

ADRESSES UTILES

- ECOLE FRANCAISE DE TAIJI QUAN
BP 3002
49017 Angers cedex
Tél.: 41-43-67-40

- FEDERATION FRANCAISE DES TAI CHI CHUAN
TRADITIONNELS
30 rue de Richelieu
BP 55301
75028 Paris cedex 01
Tél.: 42-86-91-88

- COLLEGE EUROPEEN DES ENSEIGNANTS DU
YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN
c/o Christian Bernapel
18 rue Eugène Carrière
67000 Strasbourg

楊家秘拳太極拳會



*Amicale du Yangjia
Michuan taiji quan*



Bulletin n° 13
mai 1993

楊家秘傳大極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

Le mot du président

Le mois de mai est arrivé avec son concert de fleurs. Le bulletin présent ne vous décevra pas car il est à nouveau bien fourni en articles. Notamment un article sur les origines du Taiji Quan de Serge Dreyer. Vous lirez un article sur l'Olympisme taoïste et un autre sur un projet thérapeutique de la fondation Ling à Lausanne (Suisse). Projet qui va se réaliser en automne de cette année. Certaines personnes m'ont demandé que faisait le curriculum sportif de Christophe Lephay dans le bulletin 12 (par erreur ce bulletin a été numéroté 11 sur la page de garde, je vous prie de faire la correction. Merci.). L'idée est de présenter qui sont les personnes enseignant ou non au sein de l'Amicale afin de mieux connaître les différents membres plus ou moins actifs de notre association. Cette fois-ci vous lirez qui est Paul Destrait de Belgique. Si vous avez un interview d'un ou l'autre membre ou d'autres articles faites les moi parvenir. Le prochain bulletin est pour septembre. Je vous rappelle que les articles publiés dans le bulletin n'engagent que leur auteur et que la rédaction peut éventuellement raccourcir les articles qu'elle jugerait trop longs. Les parutions sont trimestrielles, soit : février - mai - septembre - décembre.

Rencontre annuelle de l'Amicale : N'oubliez pas de vous inscrire et de verser les arrhes correspondant auprès de l'association d'Annecy pour la rencontre annuelle de novembre (5 jours sur le pont du jeudi, férié en France, de l'Armistice). La date limite d'inscription a été repoussée au 30 mai. Faites-le savoir autour de vous et aux membres des associations.

D'ores et déjà, je vous souhaite un bon été ensoleillé et bonne pratique du Taiji Quan.

REUNION ANNUELLE DE L'AMICALE DU YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN LES 10 / 11 / 12 / 13 / 14 NOVEMBRE 1993

L'association A.T.C.H.A (ANNECY) a trouvé un lieu pour la réunion dans une structure que certains connaissent déjà : " les relais soleil ". Celui-ci, le carrefour de l'amitié de Sevrier à 10 km d'Annecy, est vraiment magnifique et offre de nombreux avantages (liaison TGV en gare d'Annecy, puis 10 min. de bus, éventuellement aéroport à même distance, vue sur le lac, chambre à 2 lits avec sanitaires (draps fournis), salles pour la pratique en cas de pluie. PAR CONTRE IL FAUT S'ENGAGER AVANT LE 30 JUIN !! Nous sommes bien conscient de la difficulté de programmer vos dates presque 7 mois à l'avance, mais on n'organise pas un séjour pour 80 personnes du jour au lendemain. Les participants des 2 réunions précédentes ont pu apprécier l'opportunité exceptionnelle de pratique conviviale et d'enseignement dispensé bénévolement par les professeurs présents qu'offre la réunion annuelle. Alors inscrivez vous au plus tôt et parlez en autour de vous. Les prix sont détaillés comme suit :

Mercredi	10	63FF repas du soir 51FF nuit
Jeudi	11	4FF thé, café (avant pratique) 22FF petit déjeuner 69FF midi 22FF quatre heure 63FF soir 51FF nuit
Vendredi	12	idem jeudi plus 36FF pour le repas spécial de la soirée de l'Amicale.
Samedi	13	idem jeudi
Dimanche	14	4FF thé, café 22FF petit déjeuner 69FF midi

Ce qui fait un séjour complet à 950FF taxes de séjour et cotisation de groupe incluses et 850FF approximativement si vous arrivez le jeudi matin et repartez le samedi. Pour les bébés 109FF/jour. De 1 à 5 ans 134FF/jour. NOUS VOUS DEMANDONS DONC DE REGLER LES 30% DU SEJOUR COMPLET AVANT LE 30 JUIN EN REMPLISSANT LE COUPON DE PREINSCRIPTION CI-JOINT. Nous effectuerons les comptes et déductions en fin de stage au cas où vous arriveriez jeudi matin ou partiez samedi soir. A réception de votre préinscription, l'association organisatrice A.T.C.H.A vous enverra tous les détails concernant le lieu et comment s'y rendre.

NOM _____ PRENOM _____

ADRESSE _____

JE M'INSCRIS A LA REUNION DE L'AMICALE DES 10 / 11 / 12 / 13 / 14 NOVEMBRE
EN PAYANT 300FF PAR CHEQUE LIBELLE A L'ORDRE DE :
L'ASSOCIATION ATCHA BP 127 74941 ANNECY LE VIEUX CEDEX.

Pour les gens de la région d'Annecy possibilité 1/2 pension repas du soir et nuitée en moins = 460FF (arrhes = 140FF)

LE NOUVEAU QUOTIDIEN

JOURNAL SUISSE ET EUROPÉEN

RÉDACTION DE LAUSANNE, CH. DE MONTREUX 78, 1007 LAUSANNE, TEL. (021) 626 26 24 - FAX (021) 626 26 25
RÉDACTION DE GENÈVE, RUE DE LAUSANNE 13, 1201 GENÈVE 2, TEL. (022) 326 61 24 - FAX (022) 326 61 25
ADMINISTRATION ET ABONNEMENTS, AV. DE LA BARRÉ 33, 1001 LAUSANNE, TEL. (021) 541 36 70

POUR UN «OLYMPISME TAOÏSTE»

Il y a cent ans, Pierre de Coubertin a lancé l'idée olympique. Aujourd'hui, elle se meurt, tuée par les marchands. Pour la renouveler, il faudrait promouvoir les sports orientaux et surtout la philosophie qui l'inspire.

*Par Jean-Loup Chappelet **

Il y a cent ans et un jour, le 25 novembre 1892, Pierre de Coubertin proposait en Sorbonne de rétablir les Jeux olympiques. «Exportons des rameurs, des coureurs, des escrimeurs: voilà le libre-échange de l'avenir et, le jour où il sera introduit dans les mœurs de la vieille Europe, la cause de la paix aura reçu un nouvel et puissant appui», prédisait-il devant un parterre de sceptiques.

Un siècle plus tard, le sport est effectivement devenu un produit d'exportation, qui se vend et qui s'achète sur un marché global dont les acteurs sont les athlètes, mais aussi les officiels, les médias et les sponsors. Les Jeux olympiques se sont déroulés sur quatre des cinq continents et n'ont été interrompus que par les deux guerres mondiales. Mais la cause de la paix est-elle plus forte pour autant?

La question se pose quand on voit, par exemple, la situation à Sarajevo – la capitale des Jeux d'hiver de 1984 – où, paraît-il, d'anciens membres de l'équipe olympique de tir yougoslave tiraient sur des cibles humaines. Et cela malgré tous les appels à la trêve lancés depuis Barcelone ou ailleurs.

Le sport ou, plus exactement, ce qu'il est devenu ne peut plus être ce pacificateur dont rêvait Coubertin. Il est en effet le synonyme de compétition: il lui faut absolument un gagnant et un perdant. Même des sports comme l'alpinisme et la danse s'organisent sur ce mode (voir la Coupe du monde d'escalade à main nue et le Grand Prix de Lausanne).

Or, la compétition acharnée entre athlètes entraîne dopage et agressivité; la compétition débridée entre organisateurs entraîne gigantisme et dommages environnementaux; la compétition sournoise entre Etats-nations entraîne violence des spectateurs et préjugés des téléspectateurs.

Christophe Gallaz nous le démontre dans ses colonnes à longueur de «Hors jeu». Pour sortir de cette spirale perverse du dopage, du gigantisme et de la violence, il faut à tout prix réduire la composante compétitive du sport, cet «agon» des Grecs qui a donné notre «agonie». Si l'on croit comme Coubertin et si l'on affirme comme la Charte olympique que le sport n'est que le moyen d'un projet éducatif et social, il faut absolument trouver une forme d'activité physique plus respectueuse de l'individu, de l'Autre et de la planète.

Coubertin s'était tourné vers l'Angleterre et ses «muscular Christians», le comble de l'exotisme en cette fin de XIXe siècle. Aujourd'hui, nos regards doivent se porter plus loin: vers l'Orient. De la culture judéo-chrétienne, héritière de l'hellénisme, passons au taoïsme, avec sa conception du corps, de l'espace, des rapports de l'homme au cosmos et de la circulation de l'énergie dans l'organisme.

Intéressons-nous aux sports traditionnels de la civilisation chinoise. Il ne s'agit évidemment pas d'adopter ces arts martiaux occidentalisés, vidés de leur substance et aujourd'hui tournés entièrement vers la compétition, que sont devenus le karaté, le judo, le sumo et autres taekwondo. Merci Bruce Lee!

Il s'agit plutôt de pratiquer ces techniques de boxe imaginaire, de relaxation et d'assouplissement, comme le Taijiquan, le Qigong ou le Yijinjing, qui mettent en harmonie corps et esprit. Leur philosophie non violente et leurs effets indéniables sur la santé ne seraient-ils pas une meilleure façon d'atteindre ces bienfaits physiques et moraux que recherche

désespérément l'olympisme? Utopie me direz-vous! Que croyez-vous que pensaient les auditeurs de Coubertin en ce soir de novembre 1892? Lui-même, aurait-il cru qu'on pourrait électriser les foules avec un «Dream Team» d'un sport inventé un an auparavant?

Qu'on objecte pas non plus que ces disciplines orientales ne sont pas bien représentées mondialement: la plupart des fédérations sportives internationales actuelles n'existaient pas lors de la rénovation des Jeux.

Il est certes difficile d'imaginer des Jeux du tao faisant concurrence aux Jeux olympiques. Pourtant ces disciplines orientales ont une longue tradition, au moins aussi ancienne que celle de la Grèce antique. Leur Olympie s'appelle Shaolin et elles intéressent de plus en plus nos contemporains, ceux qui justement s'éloignent du sport de compétition ou le rejettent.

Mais peut-être faut-il envisager une osmose. Car dans ces formes-là de sport, l'essentiel est vraiment de participer, comme le proclame le credo olympique. Le programme des Jeux doit être révisé pour la fin du siècle et on parle de Pékin comme ville olympique de l'an 2000. Voilà la belle occasion d'associer ces disciplines orientales à l'olympisme, justement ici occidental, et ainsi de le régénérer. Une dernière chance à saisir, peut-être, avant qu'il ne soit trop tard.

