, homophone de "ma", signifie aussi longue vie. Associé, dans l'iconographie, à un papillon, un prunier ou un bambou, il représente une longue vieillesse. Près d'une pivoine, il symbolise la richesse. Mais le chat véhicule nombre de superstitions. Quand un chat étranger vient mettre bas dans une maison, c'est un mauvais signe. Quand il arrive dans une maison, c'est signe de pauvreté, car comme le chat se nourrit de rats et de souris, sa venue suggère que cette maison est infestée de ces dévoreurs de récolte. Le chat capable de voir dans la nuit perçoit les mauvais esprits. Peut-être faut-il y voir un lien avec la croyance que le chat peut se transformer en fantômes "tinh" pour le Vietnamien. Beaucoup d'expressions ou images sont relevées à partir des métaphores de ces deux animaux. En voici quelques unes :

"Le chat et le rat dorment ensemble" : connivence et complicité entre le supérieur et l'inférieur.

"Le chat et le rat ne dorment pas ensemble" : les gens s'entre-déchirent entre eux.

"Le chat pleure le rat et feint la pitié" : le faux semblant de certaines personnes envers les autres, une connotation d'hypocrisie.

"Le lièvre court dans les montagnes mais retourne toujours à son gîte" : les hommes désirent revoir leur pays natal.

Certains récits rapportent aussi que l'Empereur Wen Wang (Dynastie Zhan) mangea des boulettes et cracha trois lièvres l'un après l'autre. En fait, on lui avait présenté, transformé en boulettes, la chair de son propre fils (homophonie entre "tu"=lièvre et "tu"=cracher).

Une image montrant six petits garçons autour d'une table où se tient un homme à tête de lièvre est une allusion à la Fête de la Lune, le 15ème jour du 8ème mois lunaire, et elle exprime le voeu d'ascension vitale et de vie paisible. Pour cette fête, on peut voir des lanternes en forme de lièvre qui rappelle l'image du lièvre sur la lune. On l'appelle aussi le Lièvre de Jade.

Après tout, ce n'est qu'un point de vue, l'important est de nous souhaiter mutuellement **"une très bonne année pleine d'agilité et de souplesse comme le lièvre ou le chat"**.

NGUYEN Chi Lan

Sources bibliographiques :  
Proverbes chinois / Roger Darrobers, Seuil Point Sagesse, 1996  
Le chat : art, histoire, symbolisme/ F. Amadeo, R. Laffort, 1990  
Dictionnaire de la civilisation chinoise/ Eulalie Steems, Éditions du Rocher, 1996  
Dictionnaire des symboles chinois / Wolf am Eberhard, Seghers, 1983.

## LES PREMIERS PAS DU CAFÉ-TAO

Après trois rendez-vous, le Café-Tao s'affirme progressivement comme un cercle de partage et de rencontre d'idées et d'expériences entre personnes de diverses origines sociales, culturelles et professionnelles, animées par le souffle de la quête intérieure.



**L**e lancement d'un Café-Tao initié par Manikoth Vongmany, co-responsable de la rédaction à New Génération TAO, et Jean-Luc Berlet, philosophe en herbe, au Cyberzen Café (85, rue Amelot 75011 Paris) commence à donner une forme intéressante, métissant la communication verbale avec la conscience de la circulation énergétique à l'intérieur d'un groupe humain.

Le concept de Café-Tao, en effet, visait au départ à faire converger dans un espace commun les spécificités de deux grandes cultures : d'une part, la culture occidentale, notamment française, qui accorde une place prépondérante à la prise de parole, à l'esprit





critique et aux joutes oratoires ; de l'autre, la culture orientale, notamment taoïste, qui développe l'écoute du silence et l'expression dans les mouvements corporels. Un espace en projet qui demande à être exploré et expérimenté par d'autres animateurs de France et de Navarre nourris par l'envie de partager et d'échanger leurs découvertes avec les autres.

Le premier rendez-vous a réuni une vingtaine de participants autour du thème "La communication" : présentation du concept par Manikoth Vongmany, introduction philosophique par Jean-Luc Berlet, atelier pratique avec des exercices avec des fils de laine et des cure-dents (animés par Pol Charoy & Imanou Risselard) pour ressentir la communication à deux avant de finir par un cercle de partage. L'habituelle joute oratoire des café-philo laissait place à une autre forme de relation, le partage par la parole du vécu et ressenti de chacun.

Le second rendez-vous (une quinzaine de personnes) autour du thème "Yin/Yang" a été davantage un échange d'idées où il était beaucoup question des échanges Orient/Occident. Un des moments forts de cette soirée a été la visite impromptue d'un penseur d'origine noir-africaine qui a dérangé au premier abord le déroulement du débat par de nombreuses prises de paroles, qui semblaient n'avoir aucun lien direct avec le sujet traité, mélangeant le bouddhisme et le taoïsme, apparentant le Yin (couleur noire !) avec le Mal et le Yang (couleur blanche) avec le Bien... Son message était en fait à comprendre au-delà du sens logique (au sens cartésien) de ses phrases. Il portait en lui tout l'inconscient collectif des peuples noirs...

Si l'on prend conscience de la "synchronicité", de la trame inconsciente des événements, il s'avère que sa présence révèle la condition actuelle de l'être humain de couleur noire aussi bien dans le petit groupe de participants qu'à une échelle universelle. Les animateurs et

notamment Pol Charoy, "l'âme africaine à la peau blanche", ont aidé les personnes dérangées par cette présence bruyante à entendre le "bruit colonial" qui vit en chacun de nous. Dans un espace où l'on œuvre pour un monde meilleur, nous avons la tendance à nous focaliser exclusivement sur un dialogue entre cultures d'Orient et d'Occident (de tradition écrite) : Sommes-nous prêts à écouter les voix des sages africains provenant d'une tradition orale ?

tention (le Yi) dans les arts énergétiques qui permet de sentir la relation avec l'environnement dans sa manière d'être. Ensuite plusieurs participants se sont mis à partager leurs expériences, ce qui a donné lieu à d'enrichissantes rencontres : profs d'arts martiaux, culturiste, rebirther, humaniste, jeune chercheur, artistes, informaticien, etc.

Pour finir, un remerciement profondément taoïste au lieu qui a accueilli la nais-



Quant au troisième rendez-vous (une trentaine de personnes) axé sur "l'esprit et le corps", il a donné l'occasion au philosophe J.L. Berlet de dresser un panorama de la relation entre le corps et l'esprit en partant des Présocratiques (Héraclite et Empédocle), de Platon et d'Aristote, en passant par Descartes, le Judaïsme et le Puritanisme, pour finir par Nietzsche (connaissances solaire et lunaire), l'intuitionnisme de Bergson et la pensée esthétique de Heidegger. Bref, l'orateur a conclu que la culture occidentale liée à cette coupure entre esprit/corps vit dans une certaine schizophrénie culturelle.

Ensuite M. Vongmany a davantage insisté dans son exposé sur la présence du corps énergétique de l'orateur, autrement dit son charisme, et sur le travail de l'in-

sance du café-Tao, le Cyberzen Café, qui a fermé ses portes récemment.

