

I.F.A.M.

Directeur des cours: J.-L. Saby
Tél.: 0033 553 87 91 95

FÉDÉRATION FRANÇAISE DES

TAI CHI CHUAN TRADITIONNELS
78 rue de Rennes, 75006 PARIS,
Tél.: 45-43-03-96

**COLLÈGE EUROPÉEN DES ENSEIGNANTS DU
YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN**

c/o Valérie Oppel
39 rue de la Servette
1202 GENEVE
Tél.: (022) 733 08 36

**AMERICAN WEST YANGJIA MICHUAN
TAIJIQUAN ASSOCIATION (AWYMTA)**

Sam Tomarchio, président
535 Liberty St. #203
El Cerrito, CA 94530, USA
Tél.: 510 527 2058

**ASYMTA (association suisse du
yangjia michuan taiji quan)**

Luc Defago, président
87 bd. Carl-Vogt
1205 GENEVE
Tél.: (022) 800 22 50

**WORLD YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
FÉDÉRATION(CANADA)**

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

ASSOCIATION WUXING

Ardito Gianvittorio
Via O. Regnoli 10/L, 00152 Roma/ITALIA
Tél.: (065) 833 27 91, Tél. + FAX 834 85 63

**THE RUSSIAN ASSOCIATION OF YANGJIA
MICHUAN TAIJIQUAN**

86 Vavilova St., Apt. 40
Moscow 117261, RUSSIA
Tél.: (7) 095 938 5124
Fax.: (7) 095 938 5000

**THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
ASSOCIATION INT'L, TAIWAN**

32-2F Fuguo Road
Shih-lin, Taipei, 111, Taiwan, ROC
Tél.: (02) 837-1779
Fax: (02) 837-2258
Contact: Wang Yen-nien

**THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
TEACHERS' ASSOCIATION INT'L, TAIWAN**

32-2F Fuguo Road
Shih-lin, Taipei, 111, Taiwan, ROC
Tél.: (02) 837-1779
Fax: (02) 837-2258
Contact: Wang Yen-nien

**THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN CLUB
OF SOUTH AFRICA**

18, Kidbrooke Place
P.O. Box 801, 7200 Hermanus
RÉP. D'AFRIQUE DU SUD
Tél.: (0283) 61842
Contact: Maureen Poole

THE TAI CHI CENTER ASTWOOD STUDIO

19 Astwood Mews,
London SW7 4DE, England
Tél.: (44) 171 373 2331
Fax.: (44) 171 243 8929

TOKYO TAI KYOKKEN AOI KAI

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

TAI KYOKKEN SHINKI KAI

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

**YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN FEIZHOU
XICHUI**

Denis Banhero
03 BP881 Abidjan 03
CÔTE D'IVOIRE

Le Yangjia Michuan

Le bulletin du Yangjia
Michuan Taiji Quan

楊家秘拳
太极拳會



Amicale du Yangjia
Michuan taiji quan

bulletin no 32 oct. 1999

Président: Jean-Luc Perot, Ecole de la Main Franche,
18 av. Léopold II, 5000 Namur, Belgique

Sommaire

sommaire

mot du président	3
important	4
forum	6
matériel	19
stages/rencontres	22
humour	25
calendrier	26
cotisations	29
adresses utiles	32

concernant l'article «une saine réaction-la critique» parue dans le bulletin n°31 à la page 15

Un petit problème s'est insidieusement glissé dans cet article. D'une manière étrange la signature a été égarée et cet article a malheureusement été attribué à Claudy. Mille et une excuse mais cette critique n'est pas de lui! Aussi que le vénérable écrivain de ce pamphlet se fasse connaître afin que nous rétablissions justice et que nous rendions à Cesar ce qui est à César.

Le mot du président

octobre 1999

Taijiquaneuses, Taijiquaneurs,

Septembre n'a pas le parfum habituel !

Le soleil s'attarde, les récoltes sont généreuses, il fait chaud. Culottes courtes, sandales et bras nus on n'a pas vraiment envie de rentrer dans les salles de cours.

Tant mieux ! Que le TaiJiQuan se montre en plein air, dans les parcs et les jardins , sur les plages et sur les places et pourquoi pas dans la rue, sur le bitume.

Que l'on parle et qu'on en parle, s'exercer au bien-être et le laisser voir n'est-ce pas un honnête témoignage ?

Précieux travail sur soi que de croiser des regards interrogatifs, moqueurs ou sympathiques, occasion aussi de mettre des mots sur ce que l'on fait, sur ce que l'on sent en toute simplicité.

Répondre à l'interrogation autrement que par des réponses toutes faites puisées dans les discours des autres.

Répondre par le geste, par le regard ou par la parole sans couper le fil de la question mais en suscitant l'envie de participer.

Il y a de cela dans les Rencontres de l'Amicale, moments précieux qui nous attendent à Angoulême.

Pratiquer, parler, s'interroger et échanger.

La force du Taiji s'enracine dans le dialogue Yin/Yang.

Non pas un yin puis un Yang, tantôt Yin et tantôt Yang en ordre bien régulé mais Yin et Yang en même temps : Temps de la rencontre, de la confrontation et la contradiction en une harmonie perpétuellement menacée et réactivée .

TaijiQuan – un Art Martial pour la paix.