Mais ce n'est pas la voie prise malheureusement! Le golf et le triathlon sont jugés beaucoup plus télégéniques. □

* Auteur du livre «LE SYSTÈME OLYMPIQUE»

Bruxelles, le 11 janvier 1993

Cher Monsieur Defago,

Dans le bulletin n° 11, page 9, je relève un souhait de développement du "yang Jia Michuan" dans les pays où il y a peu ou très peu de pratiquants, dont la Belgique.

J'aimerais apporter sur ce point quelques informations, du moins pour ce que j'en connais.

D'une façon générale le Taï Ji Quan se développe assez bien en Belgique, ce qui s'explique sans doute, mais en partie, par un effet de mode.

Cependant, une manifestation désagréable, nuisible même à mon point de vue, caractérise le phénomène.

Il s'agit de la lutte d'influence que se livrent quelques enseignants, je dirais deux ou trois, auxquels se joignent l'un ou l'autre dont l'ego me paraît peu compatible avec l'esprit de la discipline.

Cette lutte se manifeste par des attaques personnelles, des critiques plus ou moins larvées, parfois même très directes dans des revues dont l'un des buts n'est bien souvent que la publicité et la renommée de leur inspirateur, ou par une quasi main-mise sur les pratiquants.

Le pays étant petit, tout nouveau venu est généralement bien vite confronté à ce phénomène. Le malheur est que ce sont les pratiquants qui pâtissent de cette situation et il n'est pas rare de rencontrer d'ex pratiquants qui, dégouttés, en ont terminé avec le Taï Chi.

En ce qui concerne le yang Jia Michuan, j'espère, sans en être tout à fait certain, que nous échappons à ce phénomène, mais en tout cas c'est mon plus cher désir. Or je pense qu'il doit exister dans le pays entre 5 à 10 enseignants qui se réfèrent soit au yang Jia Michuan soit à maître Wang Yen Nienh.

J'en connais personnellement deux à Bruxelles (peut-être même trois), auxquels je joindrai mon épouse et moi-même, un à Anvers (Cara, personnalité remarquable par sa vitalité et sa motivation) et un à Namur.

Jacqueline Frenay, mon professeur d'origine, et moi-même représentons ensemble plusieurs dizaines de pratiquants (ils ne sont pas tous apparents car nous avons Jacqueline et moi l'un ou l'autre cours organisé en commun à la demande de milieux professionnels, les pratiquants ne s'inscrivant alors à l'un de nos clubs que sur une base volontaire. Patience de ce côté là !).

Ceci étant nous devons nous unir dans un respect mutuel, nous désolidarisant ainsi plus encore du phénomène que j'ai décrit plus haut et je regrette que cela n'a pas encore été fait.

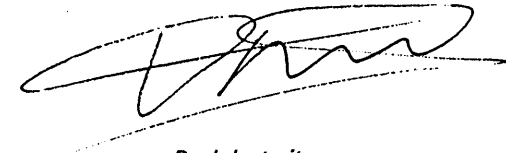
C'est ainsi par exemple que j'organiserai fin avril un stage et que Jacqueline Frenay en sera. J'inviterai très vraisemblablement Inge Rheyms, qui enseigne aussi à Bruxelles, à y participer de l'une ou l'autre façon, ainsi que Cara. Je mettrai en outre Jean-Luc Perot, de Namur, au courant de ce stage.

Mon but bien entendu est l'épanouissement des pratiquants ainsi que le développement d'un Taï Ji Quan de qualité, fidèle à ses sources, dépouillé des errements (tant techniques que philosophiques) de l'ego, mais vivant cependant, c'est-à-dire permettant l'expression personnelle dans le respect de celle des autres. Je considère en outre que les pratiquants ne sont aucunement la propriété de leur enseignant et, déjà maintenant, j'annonce à mes propres élèves qu'ils leur faudra un jour, plus tard, aller voir ailleurs ce que d'autres ont à leur dire, ou mieux, à leur montrer.

Pour le reste, et pour ne pas encombrer ce texte, je m'expliquerai en annexe sur ma recherche personnelle.

Je souhaite donc que le Yang Jia Michuan, parmi d'autres styles éminemment respectables, prospère pour la réalisation personnelle des ses pratiquants, et c'est ce dont je voulais vous faire part.

Dans l'attente du plaisir de vous rencontrer, je vous prie de croire, Cher Monsieur Defago, à l'expression de mes sentiments les plus amicaux.



Paul destrait
Les Ateliers Taï Ji Quan
Rue Américaine, 165,
1050 Bruxelles.

Considérations personnelles.

Je suis venu au Taï Ji Quan par les arts martiaux, ayant notamment pratiqué l'Aïkido pendant quelques années et poursuivant d'ailleurs la pratique d'autres disciplines pour l'instant.

Je pratique intensément le Taï Ji Quan depuis quatre ans, avec deux professeurs pour l'essentiel - Jacqueline Frenay pour ce qui est de l'enseignement de maître Wang Yen Nienh

- madame Ning, originaire de Pékin, pour le Taï Ji Quan émanant de Chine Populaire (forme de compétition).

J'ai en outre entamé l'étude du Hsing|Chuan avec Madame Ning (et passerai peut-être un jour au Bagua).

Entre-temps, j'ai éprouvé le besoin de rechercher la source, par l'étude et par une ouverture vers l'extérieur (autres enseignants et Maître Wang Yen Nienh lors du stage d'Angers).

Ma préférence va nettement au Yan Jia Michuan car les attitudes qu'il recouvre, si elles sont moins spectaculaires, me paraissent plus nobles et surtout, permettent explicitement l'acquisition et l'expression énergétiques.

Car à titre personnel, ma recherche porte bien, et tout d'abord, sur l'énergie vitale. Ce qui par ailleurs m'a conduit à suivre un stage avec Maître Mantak Chia.

Cette recherche porte aussi sur la mobilité. Etant un poids lourd, plutôt bâti en force, j'ai découvert un rare bonheur dans le Taï chi à pouvoir bouger et sentir mon corps bouger.

Si ma préférence va au yang Jia Michuan, je ne peux absolument pas négliger l'apport du Taï Chi de Chine populaire d'autant plus que j'y ai appris l'enchaînement de compétition (42 positions) et que Madame Ning, qui a été 2 fois championne internationale, y impose, en toute gentillesse, une rigueur sans failles dans la recherche du geste juste.

Ce travail sur soi-même appliqué au Yang Jia Michuan..... voilà une source remarquable d'épanouissement, et même, un objectif de vie !

Que d'autres en profitent, non pour le renom des enseignants, mais pour leur propre réalisation.

Tout un temps, j'ai été troublé par les libertés prises avec le style par certains enseignants que j'ai rencontré. J'ai bien sûr franchi cette difficulté, mais au prix d'un grand travail et j'en suis actuellement à une période de retour à la source (Maître Wang Yen Nienh) et de recherche de la sobriété du geste. Il me paraît que seule cette sobriété peut conduire à l'acquisition de l'énergie, et à d'autres bénéfiques, plus philosophiques.

En fait, je considère qu'une forme déterminée est un peu comme une oeuvre musicale. Des principes fondamentaux propres à la musique d'une part, et la création du compositeur d'autre part, doivent être respectés strictement lors de l'exécution, mais pour le reste l'exécutant peut encore exprimer sa personnalité. C'est ce qui fait que l'on reconnaît Mozart, par exemple, mais qu'à l'exécution l'on reconnaît et distingue aussi tel interprète de tel autre.

J'ai donc choisi de respecter la tradition, l'héritage, de cultiver la sobriété du geste, et de souligner, quant à moi, la composante énergétique.

Et c'est pourquoi, à des élèves, je ne peux que montrer et puis leur dire, en toute honnêteté, que d'autres auront d'autres choses à leur montrer et qu'il faudra un jour aller les voir.

Je dois préciser que mon épouse, qui suit le même parcours d'apprentissage, emportée par ma conviction, partage les mêmes idées pour l'essentiel.

Travaillant comme elle sur l'épanouissement individuel, j'ai simplement la chance de pouvoir investir pour l'instant plus de temps qu'elle dans la recherche et l'enseignement du Taï Chi, ce qu'elle ne néglige pour autant pas puisqu'elle est tout à fait capable de me remplacer quand besoin est.

PAUL DESTRAIT



Les enseignants vont à l'école

Ca n'est pas tout de fonder un Collège des Professeurs ! Ensuite, que faire ?

Eh bien, un week-end de formation pour professeurs, par exemple, comme celui des 13-14 mars derniers, à Paris.

L'idée, c'est que nous savons tous des choses, et que nous pourrions partager ces connaissances. Par le biais d'ateliers bien structurés et soigneusement préparés à l'avance, nous pouvons devenir, à tour de rôle, enseignants et étudiants.

Or qui dit Paris ne dit pas forcément bitume : nous étions en pleine verdure, dans un campus à l'américaine, qui se trouve être le CREPS de Chatenay-Malabry. Nous y mangions, travaillions, dormions; bénis par un soleil précoce et généreux, nous avons pu pratiquer en t-shirts dehors, ce qui était tout de même inattendu pour la saison.

Nous étions une vingtaine de participants, soit à peu près le tiers des membres du Collège, avec une absence flagrante : les Parisiens auraient-ils trouvé le lieu du stage trop peu exotique à leur goût ?

Samedi matin et après-midi, nous avons abordé le travail de base, les fondements : les **applications**.

Sabine (Metzlé) nous a fait voyager en détails dans le 1er duan; pour ceux qui connaissaient, ça leur a donné l'occasion de voir que ça n'était pas encore ça (!), pour les autres ce fut une découverte : "aaah maintenant je comprends mieux pourquoi la main doit passer par l'intérieur !".

Dimanche matin, Jean-Luc (Pérot) nous a fait faire des exercices visant à mieux "sentir" les choses dans notre corps, et aussi à faciliter le contact avec le corps de l'autre.

Le thème était **enracinement et absorption**, mais pour moi ce fut plutôt une invitation à l'écoute du corps propre et du corps de l'autre.

Les exercices étaient simples et facilement réutilisables - je veux dire, je m'imagine bien les proposer lors de stages ici à Genève.

Ils demandent à mon avis de créer une atmosphère de confiance et de concentration pour pouvoir atteindre un niveau profond : j'ai envie de relever ce défi !

Ces exercices sont aussi excellents pour les personnes, nombreuses me sem-

ble-t-il et j'en fais partie, qui ont des réticences/craintes par rapport au tui-shou; ils présentent l'aspect "yin" du travail à deux : le ressentir (plutôt que l'agir).

Dimanche après-midi, Christian (Bernapel) nous a présenté ses réflexions sur la morphologie et la fonctionnalité du corps en relation avec le taiji (axe vertical pieds-sommet du crâne).

De manière générale, il me semble pouvoir dire que j'ai mieux appris/compris/retenu les choses qui ont passé par le corps, par l'expérimentation propre, que les choses dites.