Pour ceux et celles qui désirent participer ou développer leur propre Café-Tao, renseignez-vous auprès des Editions du Tao (tél : 01 45 35 24 64 / fax : 01 45 35 24 66). Il est aujourd'hui vital de créer un autre espace de communication dans un esprit de solidarité et de globalité en soi esprit, corps et émotion (à savoir la Petite Céleste) et avec son environnement (Grande Céleste)... O.D.

**RDV du prochain Café TAO**  
**"Artisane" 16 rue de la**  
**Vieuville 75018 Paris**  
**Métro Abesses**  
**Le vendredi 12 mars à 19 H**

# Les SECRETS du VIEUX MAÎTRE

Par Philippe RAFFORT, Professeur de Tai Ji Quan style  
CHEN & spécialiste de Wushu

# ABSORBER LES SOUFFLES des ORIENTS

**L**e concept antique des cinq éléments constitue le support théorique d'un grand nombre de pratiques, d'arts, mêlant le Qi Gong, les arts martiaux, la médecine, l'astrologie, la musique...

Les exercices simples présentés ici sont basés sur l'idée taoïste de l'existence de souffles, de rayonnements, de niveaux de vibrations, d'une qualité énergétique différente suivant les directions de l'univers d'où elles proviennent. Les recherches scientifiques trancheront sûrement ces questions. Mais même s'il s'avère que ce ne sont que des artifices, des méthodes subtiles pour stimuler d'une manière originale nos organes et en développer des fonctions latentes, il n'en reste pas moins que ces techniques aident à nous sentir unis et en harmonie avec notre environnement, en interaction fine avec lui, si bien que nous pouvons en ressentir un soutien. Ces émanations des plus subtiles sont en résonance étroite avec les cinq organes et peuvent en être une substance nourricière propre à régulariser leur

fonctionnement et à les renforcer, ils sont appelés "Shen Yao", les remèdes divins. Les couleurs traditionnellement associées aux cinq éléments servent ainsi à les visualiser.

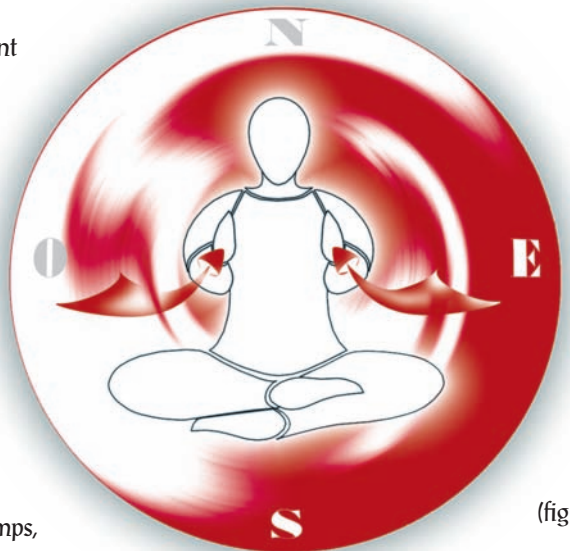
Dans cette série de 4 exercices, l'absorption des souffles des orientes se fait dans un premier temps par les paumes, ensuite le Qi subtil est avalé dans la bouche en inspirant, puis finalement conduit à l'organe qui s'en trouve baigné et nourri. La phase de renforcement consiste en une série de percussions dans la région de l'organe considéré avec un blocage de la respiration. Cet exercice stimule grandement les organes. D'autre part, ces exercices participent aussi à un renforcement interne afin de mieux protéger les organes des chocs "en retour" lors des sorties de force, Fa Jing.



## Absorber le souffle du Sud pour nourrir le cœur

En position assise face au sud, étendez les bras devant vous à la largeur des épaules, les paumes vers l'avant et les doigts dirigés vers le haut, coudes fléchis et épaules relâchées.

Imaginez, visualisez le Qi rougeâtre en face de vous, restez détendu. Ce Qi est attiré et pénètre dans vos paumes, vous le ramenez progressivement vers votre bouche en fermant vos mains. Ouvrez alors la bouche et faites comme si vous avaliez ce souffle recueilli dans vos mains, il descend dans votre cœur et va dans la région du cœur et le nourrit. Répétez cet exercice 36 fois. (fig 1)



(fig 1)



(fig 2)

Dans un second temps, vous allez commencer une série de percussions. Inspirez et bloquez doucement votre respiration, les mains forment des poings souples et frappent en alternance 12 fois la région du cœur, légèrement au début et puis progressivement plus fort pour faire vibrer. Tout ceci sans esprit de violence et dans une régularité avec l'intention de renforcer et de ne pas blesser les organes. Expirez progressivement si possible puis recommencez le blocage et les séries de percussions 2 fois, ce qui fait un ensemble de 36 frappes. (fig 2)

## Absorber les souffles de l'Ouest et de l'Est pour nourrir le foie et les poumons

En position assise face au sud, étirez vos bras sur les côtés, les paumes vers l'extérieur et les doigts vers le haut, coudes et épaules détendus. Exécutez avec les épaules comme pivot 3 cercles avec les bras de l'avant, vers le haut et l'arrière, puis 3 cercles dans le sens inverse. En faisant ces cercles, imaginez, visualisez qu'à votre gauche le souffle vert de l'est et qu'à votre droite le souffle blanc de l'ouest sont attirés par vos paumes et y pénètrent : la main gauche recueille le Qi vert de l'est, la main droite recueille le Qi blanc de l'ouest. (fig 3 & 4)



(fig 3)

Fermez progressivement la main gauche, tournez la tête vers la gauche, ramenez la main et le souffle vert en direction de la bouche et avalez le en inspirant par la bouche. Prenez le temps de visualiser le souffle vert dans votre bouche fermée puis déglutissez, suivez son trajet vers le foie qui sera baigné de souffle vert, puis expirez naturellement.

Faites la même chose en absorbant le souffle blanc de l'ouest recueilli dans la main droite qui va aller baigner vos poumons. Répétez cet ensemble 36 fois. (fig 5, 6)

Commencez ensuite la série de percussions avec blocage de la respiration. Le poing gauche seul frappe la région du foie 36 fois, et ensuite les poings frappent en alternance les côtés gauche et droit de la poitrine 36 fois pour faire vibrer les cellules des poumons, toujours très progressivement et sans à coup. (fig 7)



(fig 4)



(fig 5)



(fig 6)



(fig 7)

## Absorber le souffle du Nord pour nourrir les reins

Toujours assis face au sud, placez vos bras derrière le dos, les mains à hauteur des reins, doigts vers le sol, paumes vers l'extérieur, imaginez, visualisez derrière vous qu'au loin de la région du nord émane un souffle noirâtre ou bleu très foncé. Les mains décrivent des petits cercles dans les deux sens, 3 fois dans chacune d'elles comme dans l'exercice précédent, et absorbent par les paumes le Qi foncé du nord. Fermez progressivement les mains et amenez les vers votre bouche pour avaler le souffle et le conduire ensuite dans les reins, ceci 36 fois. (fig 8, 9)



(fig 8)



(fig 9)

Formez des poings souples et frappez les reins alternativement des deux côtés après avoir bloqué votre respiration, 36 fois. (fig 10)



(fig 10)

## Absorber le souffle du Centre pour nourrir la rate



(fig 11)

Assis face au sud, étendez les bras sur les côtés, paumes vers le ciel, puis élevez-les au-dessus de la tête, paumes en vis-à-vis puis vers le haut, coudes et épaules relâchés. Visualisez au-dessus de la tête un souffle jaune émanant du "palais central" (pivot du ciel), vos paumes absorbent ce Qi. Les mains se ferment et apportent le souffle du centre à votre bouche, vous l'avez comme précédemment et le conduisez à la rate et à l'estomac qui sont baignés de souffle jaune, répétez 36 fois. (fig 11, fig 12, fig 13)

Fermez le poing droit et frappez la région de la rate et de l'estomac 36 fois avec blocage de la respiration puis avec le poing gauche. (fig 14) P.R.



(fig 12)



(fig 13)



(fig 14)

# Les **DAN** dans les arts **chinois** !



La Fédération  
Chinoise de  
Wushu adopte  
le système  
des "Dan" en  
application  
dans les arts  
japonais .



Par SUN Gen Fa, enseignant à l'Académie Tian Long et historien du Wushu 7ème Dan

**L**e 11 novembre 1998, la Fédération Chinoise de Wushu a organisé une formation internationale de passage de Dan\*, destinée aux professeurs exerçant hors de Chine. Les personnes qui ont participé à cet événement sont les premières à avoir obtenu ces grades...

Le Président de la Fédération, Monsieur Li Jie, a déclaré :

*“Le wushu\*\* traditionnel peut recevoir une influence positive des pratiquants des pays étrangers. Cela favorise l’ouverture du wushu vers le monde, et le fait avancer sur la voie qui mène aux Jeux Olympiques”.*



Après une semaine de formation ayant pour but d'uniformiser l'enseignement, tous ont concouru pour différents grades. Ceux qui ont obtenu leur diplôme ont reçu une délégation pour développer les arts martiaux chinois dans leur pays de résidence. Ainsi, 25 professeurs en provenance de France, des États-Unis, d'Australie, d'Allemagne, Singapour,

Suisse, Hongkong, Japon, ont vu officialiser cette mission. La plupart sont des professionnels ayant exercé auparavant en Chine.

La France était représentée pour cette manifestation par Sun Gen Fa et Liang Chao Qun, qui ont obtenu respectivement le 7ème et le 5ème dan.

## Pourquoi les Chinois adoptent le système des Dan ?

Pour le karaté, le judo, l'aïkido et le taekwondo, les Dan sont institués depuis un certain temps. Quant au wushu, si l'on remonte à la dynastie Tang (7-8ème



HAO Zhe Hua de Beijing, championne de Chine dans les années 80

siècle), on découvre que ce système existait déjà. En effet, à cette époque qui marque l'âge d'or des arts martiaux chinois, la pratique du wushu est très structurée. Elle se compose d'examens, de sélections ; on nomme les "lettrés" du wushu pour désigner les plus hauts niveaux.

Sous la dynastie Qing (17ème-20ème siècle), une répression sévère s'abat sur le wushu car, pour de nombreuses raisons politiques, le gouvernement se sent

menacé. C'est une période de régression qui s'instaure. N'étant plus soutenus par l'Etat, la pratique et l'enseignement se trouvent désorganisés. Les arts martiaux perdent de leur prestige. Ils sont considérés comme des activités de basse classe. Cette dévaluation dans la société ne touche heureusement que leur image : le niveau technique ne se trouve pas du tout affecté.

Puis, avec le développement économique, les arts martiaux connaissent un nouvel essor, dont le succès déborde aujourd'hui très largement les frontières de la Chine. S'il existe une grande variété de compétitions de wushu, elles ne permettent cependant d'évaluer que la performance technique. De plus, elles s'adressent aux pratiquants jeunes.

Pour les pratiquants plus anciens, ou pour ceux que la compétition n'intéresse pas, rien jusqu'à maintenant ne permettait de définir leur niveau. L'attribution des Dan comble ainsi ce manque.

Ce système comporte deux intérêts essentiels :

- D'une part, cela permet désormais de reconnaître la compétence de tous.
- D'autre part, cette évolution fait rentrer le wushu dans le système international, et optimise les chances de voir ce sport figurer parmi les disciplines olympiques.

## Fonction des passages de Dan

Pour les pratiquants jeunes, les Dan représentent des objectifs de progrès, à la fois sur le plan physique et sur le plan spirituel. C'est donc un facteur important pour la personnalité toute entière, qui sert de moteur et de guide tout au long de l'apprentissage.

## Précisons que les Dan sont attribués en fonction de 3 critères principaux :

- 1) il faut posséder un certain nombre de "vertus" telles que la sincérité, la modestie, la discrétion, la solidarité, le courage... C'est l'élément le plus important.



2) le niveau technique vient en seconde position.

3) en dernier lieu, on qualifie la démarche philosophique.

Ainsi pour accéder à des Dan supérieurs (à partir du 7ème), il faut pouvoir justifier de sa contribution au développement des arts martiaux : apporter un enrichissement par la rédaction d'ouvrages novateurs, originaux, et promulguer cette discipline non seulement en tant que sport de combat mais comme éveil global de la personne.

*Ainsi les Dan  
constituent un système  
d'évaluation balayant  
les champs physique et  
mental, qui doivent se  
trouver en équilibre.*

*Maîtres He  
Fu Sheng  
(en blanc)  
et Zhang  
Wen Guang  
(en gris)  
tous deux  
9<sup>me</sup> DAN*



Au fil de sa progression, l'élève vise un but toujours plus élevé, sans limite. L'enseignant doit inculquer des règles morales en même temps que la technique pure. Il faut être un modèle, un exemple à suivre. C'est une véritable école de la personnalité, où la plus parfaite correction est exigée. Cela permet aussi de fidéliser le pratiquant à sa discipline, car la réussite pousse à persévérer.

Il convient cependant de ne pas attribuer aux Dan plus d'importance qu'ils n'en ont : en effet, certains pratiquants ne possèdent aucun grade tout en étant d'un très bon niveau.



*Maître SUN Fa reçoit son diplôme de 7ème DAN des mains du Président de la Fédération, Monsieur Li Jie.*

En toute chose, il faut rester nuancé. Les Dan ne doivent pas constituer l'unique reconnaissance de la valeur. De plus, le wushu étant un art, il est parfois difficile de le juger.

Le fait d'obtenir des grades de plus en plus élevés présente parfois un risque : la tentation est grande de se considérer comme un être supérieur, qui n'a plus

- au plan individuel, c'est un moyen de progrès physique et spirituel.  
- au plan de la discipline, ils permettent de développer la connaissance du wushu.

Le passage des grades est institué officiellement en Chine depuis le 30 Juillet 1998. Les 7, 8 et 9ème Dan ont d'abord été décernés aux personnalités de haut niveau. On a reconnu le 9ème dan à 4 grands maîtres âgés de 70 à 90 ans, à titre honorifique. Ce sont : He Fu Sheng, Zhang Wen Guang, Tsai Long Yun et Xi Yun Tai. Par ailleurs, Fu Sen Yuan, le fils de Fu Zhong Wen (le maître de Sun Gen Fa), a obtenu le 8ème dan. Il a 69 ans. Il représente le plus haut niveau au plan international.