Je préférerais (à l'avenir) avoir des ateliers pratiques plutôt que des présentations "théoriques".

La soirée du samedi soir fut informelle, on pourrait imaginer pour la prochaine fois organiser quelque chose de plus structuré... à vos idées !

A propos, la prochaine rencontre étant en train de se préparer, autant vous en informer : il y a de fortes chances qu'elle ait lieu à Paris les

24 - 25 septembre 93

(vendredi et samedi) et que le dimanche nous nous joignons à la Fête des Taiji Quan traditionnels.

Professeuses et professeurs, réservez votre week-end !

"La vie est une école, apprendre n'a pas de fin."

(Vieux proverbe chinois)

Valérie Oappel



FONDATION LING
MEDECINE PSYCHOLOGIE CULTURE
2, Av. de Solange CH - 1006 Lausanne
TEL 41-21-312 09 51 FAX 41 - 21 - 312 11 03

"CORALING" UN PROJET DE RECHERCHE-ACTION

Prévention et traitement adjuvant des syndromes de dépendance par des exercices psycho-corporels

1. Contexte du projet.

Il s'agit d'un projet de recherche-action à propos d'une méthode de traitement complémentaire et de prévention du syndrome de dépendance (d'étiologie multifactorielle) touchant des patients bien connus des institutions psychiatriques. Ce projet est présenté par la Fondation LING, Médecine-Psychologie-Culture, à l'attention de diverses instances privées et publiques. Cette fondation à but non lucratif réunit près de 450 membres de tout horizon professionnel (médecins de toutes spécialités, psychologues, anthropologues, infirmières, soignants traditionnels et parallèles, ingénieurs, techniciens, enseignants, etc.). Elle organise et réalise des recherches de nature interdisciplinaire et interculturelle, ayant pour but de mettre au point de nouvelles stratégies préventives et thérapeutiques au bénéfice de la santé. Elle s'intéresse notamment aux méthodes articulant entre elles les théories et techniques scientifiques habituelles et celles des médecines "parallèles" ou "traditionnelles".

Pour le présent projet, la Fondation s'est assurée au préalable de la **collaboration** de plusieurs institutions médicales et psychiatriques de notre canton, ouvertes à la réalisation d'un tel projet. Il s'agit notamment du Département Universitaire de Psychiatrie Adulte de Lausanne (Prof. Henri Dufour, Hôpital de Cery), de l'Unité de Réhabilitation de ce même Département (médecin-chef, Dr François Grasset, Hôpital de Cery), et de deux établissements médico-sociaux destinés à la réinsertion de patients psychiatriques (Foyer des Lys et Foyer Point du Jour, à Lausanne). Il va de soi que toute autre institution, privée ou publique, intéressée par un tel projet, peut devenir un partenaire de notre recherche-action, selon des modalités à définir. Outre ces partenaires médicaux et médico-sociaux, la Fondation Ling souhaite s'associer la collaboration de divers partenaires du service public et du secteur privé. Toute autre institution privée ou publique intéressée par un tel projet peut devenir un partenaire de ce projet à l'avenir, selon des modalités à définir.

2. Définition du problème.

En dépit des importants moyens thérapeutiques et préventifs mobilisés par notre canton en matière de santé mentale, et malgré la compétence et le travail consciencieux fourni par les équipes spécialisées de nos institutions publiques, de nombreux patients psychiatriques continuent de souffrir de troubles durables qui les transforment en véritables handicapés. Comme l'ont montré de nombreux travaux scientifiques, en Suisse comme à l'étranger (notamment ceux de Wing & Brown en Angleterre), cette torpidité des troubles ne dépend pas seulement de la maladie primaire qui affecte le patient, mais de facteurs liés à leur environnement familial ou thérapeutique, qui les entretiennent dans leurs troubles et contribuent à l'installation d'un **syndrome de dépendance**. Ce syndrome secondaire, qui a pour conséquence, entre autres, de coûter cher au denier public, consiste en un tableau clinique familier à maints médecins, psychiatres, soignants, centres de postcure, etc.

3. Les moyens thérapeutiques habituels.

Ils sont généralement restreints à la **pharmacothérapie** (prescription de médicaments), à des **mesures psychosociales** (encadrement par une équipe de médecins, d'infirmiers, d'assistants sociaux, d'ergothérapeutes, placements dans des foyers de postcure, etc.). Ces moyens sont certes élaborés, mais restent peu efficaces à long terme. Pourquoi? Parce que le syndrome de dépendance de ces patients nécessite des moyens plus complets, incluant des stratégies somatiques (application de mesures physiques). Ceci va confirmer d'ailleurs la définition classique de la santé proposée par l'OMS, qui souligne la nécessité d'un bien-être physique, mental et social.

L'expérience clinique et des recherches avancées en psychiatrie montrent que la chronicité des troubles psychologiques et mentaux peut être prévenue et contrôlée lorsque les patients sont "déboutés" hors de leur tendance à s'installer dans une dépendance physique et psychologique envers les prestations de la psychiatrie institutionnelle (pharmacothérapie lourde, encadrements figés, etc.) (cf. Wing, Wing & Brown). Pour maîtriser ce problème insuffisamment résolu de dépendance, il importe en premier lieu de valoriser et d'activer chez les patients leur capacité à se prendre en charge eux-mêmes (concept de *self-help* des anglo-saxons). Plusieurs travaux internationaux tendent à montrer que les **exercices de type psycho-corporel** conviennent particulièrement à ce type de population de patients, du fait qu'ils accroissent leur aptitude à se prendre eux-mêmes en charge. (saxons).

4. Le taijiquan, exercice psycho-corporel.

La Fondation LING, par son identité ethnomédicale, porte une attention soutenue aux méthodes thérapeutiques et préventives nouvelles, dans une perspective interdisciplinaire et interculturelle. C'est dire qu'elle s'intéresse aussi aux applications thérapeutiques "alternatives", utilisées par les médecines "douces".

Parmi ces diverses méthodes, les exercices psychocorporels mis au point à partir de la **médecine chinoise traditionnelle** ont particulièrement retenu l'attention de notre Fondation, et nous avons commencé à les étudier et à les expérimenter grâce à quelques-uns de nos membres qui les enseignent depuis des années. Il s'agit ici notamment taijiquan.

Le **taijiquan** (prononcer "tai-tchi-tchuan") est une forme de gymnastique chinoise pratiquée quotidiennement depuis plusieurs siècles en Chine. Cet exercice, conçu initialement comme un art martial, puis comme une "technique de longue vie", est réputé pour ses bienfaits physiologiques et psychologiques. Ses vertus relaxantes aussi bien que dynamisantes sont soulignées par tous les maîtres de taijiquan, comme par nombre de praticiens dans le monde. La médecine traditionnelle chinoise recommande ce travail sur le corps et l'esprit comme une stratégie de longévité (les principes de base du taijiquan reposant sur ceux du taoïsme, commun à tant de disciplines chinoises, y compris la médecine).

Le taijiquan connaît de nombreuses variantes et plusieurs styles ou "écoles". Il se pratique debout, sur un sol ferme, individuellement ou en groupe. Il s'agit d'exécuter, souvent très lentement, et dans un état de haute concentration, un certain nombre de mouvements répartis en plusieurs séquences. Puissance et souplesse, poids et légèreté interviennent en même temps ou alternativement, la musculature prenant idéalement une consistance subjective de "métal fondu". L'impression donnée est celle d'une danse au ralenti, assez élégante d'ailleurs (quelle que soit la corpulence du pratiquant).

Les pratiquants de taijiquan peuvent vérifier petit à petit une amélioration de leur santé générale, une augmentation de leur souplesse et de leur capacité d'endurance physique, une meilleure coordination psychomotrice, une plus grande faculté de concentration et de calme intérieur. Cette discipline combat efficacement le stress, l'anxiété et la nervosité excessive. En outre, il est hautement probable que les états dépressifs légers, la timidité, le manque de confiance en soi, les mauvais rapports entre le corps et l'esprit, les troubles psychosomatiques puissent être améliorés par une pratique patiente et régulière du taijiquan. Enfin, les troubles de l'équilibre et de la coordination motrice, ou les effets secondaires de certains médicaments psychotropes, ou encore les raideurs articulaires sont mieux maîtrisés par une pratique régulière.

Les principes essentiels du taijiquan sont fondés sur la conception taoïste traditionnelle du corps, de l'espace, des rapports entre l'homme et son environnement cosmique, de la circulation des "souffles" ou énergies dans l'organisme. C'est une remarquable voie à suivre pour celui ou celle qui cherche à mieux se connaître et à mieux "s'implanter" dans la vie.

Le **taijiquan** paraît hautement intéressant pour les patients souffrant du syndrome de dépendance que nous avons défini. Cette gymnastique chinoise a pour effet à la fois d'apaiser et de redynamiser l'individu, en lui procurant de surcroît une euphorie naturelle (forme de réconfort habituellement recherché par les patients dépendants dans les médicaments tranquillisants, les drogues, l'alcool, et dans l'instauration d'une relation de dépendance vis-à-vis des soignants). En outre, l'élève en taijiquan fait l'expérience d'un meilleur ancrage dans la réalité physique et sociale s'il pratique ces exercices en groupe, sous la houlette d'un enseignant spécialisé.

5. Projet de la Fondation Ling.

La Fondation Ling propose de vérifier sur le terrain clinique l'utilité d'une nouvelle stratégie de soins et de prévention du syndrome de dépendance. Cette stratégie consiste à **enseigner, en groupe, des exercices de taijiquan** à des patients souffrant du syndrome de dépendance. Cet enseignement en groupe devrait non seulement améliorer la condition physique et psychologique de ces patients, mais favoriser leur aptitude à communiquer avec autrui dans un contexte psychopédagogique qui n'exige pas trop de discours (communication non-verbale) et favorise un climat détendu. Enfin, la dynamique de groupe instaurée de cette façon a, d'un côté, un effet encadrant et protecteur qui gratifie les besoins régressifs, mais d'un autre côté, un effet de remotivation sociale (être plusieurs à lutter pour s'en sortir et apprendre à s'aider soi-même [*self-help*]). Le levier de la **dynamique interpersonnelle**, dans cet enseignement en groupe, permet de remobiliser les potentialités de chaque participant. Ainsi, chaque séance d'enseignement serait par exemple accompagnée au début et à la fin d'un petit débat facultatif, destiné à catalyser les échanges verbaux entre les participants et à les sortir progressivement de leur passivité et de leur isolement pathologique. Par conséquent, à la fois méthode psycho-corporelle et sociothérapie, l'enseignement du taijiquan comme **adjuvant préventif et thérapeutique** aurait pour objectif de rendre optimales les chances de succès du traitement habituel (médicaments, encadrement psychosocial).

6. Organisation du projet.

La population concernée par ce projet se recrute auprès de patients psychiatriques souffrant du syndrome de dépendance, et de provenance diverse (établissements médicaux, médico-sociaux, patients adressés ambulatoirement par des praticiens du secteur privé, etc.). Tous ces patients sont proposés à la Fondation Ling, puis intégrés à la recherche-action du projet Coraling à condition d'y donner leur plein accord et de faire montre d'une certaine motivation.

L'enseignement sera donné en groupe au rythme d'une séance par semaine. En ce qui concerne la durée globale, chaque patient devra suivre l'enseignement et l'entraînement des exercices pendant six mois au minimum, idéalement pendant une année. Il est encouragé à s'entraîner quotidiennement, sans l'enseignant (env. 20 à 30 minutes par jour), pendant le reste de la semaine, au besoin avec le soutien de ses soignants habituels (dont plusieurs participeront à l'enseignement).

Les exercices de taijiquan pour les patients souffrant du syndrome dépendance sont mis au point techniquement, avec l'avis d'un médecin-psychiatre, par une équipe d'enseignants expérimentés en cette méthode. Ces enseignants sont recrutés parmi les membres de la Fondation Ling qui ont déjà travaillé à l'élaboration du projet. Il s'agit des personnes suivantes: Mesdames Catherine Egger, Véronique Terrier, Mireille Vuillemin, Monsieur Luc Defago (et leurs collaborateurs directs). Ces enseignants sont disposés à travailler dans un premier temps bénévolement (participation aux frais de déplacement néanmoins souhaitée).

L'enseignement est donné à des groupes de patients n'excédant pas 15 personnes à la fois, en présence de soignants motivés pour les apprendre en même temps et pour les répéter avec les patients dans l'intervalle, de façon échelonnée et progressive, au rythme d'une séance d'une heure au moins par semaine. L'enseignant se rend sur place et bénéficie de la présence (et de l'assistance professionnelle) d'un membre - au moins - de l'équipe soignante de l'institution concernée (qui apprend en même temps la méthode). Les patients ayant quitté l'institution avant que leur participation à l'enseignement soit achevée peuvent continuer à venir ambulatoirement aux séances.

La responsabilité du projet présenté appartient à la Fondation LING, qui se charge d'en organiser les moyens d'application et le calendrier d'exécution. Enfin, il n'est pas exclu de faire à plus long terme une évaluation catamnétique de l'évolution psychosociale de chaque patient ayant participé au programme de prévention, afin de vérifier son degré d'autonomisation. psychotropes, ou encore les raideurs articulaires sont mieux maîtrisés par une pratique régulière.

7. Petite bibliographie utile.

- BIERY James. Tai-chi for four muscles. Popular mechanics, no 156-157, 1960.
BROSSE Thérèse. Etudes instrumentales des techniques du yoga. E.F.E.O., Paris, 1963.
CHEN Yearning. T'ai-chi ch'uan, its effects and practical application. Hong Kong, 1965.
DELZA Sophia. Body and mind in harmony, Paperback by Cornerstone Library, New York, 1972.
DESPEUX Catherine. T'ai-k'i k'uan, technique de longue vie, technique de combat. Publ. avec le concours du Centre National de la Recherche Scientifique, Collège de France, Institut des Hautes Etudes Chinoises, Paris, 1975.
DESPEUX Catherine. Taijiquan, art martial et technique de longue vie. Ed. Guy Trédaniel, Paris, 1981.
EISENBERG David. Encounters with Qi. Exploring Chinese Medicine. Norton & Comp. Inc., 1985, Penguin Books, 1987.
HUANG & WONG Ming. Soins et techniques du corps en Chine au Japon et en Inde, Paris, 1971.
Le BOULLUEC Chantal. Les effets du tai-chi ch'uan sur le contrôle visuo-moteur. Maîtrise de l'U.E.R. de psychologie, Université d'Aix-Marseille, 1980.
SCHATZ Jean. La mécanique respiratoire dans le T'ai-chi ch'uan. Nouvelle Revue Internationale d'Acupuncture, no 13, Paris, 1969.
WING J.K. Rehabilitation of psychiatric patients. Brit. J. Psychiat. 109, 635-641, 1963.
WING J.K., BROWN G.W. Institutionalism and schizophrenia. London, Cambridge Univ. Press, 1970.

Documentation annexe disponible à la demande:

Brochure de la Fondation LING, Médecine-Psychologie-Culture (charte et objectifs).



Cet article dont la documentation de base provient essentiellement d'ouvrages d'Anna Seidel et de Wang Shiu Hon (voir Notes:1 et 2), est dédié à la mémoire d'Anna Seidel, brillante sinologue décédée en 1992, ainsi qu'à la mémoire de M. Kuo Chi, pionnier en Europe de l'école de TJQ de Wang Yen Nien, qui s'est éteint à Bruxelles en ce début d'année 1993.

Rappelons tout d'abord brièvement les raisons du titre de cet article. ZSF (Zhang San Feng) est crédité dans quasiment tous les livres chinois sur le TJQ, de la création de cet art martial, selon une histoire que l'on peut retrouver dans de nombreux livres occidentaux sur le sujet. La quasi unanimité des professeurs chinois de TJQ soutiennent avec plus ou moins de conviction la validité de cette histoire. Il m'a semblé donc intéressant d'explorer ce domaine, non pas pour mettre à jour "la vérité" mais plutôt pour comprendre le mécanisme d'intégration du TJQ dans la philosophie-religion taoïste. Suivre le déroulement de ce processus, c'est faire la part des choses dans l'évolution complexe d'un art martial en une discipline prophylactique à vocation spirituelle, telle que la pratiquent la majorité des gens de nos jours. Nous ne développerons pas ce thème dans cet article, ce qui nécessiterait beaucoup plus de pages, mais nous mettrons en exergue un jalon important de cette intégration, à savoir le mythe d'origine du TJQ.

En effet, dans l'état actuel de nos connaissances, il existe de fortes raisons pour croire que le TJQ n'est pas d'origine taoïste mais appartient au vaste corpus de disciplines de santé, liées aux croyances populaires. Le taoïsme a de tout temps, soit récupéré ces croyances soit les a combattues (N3- Note 3). Ainsi, étudier le mythe de ZSF créateur du TJQ, nous permettra de mieux éclairer l'influence tardive du taoïsme sur les arts martiaux dits internes, tout comme l'histoire du zen et des arts martiaux japonais.

Citons Anna Seidel:

Le Guo chao xian zheng lu, ouvrage du début du 16ème siècle, contient

4 biographies de ce que l'on connaissait ou croyait connaître sur ZSF au 16ème siècle. Les Annales des Ming n'ajoutent rien à cette source d'information. Si on laisse de côté les évidentes légendes, que nous reste-t-il du personnage ?

Il était né à Yizhou dans l'actuel district de Liaoyang, dans la province du Liaoning. Ses noms d'enfance étaient Quan yi et Jun bao(N4). Il se dénommait lui-même "Maître Tolérant de la Triple Abondance qui Préserve l'Harmonie"(N5) d'où son nom courant San Feng(Triple Abondance, N5). Chacune de ses biographies le décrit comme extrêmement grand(environ 2m10), ayant l'apparence de la longévité d'une tortue et l'immortalité d'une grue. Il avait d'énormes yeux et oreilles, une barbe bruisante comme les lames d'une hallebarde, et les cheveux noués à la base de la tête. Été et hiver il ne portait qu'un seul vêtement et un chapeau de bambou; il pouvait dormir dans la neige sans attraper froid, pouvait ingurgiter d'énormes quantités de nourriture en un repas ou jeûner durant des mois, pouvait enfin escalader les montagnes comme s'il volait. La règle d'un pied(environ 30cm) qu'on lui prétend avoir toujours porté dans ses mains, n'est peut-être qu'un ancien détail iconographique(N6).

Peu de choses sur la première partie de sa vie sont connues. C'était un excentrique itinérant sous les Yuan. Il est supposé avoir étudié le bouddhisme avec Liu Bing Zhong(1216-1274) et le taoïste Leng Qian, sous l'autorité du maître chan Hai Yun(1201-1256). Les événements qui ont intéressé ses biographes ont dû se situer vers la fin de sa vie, quand il était devenu un maître accompli dans l'art de l'alchimie intérieure, et qu'il avait gagné une réputation d'excentrique mystérieux capable de prouesses magiques. Dans les premières années de la dynastie Ming(1368-1644), il s'établit sur les Monts Wudang dans le nord du Hupei. Il vivait dans une retraite au nord du Pic Zhanqi, à proximité du Temple Yüzhen. Il prédit un brillant avenir pour ce temple. Non loin de là, sur un rempart appelé Huixianguan, il construisit une autre retraite qu'il laissa à la charge de son disciple Zhou Zhen De. Il ordonna à trois autres disciples de vivre au Pic Zixiao et au Précipice du

Sud. Ces quatre disciples réapparurent dans les légendes de la dynastie Qing(1644-1911) comme les quatre immortels du Mont Wudang, ayant atteint l'état d'immortalité grâce à ZSF.

Durant les guerres à la fin de la dynastie mongole, les sanctuaires du Mont Wudang furent démolis et jusqu'à 1390 soldats ravagèrent la région. C'est la raison évoquée pour laquelle cette année-là San Feng "claqua de colère ses manches et s'en alla". En 1391 l'empereur Tai Zu, envoya le taoïste San Shan, un disciple du maître, pour le chercher et l'inviter à la cour, mais sans succès.

De Wudang, ZSF s'en alla au Sichuan et eut une conversation avec le Prince Chun de Shu. Cette rencontre n'est pas mentionnée dans la biographie du Prince Chun qui était le onzième fils de Tai Zu, et qui résida de 1390 à 1423 à Chengdu où ZSF est supposé l'avoir rencontré en 1392.

Le troisième événement, postérieur à son retour à Wudang, est daté par les Annales Ming. Deux sources indiquent la date probable de 1393 quand ZSF décéda au Monastère Jintai de Baoqi à l'ouest du Shenxi, après avoir annoncé son départ(sa mort) et prit congé de ses disciples auxquels il laissa quelques hymnes. Quand les gens de Baoqi furent sur le point de l'enterrer, ils l'entendirent frapper sur son cercueil et découvrirent qu'il était revenu à la vie(phénomène décrit plus tard par un de ses hagiographes plus critique, comme un phénomène de type coma profond provoqué par une transe qui aurait passé pour sa mort aux yeux des villageois incrédules). Il existe de nombreuses autres datations pour cet événement, par exemple à la fin des Yuan(1277-1367) ou avant ses activités au Mont Wudang.

Les données historiques deviennent plus précises quand on passe aux documents concernant les honneurs impériaux qui lui furent attribués. Afin d'attirer ZSF à la cour après de vains essais, l'empereur Tai Zu ordonna une somptueuse reconstruction des sanctuaires démolis du Mont Wudang, réalisant par là la prophétie de ZSF concernant le brillant avenir de ce site. ZSF n'apparut jamais à la cour mais continua à se manifester en tant que maître

immortel d'ermite taoïstes. En 1459, l'empereur Ying Zong le canonisa sous le titre " l'Immortel Pénétrant le Mystère et Révélant la Transformation".