Par cette officialisation, la Fédération chinoise de wushu devient ainsi une valeur de référence au niveau mondial.

**SUN Gen Fa &  
Pascale GERET**

rien à apprendre. Une telle attitude ne convient pas à la déontologie des Dan. Dans ce cas, le grade peut être retiré.

En tout temps, en tous lieux, il faut respecter une discipline, garder la même direction quel que soit le chemin déjà parcouru.

Les Dan servent donc un double objectif :

\* Dan : système de grades appliqué dans des arts japonais pour distinguer les niveaux de progression des ceintures noires. La maîtrise technique, l'art du combat, la qualité de l'esprit, l'ancienneté et la fidélité à une tradition, la contribution au développement social de l'art pratiqué ou la pédagogie sont autant de critères qui permettent d'évaluer l'attribution des Dan.

\*\* Wushu : terminologie chinoise désignant l'ensemble des arts martiaux

## Le TAO social (suite)

# Le sens des **DAN** au Japon

Cela pourrait faire la Une de nos journaux : les chinois viennent d'adopter le principe des DAN japonais dans la pratique de leurs disciplines corporelles (le wushu). Aussitôt, une polémique s'engage entre les "pro-dan" et les "anti-dan".

par Jean MOTTE, enseignant d'Aïkido et  
Directeur de l'école IMHOTEP

Mais avant, comment était-ce ?  
Auparavant, la qualité d'un gradé n'était pas désignée par des Dan, mais uniquement par la couleur de sa ceinture. Plus précisément, une couleur blanche ou une noire. La première signifiait que l'impétrant, le néophyte, commençait le chemin ; la seconde, celui qui entrait dans la voie. Enfin, celui qui, après un travail régulier, âpre et continu, pendant de nombreuses années, avait atteint une

*Une chute,  
une attaque ou  
un mouvement  
suffit à dire où  
la personne se situe  
dans son parcours.*



Quant à l'acte de remettre sa ceinture blanche, il doit être pesé, car c'est l'aboutissement d'une réflexion personnelle. Cela peut être un orgueil démesuré ou la conscience d'une vacuité. Cette vacuité, c'est le "non-agir" que tout pratiquant doit tenter d'approcher. Aujourd'hui, les Dan sont officialisés. On commence à **Mokyu** (sans grade) jusqu'au premier **kyu**, puis du premier Dan au quatrième Dan devant un jury d'examen. Ensuite, pour services rendus à une fédération, vous montez en grade comme l'employé d'une entreprise qui souhaite gravir les marches de la hiérarchie, aspirant ainsi au pouvoir. Il existe même des ceintures de couleurs !

### Les effets pervers des Dan

En fait nous rencontrons un **premier problème**. Celui qui pratique un art quel qu'il soit doit comprendre qu'il travaille à vaincre son pire ennemi, c'est-à-dire lui-même. **Les grades n'indiquent donc pas un pouvoir mais la reconnaissance d'une quête personnelle.**

Envisageons maintenant une autre facette obscure des notions de Dan. Plus vous en avez, plus vous êtes avancé sur la voie. Il est évident qu'il y a un côté pervers à cette conception. Plus je suis gradé, plus je me considère comme un maître. L'occident connaît ce vieil atavisme de pensée. Plus c'est cher, plus c'est bon. Nous retrouvons la même pensée erronée dans les arts possédant des gradations.

Si je suis débutant, je vais chercher un endroit pour pratiquer. Je vais regarder si l'enseignant est bon. Ma seule donnée pour juger de cela est de savoir quel grade il a car je ne peux pas être objectif du fait de mon ignorance. Si je compare deux professeurs, l'un 5ème Dan et l'autre 7ème Dan, il est évident que j'irai voir le

**A**vant de prendre une quelconque position, nous allons tâcher d'y voir plus clair au travers des erreurs des interprétations commises dans les arts martiaux japonais par l'adjonction des Dan. Nous garderons à l'esprit que l'échange sino-japonais, bien que difficile, a toujours existé. Une preuve ? Lorsque le moine **Dogen** partit en Chine, il revint au Japon avec un nouvel art qu'il appela le Zen. Il serait donc équitable aujourd'hui qu'un chinois partit au Japon et revint avec un présent japonais, pourquoi pas les Dan.

### Couleurs blanche & noire

Le Dan est un des dix grades supérieurs après le kyu. Ce terme de Dan n'est pas très vieux puisqu'il remonte aux alentours de la deuxième guerre mondiale.

dimension supérieure, remettait de nouveau sa ceinture blanche. Ce geste signifiait son désir de reprendre le chemin, mais à un autre niveau de réflexion. J'aimerais rebondir sur cette dernière notion. Imaginez-vous dans un dojo (salle d'entraînement) regardant pratiquer un monsieur de soixante-dix ans ceinture blanche et qui a commencé à l'âge de dix ans (cela vous ne le savez pas). De l'autre, un jeune homme également ceinture blanche. Vous ne tarderez pas à vous rendre compte de la très grande différence de pratique entre les deux. Pour un professeur (senseï), il en est de même avec les grades intermédiaires. Ainsi il faut quelques instants pour évaluer le chemin parcouru.

Ceci se fait sans heurt, sans difficulté, à la condition sine qua non que le professeur ait une avance importante par rapport à l'élève.

second. N'importe qui peut enseigner n'importe quoi ! Il suffit de monter une association et de se "bombarder" énième Dan.

Le **deuxième problème** rencontré, est donc une anarchie au sein même de chaque discipline. Les clubs peuvent se regrouper en associations, puis en fédérations, cela n'empêchera pas à quiconque de s'installer en indépendant. Personnellement, je suis pour ce genre de fait, car elle représente la liberté de chacun. La personne qui souhaite s'inscrire se voit donc obligée de visiter plusieurs écoles afin de trouver ce qui lui convient le mieux.

*Parce que le grade  
du professeur n'est  
pas tout, il y a aussi  
l'ambiance du dojo.  
Les japonais  
emploient le mot  
"Kimochi".*

Pour finir cette introspection des grades, nous abordons la notion de Maître. Tout le monde s'érige en maître. Les chinois très malins ont bien ressenti le désir des occidentaux à rechercher l'exotisme et une pensée teintée de mysticisme. C'est le plus grand pays producteur de maîtres au monde !

L'image n'est pas très aguichante. Tant pis, certaines vérités blessent mais font aussi avancer les choses. Je suis un fervent admirateur des pensées de Tchouang Tseu. Ce philosophe avait écrit que le vrai maître était celui qui était reconnu comme tel par ses élèves et non celui qui se présentait comme maître. Combien de professeurs se déclarent maîtres et empêchent leurs élèves d'aller s'entraîner dans d'autres clubs. En fait, ils les enchaînent. Ce mot est de Tchouang Tseu.

Nous sommes devant le **troisième problème**. Ce n'est pas le nombre de Dan qui fait un maître mais son charisme et ses qualités techniques. Bref, ce ne sont

pas les beaux oripeaux qui font les bons esprits.