On peut résumer de ces biographies qu'il était un maître taoïste lié de manière très lâche au centre local de la secte Quanzhen sur le Mont Wudang et qu'il était célèbre durant les périodes Hong Wu et Yong Le (1368-1424) puisqu'il attira l'attention de ces deux empereurs. Il continua à vivre dans l'imagination des amateurs de miracles les siècles suivants. Devenant une légende, on lui prêta maintes apparitions dans différents endroits de la Chine et à différentes époques et ce qui est du plus haut intérêt pour nous (NDT), il devint le saint patron de différentes traditions ésotériques: le TJQ, les pratiques sexuelles. La religion populaire l'associa au dieu de la richesse tandis qu'une secte médiumnique le décrit comme un saint.

Le saint patron des boxeurs du TJQ.

De toutes les hagiographies anciennes, il n'existe aucune allusion à la boxe alors qu'il est considéré comme le fondateur de la boxe du TJQ. Les premières données sur un maître de boxe ZSF, cette fois-ci avec une calligraphie différente (N7), se trouvent dans la biographie d'un fameux maître de boxe Zhang Song Xi qui vivait à Ningbo au 16ème siècle. Il prétendait lui-même être un disciple d'un alchimiste ZSF, un reclus des Monts Wudang qui refusa l'invitation à la cour de Hui Zong (1101-1126) des Song. Dans un rêve, l'Empereur Sombre (Xuandi) enseigna à ce ZSF la technique de boxe qui lui permit de vaincre une centaine de voleurs. Le nom de la technique de Zhang Song Xi n'est pas TJQ mais "l'Ecole Interne" (Nei Jia) en opposition à la tradition bouddhiste plus ancienne du Monastère de Shaolin qu'il appela l'Ecole Externe (Wai Jia). La technique interne était inspirée par les conceptions taoïstes d'absorption (non résistance) et de vaincre l'ennemi moins par la force que par la connaissance de ses points faibles (conception qui tient plus précisément de

l'Art de la Guerre de Sun Zi, NDT). Song Xi choisit un fameux taoïste comme saint patron de son Ecole Interne (ou Ésotérique) afin de rivaliser avec les boxeurs bouddhistes de la branche de Shaolin qui faisaient remonter leur tradition à Bodhidharma.

Par ailleurs, ZSF était le saint des Monts Wudang, le sanctuaire du dieu de la guerre Zhenwu qui avait révélé à ZSF l'art de la boxe en rêve. Le choix de ZSF comme patron des boxeurs fut donc probablement influencé par cette relation avec le dieu de la guerre (N7b, s).

La seconde source historique, l'Épithète de Wang Zhen Nan, composée par Huang Zong Xi (1610-1695) nous donne une lignée de transmission de ZSF à Huang Bai Jia, le fils de Huang Zong Xi. Au 12ème siècle, la technique de boxe de ZSF s'était répandue dans le Shenxi et un certain Wang Zong y excellait. Il la transmit à Chen Zhou Long de Wenzhou qui la propagea dans le Zhejiang. Zhang Song Xi enseigna au 16ème siècle Ye Jin Chuan de Siming (Zhejiang), qui à son tour la transmit à Dan Si Nan, le professeur de Wang Zheng Nan pour qui l'épithète fut composée. Zheng Nan était un militaire. Après la chute des Ming, il se retira de son poste de vice-commandant de région et fut introduit par son disciple Huang Bai Jia dans les milieux de lettrés à la retraite de Ningbo et de Yuyao. Cette tradition de boxe du Zhejiang du nord représente encore l'Ecole Interne de la tradition Wudang, plus une méthode d'entraînement militaire qu'une pratique physique de développement personnelle. L'école de TJQ n'a rien à voir avec cette tradition.

La question reste posée de savoir par quel processus ZSF, outre son rôle de saint patron des boxeurs, devint spécifiquement le fondateur du TJQ? D'après l'historien chinois Zeng Zhao Ran, il a dû se produire une confusion, consciente ou inconsciente entre le Wang Zong du Shenxi (disciple supposé de ZSF et professeur de Chen Zhou Long) avec le Wang Zong Yue du Shanxi (le supposé fondateur de l'Ecole Chen de TJQ), une confusion qui établit un lien entre l'Ecole Interne située dans le nord du Zhejiang et l'Ecole du TJQ développée dans le Henan". Fin de

citation du texte d'Anna Seidel.

En ce qui concerne la littérature, là encore les sources tiennent plus de légendes que de l'histoire, comme l'a démontré avec une grande précision Wang Shiu Hon dans sa thèse de doctorat sur ZSF. De nombreuses incohérences historiques (contacts avec des personnages historiques des Yuan et des Qing) rendent fort improbables la prétention d'oeuvres écrites ou dictées par ZSF, rendant ainsi caduques les soi-disantes preuves littéraires de son implication dans le TJQ. D'ailleurs parmi les plus anciennes références écrites mentionnant les liens de ZSF avec la boxe (Wang Shi Zhen 1634-1711, Huang Zong Yi 1610-1695), aucune ne mentionne expressément le TJQ. Nous noterons pour mémoire qu'il existe six biographies différentes de ZSF dans le CSFCC (Chang San Feng Ch'uan Chi); il avait pour noms Tong, Jin, Si Lian, Xuan Su, Xuan Hua, comme noms personnels publics Xuan Xuan, Shan Feng, San Feng, Jun Shi, Xuan Yi, Quan Yi, San Feng et son surnom était Kun Yang. Ses différents biographes mentionnent en outre d'autres noms tels que San Feng Dun Lao, Xuan Yi, Jun Bao, Bao He Rong Ren San Feng Zi et des formes variantes de La Ta (N8). Dans le cas précis du CSFCC, Wang Shiu Hon a pu établir le caractère apocryphe de cette oeuvre attribuée à ZSF qui paraît être plutôt le fait d'un membre fondateur (Li Xi Yue) de la secte taoïste Yinxian, appelée encore Youlong. Cette secte fut fondée sous les Qing et prétendait avoir ZSF comme maître immédiat, dernier maître d'une illustre lignée dont Lao Zi serait le premier patriarche (Youlong est l'un des surnoms de Lao Zi). Un autre personnage du début du 17ème siècle, Wang Xi Ling, un fervent taoïste, serait également à l'origine de cette compilation.

Première conclusion.

Bodhidharma contre ZSF, bouddhisme contre taoïsme, Shaolin contre Wudang, semblent avoir constitué le terrain fertile propice à l'émergence d'un saint taoïste comme créateur du TJQ. On y ajoutera le lien entre Wudang et Zhenwu (N9), la confusion entre Wang Zong et Wang Zong Yue pour compléter le tableau. Ceci étant, on peut encore se poser la question de savoir pourquoi ce mythe perdure

malgré qu'il soit connu depuis un certain temps déjà. Il faut tout d'abord se pénétrer des différentes conceptions de l'histoire, chinoise et occidentale. Pour les Chinois, la discipline de l'histoire reste traditionnellement un acte créateur dans le sens où elle doit servir, par l'enseignement du passé, à vitaliser le présent: maintenir et valoriser la grandeur (si ce n'est la supériorité) de la culture chinoise, consolider les liens à l'intérieur de la société, etc. On se rappellera pour mémoire, ô combien le grand historien Si Ma Qian fut critiqué par les lettrés confucéens, pour avoir inclus dans ses Mémoires Historiques les biographies de quelques chevaliers errants célèbres, considérés par la gentry chinoise comme des individus de bas étage. Le passé au service du présent, voilà comment on pourrait résumer la conception chinoise traditionnelle de l'histoire (d'où nous excluons les historiens formés à l'occidentale; encore que les historiens marxistes de la RPC ne soient pas si éloignés que ça de leurs ancêtres à maints égards...). Cette conception s'est infiltrée dans toutes les couches de la population et encore de nos jours, dans beaucoup de domaines, l'observateur étranger s'entendra raconter des histoires qui deviennent l'histoire dans l'esprit de ses interlocuteurs (cela a d'ailleurs son charme). Le milieu des arts martiaux en est un notable exemple et constitue un réservoir fabuleux d'histoires en tous genres, d'autant plus fabuleux que le niveau général d'instruction de ses membres n'est pas très élevé mais est compensé par un fort désir de savoir, favorisé par la structure "lignatique" des arts martiaux. En effet, cette structure incite les pratiquants à connaître leurs lignées de maîtres afin d'y trouver prestige et justification de leurs choix. On ajoutera que la transmission orale du savoir dans les arts martiaux ajoute à la confusion des données historiques et alimente par conséquent cette propension à la mythologisation. En ce sens, l'utilisation de ZSF comme créateur du TJQ s'inscrit logiquement dans ce mode de fonctionnement des pratiquants chinois de TJQ. L'ancienneté du personnage, son caractère excentrique, sa religion taoïste à l'aura mystérieuse, l'atmosphère de sacré dans lequel il baigne, tout concourt à la création du mythe afin de rehausser le prestige du TJQ.

Une fois établie la nature mythique de ZSF créateur du TJQ, il nous reste à interroger ce mythe sur ce qu'il veut bien nous révéler à propos du TJQ.

Ayant deux histoires différentes à propos de la création du TJQ par ZSF, nous les classerons, pour la clarté de l'exposé, mythe 1 et mythe 2. Mythe 1: observation du combat d'une pie et d'un serpent (N10). Catherine Despeux relie cette histoire au mythe du pas de Yu et aux rituels taoïstes. Je trouve son analyse pertinente mais j'irai encore plus loin: nous avons là des structures shamaniques. L'identification aux animaux est un des traits caractéristiques des multiples formes du shamanisme, nord asiatique entre autres. Il existe peu de probabilités dans la nature d'un combat entre un oiseau pouvant voler et un serpent; quand cela se produit, la situation tourne plutôt à l'avantage de l'oiseau (serpenteaire, rapaces) et ce, sans combat à proprement parler. Or, nous avons là une histoire en porte à faux avec la réalité qui nous suggère dès lors une approche symbolique de cet affrontement.

Le serpent (avec la tortue) est le symbole du dieu Zhenwu vénéré au Mont Wudang; on comprend donc qu'il remporte la victoire alors que l'oiseau sautillant (dansant) évoque le shaman, traditionnellement associé à cette catégorie d'animal (N11); c'est le shaman qui induit les transes extatiques par la danse (et le chant, N12). On aurait donc, exprimé au niveau symbolique, un exemple de l'attitude ambivalente du taoïsme par rapport aux cultes populaires (fortement imprégnés de shamanisme): d'une part, assimilation de nombreuses croyances mais d'autre part combat contre celles menaçant l'autorité du taoïsme religieux (N13). Cette structure shamanique du mythe se trouve donc centrée sur l'affrontement de deux animaux tout comme les combats de shamans sibériens dans lesquels chaque partie cherchait à anéantir magiquement l'adversaire à l'aide de ses esprits-animaux. Dans le cas présent, cette structure serait détournée au profit du taoïsme: l'issue du combat consacre la prééminence du taoïsme sur les croyances populaires grâce à la victoire du serpent.



Ce symbolisme qui transpire du mythe nous fait plonger dans la dimension sacrée des arts martiaux (quasiment perdue de nos jours) à une époque où le combat était imprégné d'une dimension religieuse au sens de religare, relier (au divin). De nombreux indices (dans la terminologie, les rituels, les mythes créateurs, etc) nous permettent de supposer, mais cette hypothèse que nous avançons n'est qu'une parmi tant d'autres, une origine shamanique des arts martiaux en général et donc du TJQ en particulier. Les shamans nord asiatiques eurent de tout temps un rôle important dans les guerres de leurs ethnies. Ils invoquaient leurs esprits-animaux, mimant les gestes de ces animaux et leur combat, afin de prémunir leurs guerriers des périls (concrets et magiques) du conflit. On peut facilement imaginer que les guerriers, craintivement respectueux des shamans et de leurs pouvoirs, aient, par un long processus de "laïcisation", incorporé dans leur technique de combat

certaines mouvements d'animaux observés durant les rituels de guerre. L'efficacité magique de ces mouvements ne devaient faire aucun doute dans l'esprit frustré de ces hommes. L'étude approfondie de certains arts martiaux ayant gardé une forte imprégnation magique, comme le Penchak Silat indonésien, risquerait d'être fort révélatrice à ce sujet. Ces premiers emprunts auraient évolué au cours des siècles en des pratiques plus sophistiquées, tels les tao, duan, kata et autres enchaînements tels que nous les connaissons actuellement dans les arts martiaux. Il nous manque malheureusement des maillons pour confirmer cette hypothèse mais de nombreuses informations existent dans les rituels, les théâtres, les danses, les textes littéraires, historiques ou techniques etc, qui méritent d'être exploités par les nouvelles générations de chercheurs.

On pourrait donc suggérer que le mythe 1 constitue en quelque sorte le subconscient des arts martiaux en ce qu'il sous-tend une dimension sacrée transhistorique (alliance éternelle du religieux et du guerrier), récupérée par le taoïsme à travers le personnage de ZSF.

Mythe 2: ZSF reçoit en rêve du dieu Zhenwu, la technique du TJQ; le lendemain, au réveil, il tue à lui seul plus d'une centaine de bandits (N.S.). C. Despeux en conclut le souci des Chinois de retrouver un modèle mythique ancien plutôt que la volonté de création. Révélation ou rêve permettraient ce retour à l'âge d'or. En outre, elle en déduit "qu'une connaissance comporte des années de pratique, mais le passage à la maîtrise totale de l'art a un caractère subit, et est souvent suscité par un événement extérieur en apparence insignifiant". Telle que nous la connaissons, l'histoire des arts martiaux chinois ne reflète pas ce processus d'apprentissage qui par contre est courant dans le zen et certaines disciplines taoïstes. En général, la pratique des wushu met plutôt l'accent sur l'observation du maître et ses capacités extraordinaires, la persévérance dans l'entraînement, la relation filiale avec le maître ainsi que la bonne moralité requise pour recevoir le savoir*. C'est ce dernier point qui me semble mis en avant dans le mythe 2. En effet, il est encore très courant de nos jours d'entendre parler de cœur pur ou sincère, de personnalité intègre, d'affection, de respect, toutes qualités nécessaires pour l'épanouissement du véritable pratiquant et qui constituent l'un des leit motiv de la pratique, avancé par la plupart des adeptes chinois, tous âges confondus. Or, dans ce mythe, ZSF n'est pas un pratiquant d'arts martiaux; il n'est donc pas à la recherche d'une révélation, ou d'une espèce d'illumination après des années de pratique comme semblent le suggérer les conclusions de C. Despeux. Pourtant, il reçoit la révélation du TJQ. Qu'en fait-il? Il tue au réveil plus d'une centaine de bandits... Passons sur l'anachronisme d'un grand maître taoïste tueur, même si c'est pour la bonne cause... Par contre, éliminer des bandits donne une dimension sociale et morale à cette révélation et par conséquent au TJQ. On peut aisément y voir un processus de moralisation et de spiritualisation des arts martiaux qui relevaient en grande partie, à l'époque, plus de rudes soudards (gardes du corps, soldats, chevaliers errants, tueurs, bandits, sectes, milices) que d'individus spirituellement éveillés. Ce processus correspond certainement à une évolution de la société chinoise de l'époque, plus stable et plus affluente. On parlera

de logique d'évolution interne pour ce processus dans la mesure où il s'inscrit dans une perspective globale et non en réaction à un élément allogène. Cependant on^{ne} peut s'empêcher de penser que cette récupération des arts martiaux, via le TJQ, par le taoïsme, s'est également opérée en réaction contre le bouddhisme riche de ses histoires sur Bodhidharma et le Monastère Shaolin; d'ailleurs, la comparaison ZSF-Wudang avec Bodhidharma-Shaolin révèle d'intéressants traits en commun. On parlera donc de logique d'évolution externe pour cette réaction.

La dimension morale du mythe 2 mise à part, on notera le caractère fabuleux de la révélation du TJQ à ZSF: il tue 100 bandits. Même si l'on sait qu'il faut souvent interpréter l'utilisation symbolique des chiffres dans l'histoire chinoise, surtout les multiples de 10 qui évoquent avant tout une totalité plus qu'un grand nombre (N14), on tient là indiscutablement un trait essentiel des arts martiaux, à savoir l'affabulation. Elle est omniprésente dans toutes les histoires de wushu, que ce soit dans les mythes créateurs (ZSF, Bodhidharma), dans les narrations concernant les maîtres célèbres (Yang Lu Chan, Dong Hai Chuan etc) ou simplement dans la description par les élèves des talents de leur professeur: à l'heure où j'écris cet article, je viens en moins d'une semaine de faire du tui shou avec deux Chinois ayant une trentaine d'années de pratique derrière eux, dont le niveau d'éducation est élevé (docteur); l'un affirme que son maître respire une fois toutes les cinq minutes et l'autre que son maître, âgé de 76 ans, est imbattable au tui shou à tel point que les poils rentrent dans les pores de sa peau sous la pression exceptionnellement puissante de son qi... Je dirais de ces histoires qu'elles constituent le menu ordinaire en Chine; mais on se gardera néanmoins de concentrer son attention sur leur caractère fabulateur qui cache plusieurs fonctions. Ces fonctions mises en exergue par le mythe 2 sont de deux ordres: - au niveau le plus simple, ce n'est ni plus ni moins de la promotion, soit pour un type de wushu, éventuellement combiné avec^{une} méthode de pensée (ZSF-TJQ-taoïsme, Bodhidharma-Shaolin quan-bouddhisme), soit pour un groupement de personnes (style Chen et Yang de TJQ par exemple), ou bien encore un professeur

particulier (regardez et écoutez autour de vous!). L'aspect fascinant à ce niveau d'affabulation est de constater que, malgré l'irrationalité fréquente des discours laudateurs, des gens d'éducation très élevée (toutes cultures confondues) puissent faire leur ces discours: on rejoint là le mécanisme de la foi dans des domaines plus larges telles les sectes et les religions. - le deuxième niveau, beaucoup plus complexe, relève du désir refoulé de la transcendance. En acquérant des pouvoirs surnaturels ou du moins prodigieux, le pratiquant de wushu s'élève au-dessus du commun des mortels et donne ainsi un sens à sa vie: le sens d'une mission à accomplir. Cette mission pourra être civilisatrice, salvifique, initiatique, illuminante spirituellement etc, selon les époques, les individus et leur environnement. Il n'est qu'à observer autour de nous les relations de pouvoir au sein des différents groupes d'arts martiaux, pour constater combien ce désir de transcendance agit à tous les niveaux de relations (maître-assistant, professeur-élève, élève avancé-nouveau, etc). Caricaturé, on a souvent Dieu, ses saints et ses fidèles. Cependant, ce désir est parfois compris et bien maîtrisé par les acteurs en jeu et favorise ainsi, au travers de relations humaines de type isomorphique, l'épanouissement de l'individu car elles incitent le sujet à être lui-même. A l'opposé, on observe de nombreuses relations de type schizomorphique, à savoir aliénante pour l'individu car l'incitant à s'identifier au modèle proposé. Le désir de transcendance s'exprime de manière très différente selon l'humus culturel à partir duquel il grandit. Il est souvent source d'incompréhension entre la conception asiatique, valorisant des relations de type père-fils, et la conception occidentale plus individualiste et égalitaire.

Conclusion.

On devine dans ces deux mythes une grande richesse d'informations révélatrices d'aspects souvent ignorés, du moins au niveau conscient mais qui restent très actifs dans l'inconscient collectif des pratiquants d'arts martiaux y compris ceux du TJQ (quelle que soit leur approche de cet art). L'exploration, aussi incomplète soit-elle, du mythe de ZSF fondateur du TJQ, nous suggère des recherches plus approfondies. Un grand champ d'investigation

s'ouvre devant nous qui requiert une approche pluridisciplinaire: histoire, sociologie, psychologie, linguistique, archéologie, kinétique, philosophie, histoire des religions, etc sans oublier naturellement la pratique des arts martiaux.

Addenda

Un autre indice troublant qui incite à lire le mythe 1 au niveau symbolique est la rareté des références au serpent dans les noms des mouvements du TJQ.

Dans le style Chen: Qinglong chu shui (si on accepte le dragon dans la famille des serpents) pour deux noms d'oiseau (Bai he liang chi et Jinji du li, référents respectivement à la grue et au coq).

Dans le style Yang: deux noms liés au serpent et deux à l'oiseau.

Pour un art martial qui prétend s'inspirer des mouvements curvilignes du serpent, le modèle semble être étrangement délaissé.

Notes

N1: A Taoist Immortal of the Ming Dynasty: Chang San Feng, in Wm Theodore de Bary, ed., Self and Society in Ming Thought. Anna Seidel.

N2: Investigations into the Authenticity of the Chang San-Feng Ch'uan-Chi, The Complete Works of Chang San-feng by Wong Shiu Hon, Faculty of Asian Studies Monographs: New Series No.2 Australian National University Press, Canberra 1982.

N3: voir Histoire du Taoïsme des Origines au 14ème siècle par Isabelle Robinet.

N4: Quan Yi- Perfection Essentielle Intégrale. Jun Bao-Maitre du Joyau

N5: Bao He Rong Ren San Feng Zi 保和容忍三车子

N6: on consultera la remarquable revue Journal Of Asian Martial Arts, vol.1

Number 4 1992 pour l'article de Michael Spiessbach sur Bodhidharma

La comparaison des deux histoires nous entraîne dans des chemins parallèles intéressants. Via media Publishing Company, 821 West 24th Street, Erie PA 16502 USA.

N7: 三拳 . Comparer avec la N5.

N7 bis: l'Empereur Noir (ou Sombre) et Zhenwu sont le même personnage.