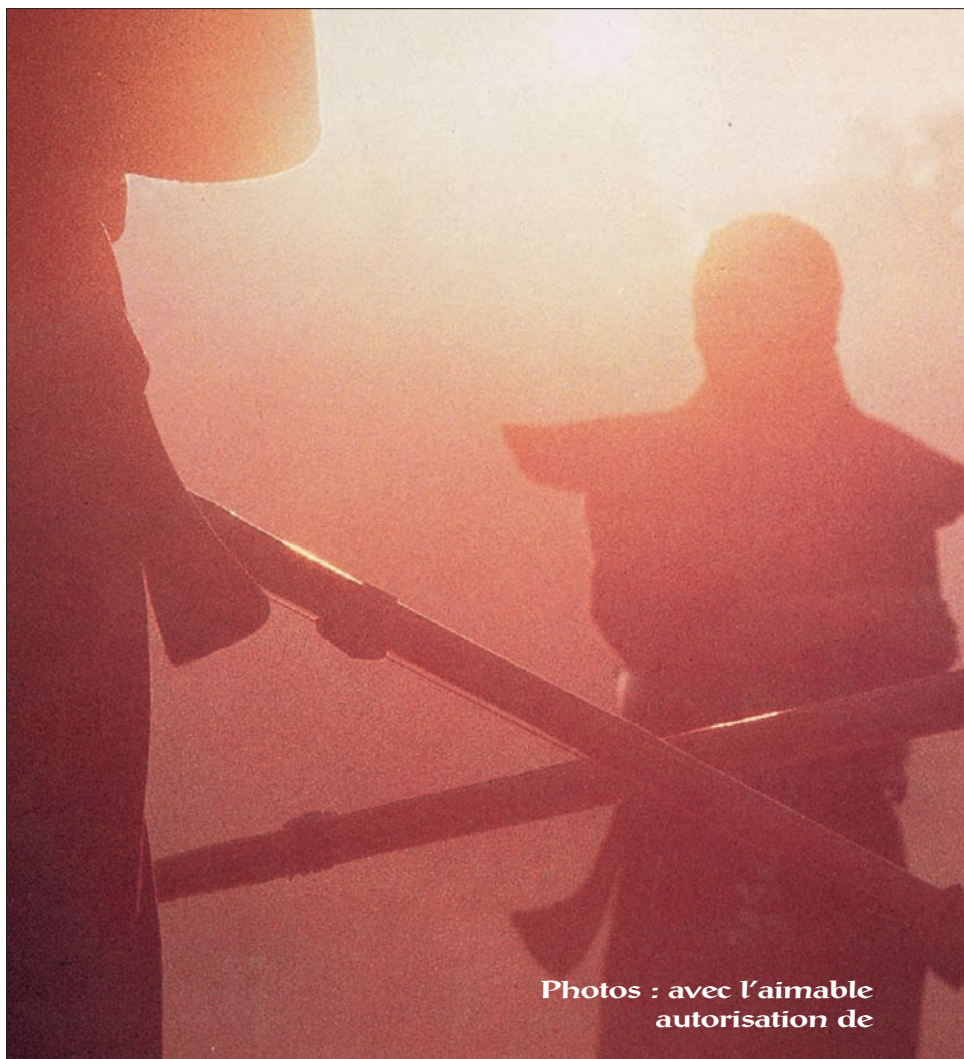
Alors que penser de l'adoption des grades dans les techniques chinoises ?

Il est nécessaire de trouver un système commun à toutes ces écoles aux styles si nombreux. Les Dan sont un bon moyen pour peu que l'on prenne en compte tout ce qui vient d'être écrit. Le point le plus important étant la première conclusion : les grades n'indiquent pas un pouvoir mais la reconnaissance d'une quête personnelle. En d'autres termes, les Dan ne doivent pas être acquis uniquement par un examen technique. Je connais des 5èmes Dan qui sont de bons techniciens

délivreront ces grades soient d'excellents techniciens ayant de plus une éthique morale servant de base à l'évaluation du candidat.

Pour conclure, l'occident a créé les Dan car nous n'avons pas suffisamment confiance dans la nature humaine. Ces grades sont des carottes pour faire avancer les ânes que nous sommes jusqu'au jour de notre transformation où d'équidé nous passons à Homme. A ce moment-là, l'ombellifère ne nous intéresse plus. Cette étape est obligatoire en prenant garde à tous les pièges que "l'homme qui cherche" pourra rencontrer dans son évolution.

**J. M.**



Photos : avec l'aimable autorisation de

mais de mauvais enseignants, et plus encore, irrespectueux de leurs prochains. Il est donc fondamental que ceux qui

**\*Pour connaître les activités de Jean Motte : tél : 01 46 68 03 17**

# La Chine montre ses "DAN"



Par France THAO  
Dessin de  
Pierre KOERNIG

## et négocie sa tradition pour la reconnaissance olympique...

### La puissante fédération chinoise:

a pris la décision d'organiser la pratique de ses arts martiaux en reprenant à son compte le système de graduation des fameux dan japonais.

En conservant le mot japonais, alors qu'elle aurait pu utiliser le terme chinois "DUAN" étant à l'origine de "DAN", la Chine se trahit entraînant beaucoup de conséquence dans le sillage diplomatique de sa quête d'organisation et de reconnaissance olympique.

C'est donc un sentiment de trahison ressenti comme un véritable coup de couteau dans le dos pour tous les responsables d'instance fédérale ayant oeuvré dans leurs pays respectifs pour une reconnaissance authentique des arts martiaux chinois (souvent relégués comme cinquième roue du carrosse après les arts martiaux japonais, coréens, thaïlandais et sino-vietnamiens) ne trouvant leur place qu'en acceptant d'être dirigés sous la coupole d'une fédération d'arts japonais comme c'est encore le cas encore en France avec la FFKAMA pour le Wu Shu de style externe.

Ceux qui se sont battus pour l'autonomie des arts chinois en France se retrouvent désorientés par l'attitude chinoise qui les met en difficulté dans leur négociation auprès des institutions ministérielles et auprès des pratiquants...

*Comment la fédération chinoise de Wu Shu a-t-elle pu ignorer les batailles qui se menaient en Europe pour sortir son propre patrimoine martial de la mainmise de la culture martiale japonaise.*

Nous aurions pu malgré tout nous remettre en selle et continuer à oeuvrer pour l'indépendance et l'unification des arts chinois en continuant notre action nationale, mais quand on apprend qu'il suffisait de se rendre à la cérémonie qui rendait officielle l'organisation des Dan pour la pratique du Wu Shu, pour obtenir et se voir octroyer un cinquième "DAN" "diplomatique" mais complètement réelle et monnayable de retour dans son propre pays ?

La fédération chinoise entâche déjà la confiance que nous aurions pu attribuer à cette décision.

**Nous sommes donc en droit de nous poser certaines questions quant aux conséquences de cet acte pour l'avenir de notre pratique**

- Jusqu'où la fédération chinoise pourra-t-elle décider seule de l'avenir du Wu Shu sans en référer à une consultation des instances internationales ?