N8: Tong 通 Qui Comprend la Réalité Profonde; Jin 金 Précieux (l'or);

Si Lian 思廉 Pensée Intègre; Xuan Su 玄素 Le Simple Caché; Xuan Hua 玄化

Transformation Subtile; Xuan Xuan 玄玄 Mystérieux; Shan Feng 山峯 Sommet

de la Montagne; San Feng 三峯 Trois Pics; Jun Shi 君實 Souverain Sincère;

Xuan Yi 金玄一 ; Quan Yi (N4); San Feng (N5); Kun Yang 昆陽

Frère Aîné du Yang (ou du Soleil); San Feng Dun Lao 三丰遯老 Triple

Abondance le Vénérable Caché; Xuan Yi 玄一 Le Mystérieux Un; Jun Bao 君寶

Souverain Précieux; Bao He Rong Ren San Feng Zi (N5); La Ta 雷 雷 Le Débrailé

N9: Taiji Quan par Catherine Despeux, Ed. De La Maisnie, p.19.

N10: je n'ai pas approfondi dans mon analyse de ce mythe, l'utilisation du serpent afin de démontrer l'efficacité des mouvements curvilignes caractéristiques du TJQ; cela m'a semblé tomber sous l'évidence.

N11: voir à ce sujet Le Chamanisme et les Techniques Archaïques de l'Extase par Mircea Eliade, Ed. Payot 1951 (plusieurs rééditions).

N12: Myth and Meaning in Early Taoism by N.J. Girardot, University of California Press.

N13: voir N3

* Après réflexion, nous y ajouterons la détermination (en particulier au niveau du combat).

N14: voir Marcel Granet, La Pensée Chinoise.

Annexe: les lecteurs passionnés voudront bien m'excuser pour le manque de précision des notes 3 et 14, références citées de mémoire.

Prochain article: étude exhaustive du mouvement peng.

Son analyse technique (forme et tui shou) dans le style Wang Yen Nien

+ une étude comparative avec le style Zhen Man Qing. Environ 60 pages

à paraître sur plusieurs numéros.



But all of a sudden...



the missing piece began to grow!



And grow!



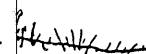
"I didn't know
you were going
to grow."

"I didn't know it either,"
said the missing piece.



"I'm lookin' for
my missin' piece,
one that won't
increase...."

BYE...



516H....



And then one day,

one came along who looked different.



"What do you want of me?"
asked the missing piece.

"Nothing."

"What do you need from me?"

"Nothing."

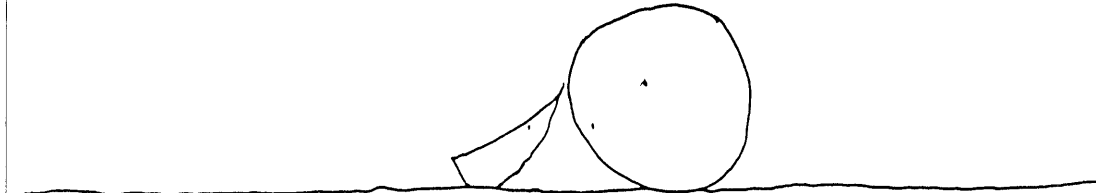
"Who are you?" asked the missing piece.

"I am the Big O,"
said the Big O.



"I think you are the one
I have been waiting for,"
said the missing piece.
"Maybe I am your missing piece."
"But I am not missing a piece,"
said the Big O.
"There is no place you would fit."

"That is too bad," said the missing piece.
"I was hoping that perhaps
I could roll with you..."
"You cannot roll with me,"
said the Big O,
"but perhaps you can roll by yourself."



"By myself?
A missing piece cannot
roll by itself."

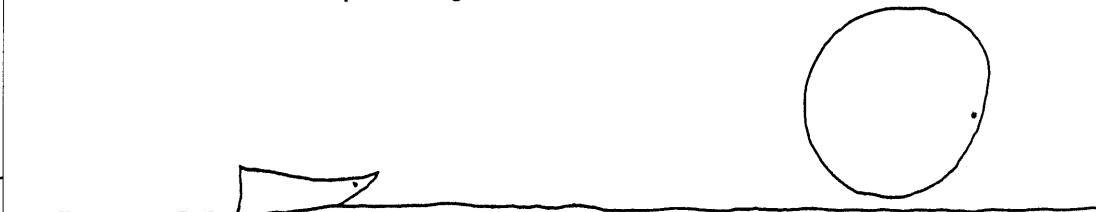
"Have you ever tried?"
asked the Big O.



"Corners wear off,"
said the Big O,
"and shapes change.
Anyhow, I must say good-bye.
Perhaps we will meet again..."

And away it rolled.

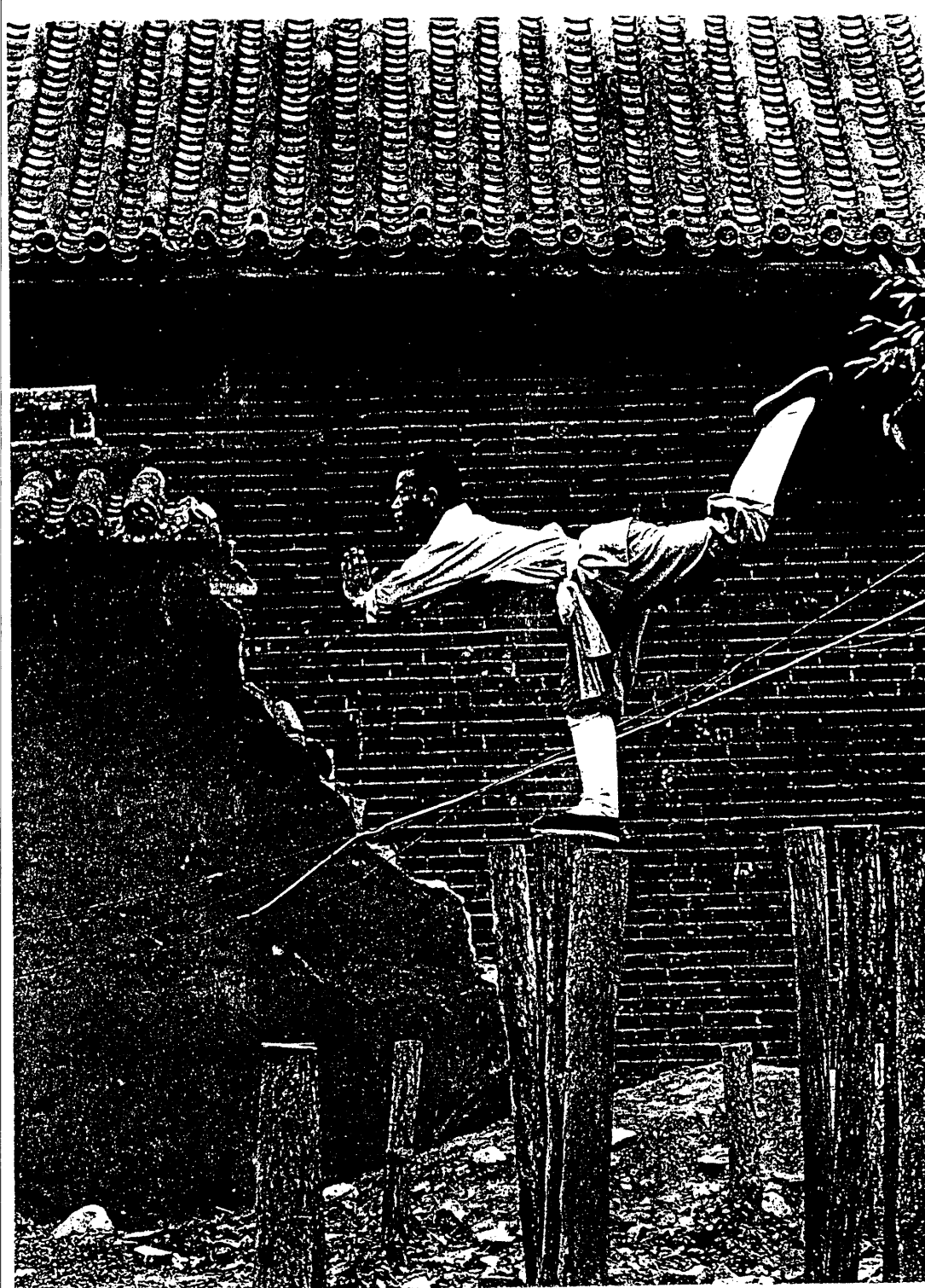
"But I have sharp corners,"
said the missing piece.
"I am not shaped for rolling."



The missing piece
was alone again.

For a long time
it just sat there.

Then...
slowly...
it lifted itself up on one end...





ASS. DE TAI JI QUAN WU DANG DE FRANCE
115, bd. de Vendée - Les Hauts Métairies
72700 ALLONNES - Tél. 43.76.88.08

Le Mans, le 13/04/93

Bonjour,

Nous avons le plaisir de vous convier cette fois-ci à un

STAGE DE TUI SHOU
(école Wang Yen Nièn)

Animateur : Jean-Luc Pérot, enseignant à Namur.

Date : les samedi 5 juin, de 9h. à 12 h. et de 14h. à 18h., et dimanche 6 juin, de 9h. à 13h.

Lieu : Centre d'Action Sociale des Sablons, rue du Cantal, 72000 Le Mans.

Prix adhérents : 200 francs.

Prix non adhérents : 300 francs.

N.B. : hébergement possible au foyer "Le Flore", qui fonctionne en auberge de jeunesse, 23 rue Maupertuis, 72000 Le Mans, tél. 43 81 27 55. (réservation possible en chambre à 4 ou 6 lits ; prix : 42f la nuit).

Pré-information : les "rencontres Jasnères" auront lieu comme chaque année le dernier week end de juillet, soit les 23, 24 et 25 juillet.

coupon à renvoyer avant le 25 mai :

Je m'inscris au stage de tui shou des 5 et 6 juin 1993

NOM :
PRENOM :
ADRESSE :

ASS. DE TAI JI QUAN WU DANG DE FRANCE
115, bd. de Vendée - Les Hauts Métairies
72700 ALLONNES - Tél. 43.76.88.08

TAI JI QUAN

l'école de la Main Franche

propose

2 stages d'été sur le thème du TUI SHOU

Travail avec partenaire pour :

- Affiner le sens du corps par l'écoute

Tension/détente - souplesse/fermeté

stabilité/mobilité - centrage/déséquilibre

- comprendre : le sens tactile

Donner/recevoir

Pousser - esquiver - absorber - transformer

太極拳

DU LUNDI 2 au vendredi 6 aout 93

TUI SHOU

BATON : étude de la forme

DUAN : pour le plaisir

DU LUNDI 9 AU VENDREDI 13 AOUT 93

TUI SHOU

EVENTAIL : étude de la forme

DUAN : pour le plaisir

5 hrs de pratique quotidienne en plein-air

En pleine campagne en Haute-Marne

Logement dans une ferme , chambres communes ou camping

Cuisine familiale variée et généreuse.