- Les plus haut gradés se retrouvent être des chinois ce qui en soi n'est pas un problème mais quand ils sont tous de République Populaire de Chine... Les chinois de la diaspora pourront-ils espérer voir leurs compétences reconnues sans faire allégeance à la puissante Chine ?

- Et pour les autres ceux qui étrangers n'auront pas les moyens de se déplacer dans l'empire du milieu ? Qui pourra justifier d'une compétence pour leur attribuer leur grade ? Sachant qu'en France des 1<sup>er</sup>, 2, 3, 4, 5 et 6<sup>ème</sup> ont déjà été distribuées par la FFKAMA, aux responsables de la section arts martiaux chinois, il suffit d'avoir entre les mains leurs cartes de visite de dirigeants pour découvrir leurs degrés "DAN" attribués en milieu fermé et excluant tous les indésirables de leur cercle de congratulations !!!

- Se verront-ils ainsi reconnus et promus pour le public néophyte, reléguant ainsi celui qui avait refusé la tutelle fédérale japonaise pour défendre l'authenticité des arts chinois à un niveau soi-disant inférieur par le grade "DAN" qui lui sera attribué ?

ET.

**Danse du TAO**  
**Qi Gong Inné**  
**Tai Ji Quan**  
**Bagua Zhang**

**Pol CHAROY & Imanou RISSELARD**

Assistés par  
 Manikoth VONGMANY

Cours :  
 mercredi 10 h à 11 h 30  
 234 rue de Tolbiac 75013 Paris  
 mardi et samedi 10 h à 12 h  
 parc René Legall  
 rue Corvisart 75013 Paris

New **Génération TAO** 3, rue Vulpian 75013 Paris  
 Tél : 01 45 35 24 64 Fax : 01 45 35 24 66



**Association La Main d'Or**  
 Représente pour la Normandie l'Institut Quimétao

**Qi Gong**  **Méditation**


**Naturopathie**

La Main d'Or  
 53, rue Cauchoise 76000 ROUEN  
 Tél : 02 35 07 30 48 Fax : 02 35 23 70 12

**Wushu**

**Roger ITIER**

Rens : 9, Voie  
 DP 19 - 75019 Paris  
 Tél : 01 42 09 96 67  
 ou 06 14 70 19 58



**Maître SUN Fa**

**Stages de Tui Shou**  
 27/02 et 20/03 à Lyon  
**Qi Gong massage**  
 le 12 juin à Paris

Maître de conférence à  
 l'Université de sport de  
 Shanghai 7e DAN  
 Académie Tian Long  
 Tél : 04 72 07 63 82  
 ou 01 47 08 45 85



**Pratiquants de Taiji Quan et de Qi Gong**

*Observer*  
*comprendre*  
*conseiller*

**Gestes, Postures**  
**et Médecine**  
**Traditionnelle**  
**Chinoise**

**Enseignement:**  
*Cours théoriques, mise en application*

Physiologie occidentale  
 Physiologie Traditionnelle Chinoise  
 Etude du mouvement  
 Bilans Stato-Kinésiologiques  
 Pathogénèse  
 Ateliers de pratiques méthodiques  
 Etude de cas.

Documentation Gratuite sur simple demande

**Cercle d'Etude et de Recherche en Taiji Qigong**  
 Domaine de Bastit - 2, rue Terret - 34500 Béziers

**TEL.: 02.40.65.55.01 FAX: 02.40.65.56.16**




**FOREL**  
*Faculté ouverte des religions*  
*et des humanismes laïques*

**INTRODUCTION AU TAOÏSME**



av. G. Michel, 16 B-6000 Charleroi BELGIQUE  
 TÉL (00 32) 071 31 46 10 FAX (00 32) 071 32 86 76

**Institut de Formation Professionnelle**  
**Au QI GONG et TAIJIQUAN**

**1. Formation en TAIJIQUAN**  
 "style CHEN des 24 mouvements"  
 à LYON du 19 au 23 avril 1999 (vac. pâques).  
 (certificat de fin de cycle)

**2. PROFESSORAT de QI GONG (reentrée 99)**  
 sur 2 ou 3 ans en WE à PARIS + stage d'été...  
**Cours théorique de la Médecine Trad. Chinoise.**  
**Pratique du QI-GONG traditionnel et des TUINA**

**3. Stages d'été 1999 en Ardèche**

- 13 au 18/07 TAICHI CHUAN YANG ORIGINEL  
 forme de base, yin/yang, t'chi forme et épée.
- 19 au 24/07 QI GONG et TUINA

"WU DANG QI GONG" (stages ouverts à tous niveaux)

**ITEQG-BPN°3 - 08500 LES MAZURES**  
**Tél/fax : 03.24.40.30.52**





# ESPACE BOUTIQUE

Une série de vidéo-cassettes et un livre qui méritent votre attention. Vous n'y verrez pas de réalisation d'images spectaculaires, ni "d'exotisme énergétique" mais les bases d'un enseignement consciencieux, méthodique et de qualité pour satisfaire votre pratique quotidienne.

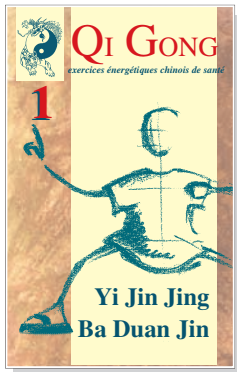
## LES 5 CASSETTES VIDEO VHS-SECAM

par Bruno Rogissart

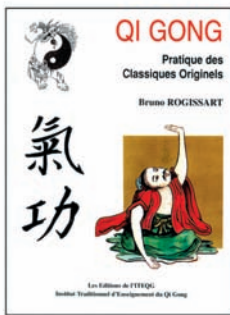
Institut Traditionnel d'Enseignement du Qi Gong

**-10%**  
pour les Abonnés

**750 FF**

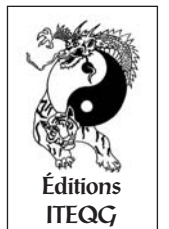


- Volume 1 Yi Jin Jing & Ba Duan Jin.** -réf-K ITEQG 1005  
Méthode de tonification des muscles et des tendons + Les 8 trésors.  
Durée 60' environ. 190 FF
- Volume 2 Zhi Neng Qi Gong 1<sup>er</sup> niveau.** -réf-réf-K ITEQG 1006  
Qi Gong de l'intelligence du cœur de Maître Pen He Ming.  
Durée 40' environ. 190 FF
- Volume 3 Zhi Neng Qi Gong 2<sup>ème</sup> niveau.** -réf-réf-K ITEQG 1007  
Qi Gong de l'intelligence du cœur de Maître Pen He Ming.  
Durée 60' environ. 190 FF
- Volume 4 Wu Qin Xi.** - réf-K ITEQG 1008  
Qi Gong des 5 animaux.  
Durée 45' environ. 190 FF
- Volume 5 Taiji Qi Gong.** - réf-K ITEQG 1009  
Forme en 18 exercices pour Taiji Quan.  
Durée 45' environ. 190 FF



### 1 LIVRE Qi Gong Pratique des Classiques Originels par Bruno Rogissart (Éditions ITEQG)

Origines et principes du Qi Gong.  
Les bases de la médecine traditionnelle chinoise applicables au Qi Gong.  
L'organisation énergétique de l'homme. Les fondements de la pratique du Qi Gong.  
Pratique des classiques du Qi Gong originel (6 séries complètes).  
1/ Les Auto-massages, 2/ Badua Jin, 3/ les 12 Trésors, 4/ Yi Jin Jing,  
5/ les 6 sons et 6/ les 5 animaux.  
-réf-L ITEQG 1013 format 17x23, 240 pages, 200 photos, 150 dessins...175 FF



Référence	Qté	Titre	Prix
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : ..... Fax. : .....

Pays : .....

Arts pratiqués : .....

20 F pour 1 produit, + 8 F pour chaque produit supplémentaire Frais de port  
Total prix ..... Abonné -10%= .....

**Tout règlement à l'ordre de : Les Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

# KUNG FU WUSHU

avec  
**Zhang Xiao Yan**  
Championne de Chine  
et entraîneur de l'Équipe  
de France F. F. K. A. M. A.



Gymnase Dunois rue Dunois métro nationale Paris 13ème  
TÉL : 01 43 35 13 31 Mob : 06 09 80 69 32

# YI KING

LE LIVRE DES MUTATIONS



## CENTRE DJOHI

Téléphone : 01 43 31 08 18  
B.P. 322 - 75229 Paris cedex 05

## Institut du Quimétao



Qi Gong - Tai Ji Quan style Chen  
Da Cheng Quan

Quimétao 57, avenue du Maine 75014 Paris  
Tél : 01 43 20 70 66 Fax : 01 43 20 56 21

DEPUIS 1979 L'ECOLE TRADITIONNELLE DE MAITRE  
TUNG (DONG) KAI YING TRANSMISE PAR ANYA MEOT  
ET LES 22 ENSEIGNANTS CERTIFIES FTCCG

## TAI CHI CHUAN

FORMES YANG ANCIENNES LENTES & RAPIDES ARMES  
TUISHOU DALU SANSHOU ETC... COURS STAGES

GROUPES

### T'OU M

PARIS ILE DE FRANCE PAYS BASQUE PITHIVERAIS  
MIDI-PYRENEES BOURGOGNE GARONNE OISE LOIRE  
NORD POITOU-CHARANTES BRETAGNES ECT...

TEL 01 42 60 21 01

## Ecole de Yi king internationale

L'INTUISOPHIE

- SAGESSE DE L'INTUITION -

S'applique à l'étude de l'univers visible et invisible : le corps, la généalogie, le management familial, le temps de l'auto-développement et de la simultanéité, l'espace de l'habitat et du paysage, l'édification socio-culturelle. Renoue avec les conditions originelles et spécifiquement intuitives du Yi king, Livre des Mutations, et de ses ultérieurs développements techniques et scientifiques, prémises d'une connaissance intuitive. L'INTUISOPHIE aide efficacement à la découverte de soi face aux énigmes, doutes et dilemmes par l'écoute de son propre Maître Intérieur.

\*L'EYKI est une Association Loi 1901.

Contact : EYKI, Ezéchiel Saad  
69, rue Dunois - Bte. 11 535 - Paris - 75013

Tél : 01 44 24 85 39

E-Mail : ezechiel.saad.eyki@hol.fr

## Tai Ji Quan de Tradition Chen



enseignements : 116, Avenue Paul Vaillant Couturier  
94407 Vitry Tél : 01 46 82 94 31

## Imhotep



Découvrir, Construire, Transmettre  
Enseignement d'Energétique Traditionnelle  
et d'Astronomie Chinoise d'après  
les grands classiques

Formation sur 4 ans  
Cours théoriques et pratiques.  
Possibilité de présenter le Diplôme National  
d'Acupuncture Traditionnelle (C.R.E.A.T.)  
IMHOTEP 72, bld Jean Jaurès 94260 Fresnes

Tél. 01 46 68 03 17

Directeur de l'enseignement Jean MOTTE

## Association La Main d'Or

Représente pour la Normandie l'Institut Quimétao

Qi Gong



Méditation

### Naturopathie

La Main d'Or

53, rue Cauchoise 76000 ROUEN  
Tél : 02 35 07 30 48 Fax : 02 35 23 70 12



# Choisissez votre chemin vers le TAO

## Complétez votre collection de New Génération TAO

N°1 : Février/mars 1997 (25 F)

- L'année du Buffle - Les origines du Qi Gong  
- Wushu, l'art du combat chinois - Classification  
arts internes / externes - Le Tai Ji dans les arts  
internes - Science philo : De la civilisation accroupie  
à la notion du Tao - Portrait : Dr Jian Liu Jun

N°2 : Avril/mai 1997 (30 F) épuisé !

N°3 : Juin/juillet 1997 (30 F)

- La conscience du féminin - Les principes de la pra-  
tique du Qi Gong - Massage : l'été saison du cœur  
- Internet : Confucius - Science philo : Le temps du  
changement - Yi Jing : une autre vision du temps -  
Tai Ji Quan style Chen : le secret des mots - La boxe  
française

N°4 :

Septembre/octobre 1997 (30 F)

- Guide des arts martiaux chinois - Voyage aux  
sources du Qi Gong - Massages traditionnels  
d'Asie - Diététique : La règle des  
contraires - Art Tao :  
Les paysages  
i n t é -

Offre spéciale pour  
l'option "TAO intégral" :  
les 8 n° (1,3,4,5,6,7,8,9) + frais de port  
= 250 F au lieu de 305 F

rieurs - Tai Ji Quan: la phrase-  
guide (suite n°3) - Initiation à  
la calligraphie - Kung Fu  
wushu : Les techniques de  
jambes - Le Ju Jitsu

N°5 : Janvier/février 1998  
(35 F)

- L'année du Tigre - Qi Gong  
: Maître Shen Xin Yan -  
Shaolin sur Internet - L'image  
taoïste du corps (1) - Le mas-  
sage du ventre - Le Tai Ji de  
l'éventail- Artao : Le Tao de la  
voix - Mantak Chia ou la  
vision nouvelle... - Wushu externe : Les  
pieds volants - S.V.M. : Salutation à la lune  
- Le Pencak Silat - Médecine chinoise : une tradi-  
tion vivante

N°6 : Mars/avril 1998 (35 F)

- Conte chinois : Dompter la force du tigre -  
Castaneda sur Internet - Qu'est-ce que l'acupunctu-  
re ? - Calligraphie : le travail des bases - Qi Gong  
: Le chemin vers l'intérieur (M. Sun  
Fa) - Portrait: Maître Zhang  
Dongwu- Tai Ji Quan de la  
famille Sun - La boxe du tigre -  
La capoeira, danse martiale

N°7 : Juin/juillet 1998 (35 F)

- Qi Gong : L'unité du corps et de  
l'esprit (Mme Liu Ya fei) - Le mas-  
sage des mains - La cosmogonie taoïste  
- Le théâtre énergétique - Bouddha, le  
rebellé éveillé - Calligraphie : le bonheur - Aux  
sources du Yi Quan- Le Da Cheng Quan - le Tao  
des jambes d'Or - Zen et art martial



N°8 : 21 sept. - 21 nov. 1998 (35 F)

- Dossier spécial "le Tao métissé" : "Juan Li, le Tao  
ressenti" et "Les Guerriers danseurs du Tao" - L'Opéra  
de Pékin - Tao Internet : Méditation Chan avec  
M. Nan-Hui Chin - Aïkido : Do ou Tao ? - Mantak  
Chia : Le Qi Gong de la sagesse - Le Tai Ji de l'écologie  
- Le Tao du Thé - SVM : "Les 5 ponts de fer".