Cours : 4800 FB ou 800 FF

Demi-pension : 110FF ou 650 FB/jour

Information et Organisation

école de la "main franche"
j-l perot 18 av. Léopold II
5000 Namur 081 742494



TAI JI QUAN

En prélude aux Rencontres Jasnières 93

les 19 20 21 22 juillet

stage de TUI SHOU avec Lauren SMITH

PROGRAMME : Face à l'adversaire.

Analyse du comportement

Recherche d'efficacité

Les appuis, la posture, la détente, l'écoute

La poussée, l'enracinement, l'absorption, l'esquive...

6hrs d'exercice par jour, 3h le matin, 3h l'après-midi

LAUREN SMITH : 26 ans Américain.

Après la lutte et différents styles de TJQ, il pratique actuellement le YangJiaMichuan TJQ qu'il a travaillé à Taichung avec Serge Dreyer. Il s'intéresse tout spécialement aux pratiques d'intériorisation et au combat. Il participe régulièrement aux compétitions où il se distingue par sa souplesse et son efficacité.

LIEU : Camping du lac de Varennes 72340 Marçon. Tél: 43441372

Marçon est à 40 km au sud du Mans; liaison par rail jusqu'à Château du Loir.

PARTICIPATION : forfaitaire de 600 FF
par jour : 200FF

INSCRIPTION : Sur place, au camping où vous sera indiqué
l'endroit où l'on pratique.

Les cours sont donnés en américain mais Lauren se débrouille en Français.

INFORMATIONS : jusqu'au 30 juin

école de la "main franche"
J-1 perot 18 av. Léopold II
5000 Namur 081 742494



Stage de Taijiquan à Larret du 9 jusqu'au 16 Août 1993

Chers Amis.

Nous vous offrons un stage estival de Taijiquan au Nord de la Dordogne dans le petit village de Larret à 70 km. de Limoges. Vous pourrez y profiter du double plaisir de relaxation et des vacances.

Le programme des jouissances est le suivant:

7.00 - 7.45	Chi Kung
8.00	Petit - Déjeuner
9.15 - 11.15	Forme Cheng Man Ching ou " Wang Yen Nien
11.30 - 12.00	Tui shou
Déjeuner	
17.00 - 19.00	Eventail ou Forme Cheng Man Ching
19.30	Diner Disco

Instructeurs: Hervé Marest et Tobi de Graaff

Nous gardons l'après midi pour le repos ou les promenades. Aux alentours il y a beaucoup de choses à découvrir.

Arrivé: Dimanche, Août 9 - 18.00 heures

Départ " " 16 - après le petit-déjeuner

Le coût total du séjour est de francs Fr. 1700,-- pension complète incluse.

A l'intérieur du centre nous disposons de 15 lits [3 chambres] et d'un grand nombre de places en tentes [déjà installées] à l'extérieur.

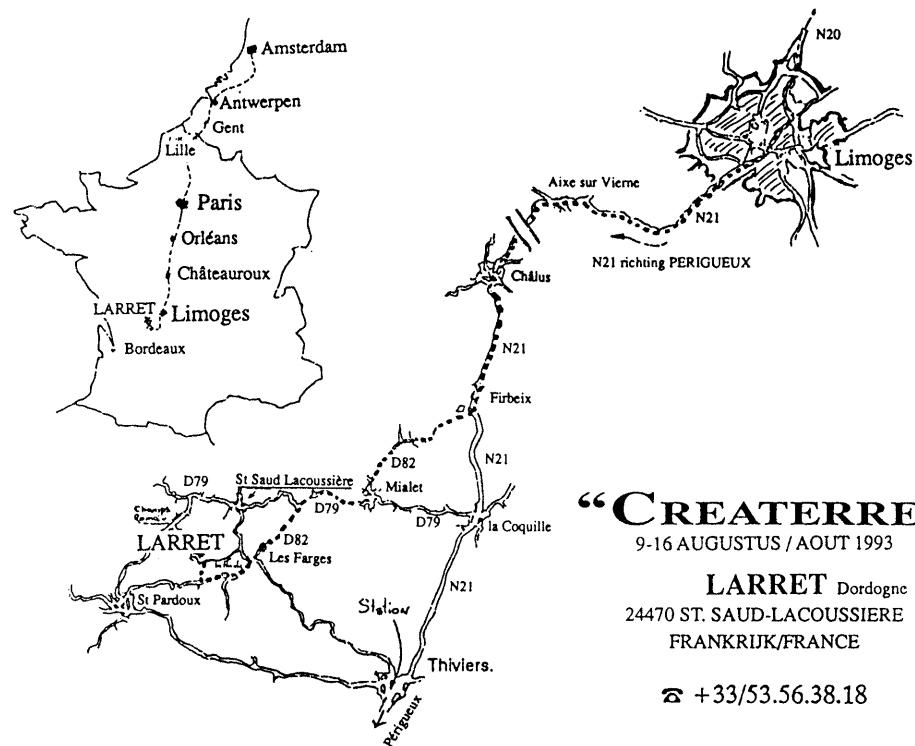
Nous vous prions de préciser votre préférence sur le bulletin d'inscription.

Le matériel de couchage n'est pas fourni. Prévoir sac de couchage, oreiller et matelas pour les tentes.

Votre inscription et un chèque de francs Fr. 1700,-- doivent parvenir à l'une des adresses ci-dessous avant le Mai 31. Les chèques ne seront pas encaissés avant le Juillet 8 - 1993. En cas de désistement nous vous retournerons 90% de cette somme.

Informations: Hervé Marest
49 Route de Sorges
49130 Ponts de Cé
Tel: 41 69 74 97
France

T.C. de Graaff
3e Havenarm 4
1216 BD Hilversum
Tel: 035 - 218862
Holland



“CREATERRE”

9-16 AUGUSTUS / AOUT 1993

LARRET Dordogne

24470 ST. SAUD-LACOUSSIERE

FRANKRIJK/FRANCE

+33/53.56.38.18

Routebeschrijving per auto:

A1 naar Parijs, vlak voor Parijs A3 richting Bordeaux, dan afslag A86, richting Créteil. Daarna afslag A6 [A10] maar dan de A10 volgen. Nu richting Orléans, met aan jullie de keuze N20 of "PEAGE" (tolweg). Op de Peage staat Limoges aangegeven. Volg het bijgevoegde kaartje vanaf Limoges, en ga vlak na Firbeix rechtsaf. Als je de stippelijijn op het kaartje volgt zul je het centrum vinden.

Inschrijfformulier / Bulletin d'inscription Taijiquan workshop Larret.

Naam / Nom _____

Straat / Rue _____

Postcode + Woonplaats _____

Code postal + Ville _____

Tel: _____

Land / Pays _____

Ik heb het inschrijfbedrag Hfl. 200,- overgemaakt op postgiro 474026 van T.C. de Graaff te Hilversum

J'incluse un chèque à valeur de francs Fr. 1700,-

Handtekening /signature _____

楊家秘傳大極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

Luc Defago
Président
85, Bd Carl-Vogt
CH-1205 Genève
Tél./Fax : 022. 321 40 40

Commande de bulletins - Newsletter order

Parution : 4 X par an (quarterly) Février - Juin - septembre - décembre

Je soussigné (I hereby) :

Nom (Surname) :

Prénom (First name) :

Address(e) :

Tél. : Fax :

Membre de l'association ou groupe :
Member of following group/association :

Je désire recevoir les numéros suivants du bulletin de l'Amicale :
please send me following issues of the Amicale's newsletter :

nbre..... No	nbre..... No.....	nbre..... No.....
nbre..... No	nbre..... No.....	nbre..... No.....
nbre..... No	nbre..... No.....	nbre..... No.....
nbre..... No	nbre..... No.....	nbre..... No.....
nbre..... No	nbre..... No.....	nbre..... No.....

- Pour les membres de l'Amicale le prix unitaire est de FF 30.- (for members the unit price is of FF 30.-)

- Pour les non-membres, le prix du premier bulletin commandé dans l'année est de FF 150.- ce qui correspond au prix de l'abonnement. Le prix des bulletins supplémentaires pour l'année en cours est de FF 30.- (For non-members the price of the first bought issue during a year is FF 150.- corresponding to a year subscription and the additional issues are at the price of FF 30.-).

Je règle la somme de (I pay the amount of) :FF

par chèque bancaire majoré de FF 10.- pour les frais bancaires au nom de l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan (by bank check to the Amicale adding FF 10.- for banking fees)

Fait à (written at) :Date :

Signature :

楊家秘傳大極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

Luc Defago
Président
85, Bd Carl-Vogt
CH-1205 Genève
Tél./Fax : 022. 321 40 40

Bulletin d'adhésion - Membership application

Je soussigné (I hereby)

Nom (Surname) :

Prénom (First name) :

Address(e) :

Tél. : Fax :

sollicite mon adhésion à l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan
ask for admission as a member of the Yangjia Michuan Taiji Quan Association

En qualité de Président de l'association/ chef de file, instructeur du groupe :
As the President of following association/or as the instructor of following group :

Nom (Name) :

Siège social (Address) :

Tél. : Fax :

Nombre d'adhérents (à réactualiser une fois dans l'année) :

Member amount (to be reajusted once during the year) :

L'adhésion est de FF 300.- si le nombre d'adhérents est inférieur ou égal à 15,
et FF 20.- par adhérent supplémentaire.

Membership fee is FF 300.- if the number of members is inferior or equal to 15,
and FF 20.- per additional member.

A titre individuel (as an individual) :
L'adhésion est de FF 150.- (membership fee is FF 150.-)

Je règle la somme de (I pay the amount of) :FF

par chèque bancaire majoré de FF 10.- pour les frais bancaires au nom de l'Amicale du Yangjia Michuan
Taiji Quan (or by bank check to the Amicale adding FF 10.- for banking fees)

Fait à (written at) : Date :

Nota : joindre les statuts de l'association et pour les
individus une note indiquant votre motivation et
itinéraire dans la pratique du Taiji Quan.

Signature :

APPEL DE COTISATION

O combien douloureux est le geste de porter la main à son portefeuille, et **O** combien ingrate est la tâche de réclamer des sous !

Vous m'avez bien compris : le déchirant moment de passer à la caisse arrive...Consolez-vous en vous disant que c'est pour la bonne cause.

Je me permets donc de vous rappeler que l'exercice financier de l'Amicale va du 30 septembre d'une année au 30 septembre de l'année suivante.

Nous vous demandons de renouveler vos cotisations avant le 31 décembre, juste après avoir fait le plein de la majorité de vos adhérents.

En l'occurrence les Rencontres de novembre pourront être une excellente occasion de régler cette formalité.

N'oubliez pas ultérieurement de compléter les adhésions des personnes arrivées au 2ème ou au 3ème trimestre.

A moins que l'Assemblée Générale ne les modifie, les tarifs sont les suivants :

- Associations : 300F jusqu'à 15 adhérents
20F par adhérent supplémentaire

- Individus : 150F.

N'oubliez pas de remplir votre bulletin d'inscription.

A vos chèques ! Prêts ! Signez !

La Secrétaire Bernadette Pierrard