N°9 : 10 déc. 1998 - 10 fév. 1999 (35 F)

Dossier spécial : 5 Femmes du TAO - Acupuncture &  
psychologie - Massages d'hiver - La trame du TAO -  
Wing Chun & Wing Tsun - Sarbacana : Naissance  
d'une Voie - Le Qi Gong du sourire intérieur - La pen-  
sée dans le Tai Ji:

Complétez votre collection  
des anciens numéros

- le n° 1 au prix de 25 F
- le n° 3 au prix de 30 F
- le n° 4 au prix de 30 F
- le n° 5 au prix de 35 F
- le n° 6 au prix de 35 F
- le n° 7 au prix de 35 F
- le n° 8 au prix de 35 F
- le n° 9 au prix de 35 F

Le n°10 vendu chez votre libraire

Frais de port pour :

- 1 n° = 12 F
- 2 n° = 18 F
- 3 n° = 25 F
- 4 n° = 32 F
- 5 & 6 n° = 40 F
- 7 n° et + = 67 F



TOTAL =

Nom : ..... Prénom : .....  
Né(e) le : .....  
Adresse : .....  
Code Postal : ..... Ville : .....  
Tél. : ..... Fax : .....  
Sexe : (M) (F)  
Profession : .....  
Arts pratiqués : .....

Tout règlement à l'ordre de : Les Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

*Soutenez la mutation ...*  
**Abonnez vous  
 au changement !**

**Génération TAO**  
 Votre magazine Culturel d'Art Énergétique

**LES ENFANTS DE CHENJIAGOU**

**DOSSIER LE TAO SOCIAL**  
 COMMUNIQUÉ DU MINISTÈRE DE LA JEUNESSE & SPORTS

**LES DAN DANS LE WUSHU**

N° 10  
 15 FÉVRIER  
 15 AVRIL  
 1999

Suisse 11,80 FS - Belgique 256 FB - Canada 10,95 SC - USA 6,50\$ - Europe 5,33 euros

- JE M'ABONNE POUR 6 NUMEROS POUR UN MONTANT DE **180 F** AU LIEU DE 210 F
- OU DE **320 F** AU LIEU DE 420 F POUR 12 NUMEROS (à partir du n°11).

Nom : ..... Prénom : ..... Né(e) le : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : ..... Fax : ..... Sexe :  M  F

Profession : .....

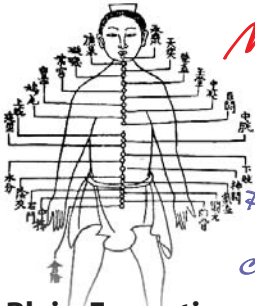
Arts pratiqués : .....



**Tout règlement à l'ordre de : Les Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

**Formation applicable immédiatement**



**Massage Énergétique  
Chinois**

Stage intensif  
du 12 au 16 mai animé  
par le Dr Liu de Jinan (Chine)  
& Jean Motte  
Clôture des inscriptions le 31 mars

**Blain-Formation** 74, rue Dunois - 75013 Paris  
Tel : 01 45 84 53 28 - thierry.blain@wanadoo.fr  
N° de SIRET : 2111862C01 - N° de formateur : 11752994075

**SUN Wendi**

- Calligraphie  
- Peinture  
- Gravure  
de sceaux chinois

Stage à Paris  
le 2 mai 1999

Académie Tian Long  
Paris - Lyon  
Tél : 04 72 07 63 82  
ou 01 47 08 45 85



FÉDÉRATION INTERNATIONALE  
DE CHINDAI  
et arts énergétiques associés

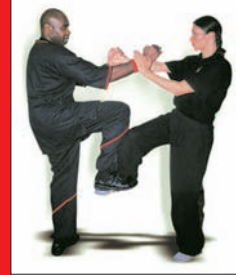
Art de santé et de défense  
Voie de l'équilibre et de la non-dualité  
CHINDAI TAO-QI SHIN-DANCE  
La conscience du Qi  
La puissance des éléments

En France et à l'étranger      Nombreux stages  
Sous forme de cours - stages de      dans l'année à  
formation - diplôme fédéral      l'école centrale de  
Perpignan

FICAEA 27 rue Roland Garros  
66000 PERPIGNAN ☎ 04 68 54 36 15



**E.W.T.O**  
France,  
A.W.T.E.,  
Académie  
de Wing Tsun  
et Escrima.



Initiations, cours, stages  
et formations professionnelles.

Rens : 67, rue de la tombe Issoire 75014 Paris  
Tél : 06 86 04 68 90

**TAIJI QUAN CHEN**



Stage du 5 au 15 avril  
au Pays - Basque  
avec

Maître **ZHANG Dongwu**

Formes - Tuishou -  
applications - etc ...

rens : 05 59 28 32 81  
ou : 05 59 62 27 04  
Email : kienli@aol.com

**LES TEMPS DU CORPS**

**QI GONG**

Cours  
&  
Stages  
à  
Paris,  
Nanterre  
et  
Province



Voyage  
culturel  
&  
pratique  
du  
Qi Gong  
en  
Chine

Formation professionnelle diplômée (durée 3 ans)

"Les Temps Du Corps"  
36, rue du Docteur Foucault 92000 Nanterre  
Tél : 01 47 25 79 14 Fax : 01 47 21 44 24



60 K7 vidéo  
2 Livres  
Tournées de Stages

**TAIJIQUAN  
QIGONG DO-IN  
BAGUAZHANG  
SHIATSU**

Maitre **SABY** 35 rue Claire Fontaine  
44830 BRAINS 02 40 65 55 01

**PUBLICITE**



**RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES**

Prix de Vente : 35 F / Bimestriel Tirage : 40 000 exemplaires  
Format : 210 x 297 / impression offset / dos carré collé / 84 pages  
Remise des ordres de typons : 3 sem. avant la date de  
parution. Trame 150. Date de parution : Tous les 2 mois  
(Date de parution du N°11 15 avril - 15 juin 1999)  
Annulation des ordres : 4 semaines avant la date de parution (N&B  
et quadri). Les frais techniques éventuels sont à la charge de  
l'annonceur dans leur totalité. Emplacement de rigueur : + 20 %.

Contact : Editions du TAO  
3, rue Vulpian 75013 Paris  
Tél : 01 45 35 24 64 Fax : 01 45 35 24 66



*Fa Jing (sortie de force) en Tai Ji Quan par Maître SUN Fa, 7ème DAN,  
calligraphie de "Duan" en chinois.  
Photo de Frédéric SERRALIA.*



**Les Éditions du TAO**  
3 rue Vulpian 75013 PARIS  
Tél : 01 45 35 24 64 Fax : 01 45 35 24 66  
<http://www.webtao.fr>