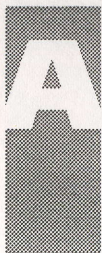
Au centre des rencontres se trouve aussi l'Assemblée Générale c'est-à-dire le Grand Rassemblement des hommes et des idées pour porter l'année qui s'annonce.

Il y a lieu d'envoyer officiellement une CONVOCATION à l'A.G. je vous adresse officieusement une PROVOCATION à la parole pour le bilan et le projet, le partage et le plaisir .

Au grand plaisir de vous revoir

Le président

mot du président



l'intention des «écrivains» de notre bulletin

important

La mise-en-page de ce bulletin est effectuée sur Macintosh. Pour ce faire il est **impératif** que vous suiviez la marche-à-suivre présentée ci-dessous afin que vos articles figurent dans notre revue.

❖ Si vous avez un ordinateur:

vous nous faites parvenir une disquette (ou un e-mail) **en format Word 5.0 ou en fichier RTF**. Ni la mise-en-page, ni la police utilisées ne sont importantes.

Si vous n'avez pas d'ordinateur:

vous postez vos documents **un mois avant les délais d'envoi** mentionnés ci-dessous à:

Jacques Lombard, 3 rue du Passage,
67117 Ittenheim, FRANCE
TÉL.: 03 88 69 05 11

ou à

Jean-Luc Pommier, 63 rue de Seine
94400 Vitry, FRANCE
Tél/fax: (0033) 0146 80 39 28,
e-mail: pommier@msh-paris.fr

Ces deux «braves» se chargeront de faire la saisie de vos textes.

Voici les délais d'envoi des articles :

- le 15 mars - le 15 septembre - le 15 décembre

pour les envois e-mail: defago@iprolink.ch
ou: Pascal.Fessler@medecine.unige.ch

pour les envois de disquettes:

LUC DEFAGO,
87 bd. Carl Vogt,
1205 GENEVE / SUISSE

PASCAL FESSLER,
9 ch. de la Boisserette,
1208 GENEVE / SUISSE



propos des articles

important

Une remarque importante au sujet des articles publiés:

Nous n'effectuons aucune censure quant aux articles publiés dans ce bulletin sauf s'ils sont de nature insultante, ou dépassant le seuil des bonnes relations.

Cependant...

Les articles ne sont pas à considérés systématiquement comme des enseignements de Maître Wang, mais le reflet d'opinions diverses. Vous pouvez librement donner vos opinions et d'autres peuvent les discuter. Les articles ou les préceptes enseignés par Maître Wang sont signalés comme tel.

Je pense que certains d'entre les lecteurs s'en étaient rendus compte mais cet avertissement vaut surtout pour les néophytes.

Ceci étant posé, je vous souhaite bonne lecture et que les écrits échangés soient autant d'enrichissements pour notre pratique.

la rédaction

A p p r e n t i s s a g e e t d é c o u v e r t e e n T a i J i Q u a n

De la forme et de la mise en forme.

A la dernière réunion du Collège des enseignants, nous nous sommes interrogés sur la forme, sa place et son modèle dans notre pratique.

De retour à la maison, cela m'a donné envie de mettre en forme quelques réflexions.

Il est toujours fait référence à la forme quand on parle d'apprendre le Tai Ji Quan mais en même temps il est fait référence au Qi, à ce qui n'a pas de forme mais anime toutes les formes par ses mutations.

Forme / sans forme nous voici au cœur de la contradiction yin/yang.

Au dictionnaire français, **le mot forme nous propose quelques pistes de réflexion**

- Apparence extérieure qui permet d'identifier. Ainsi, on pourra reconnaître notre style à la vue.
- Moule , le forme est ce qui donne forme, ce qui permet au pratiquant de prendre forme dans la pratique.
- Réalisation concrète, mise en forme des principes TJQ
- Conformité à la norme, " en bonne et due forme "

D'autre part, le forme est assortie des principes qui fondent la pratique et, une fois mémorisée, elle devient le contenant dans lequel il s'agira de faire vivre ces principes.

Par exemple :

- Valoriser la détente et non la force musclée
- Le corps est unifié, il bouge comme un tout à partir du centre moteur,
- La dynamique du mouvement s'appuie sur l'effet de tension produit par la distinction yin/yang.
- L'esprit dirige, propose et mobilise le souffle qui va porter le geste. L'intention se réalise dans le geste qui donne à savourer et à réfléchir, il nourrit la pensée.
- La forme prend force dans les pieds, se développe dans les jambes, est contenue est orientée dans le bassin, se libère le long de l'axe vertébral et fleurit dans le geste.

1. Des années de pratique assidue sur diverses formes me font dire que la forme est mode de transmission, le référant stable et inévitable pour progresser dans cette culture. Il faut en effet se mouler dans la forme, l'assimiler, la faire sienne à tel point que l'on devient la forme c'ad que notre énergie

s'exprime dans la posture, les gestes et les mouvements ; nous sommes le matériau et l'artisan de cette expression formelle.

Ainsi donc, dans une curieuse alchimie en travaillant la forme c'est sur soi que l'on travaille.

2. Liberté d'esprit

La nécessité de la contrainte formelle – apprentissage, mémorisation, intégration motrice, signification...ne doit pas nous cacher que ce modèle n'est pas une représentation de ce qu'on doit être ou connaître mais un langage qui parle au corps et à l'esprit.

La forme n'a pas uniquement une fonction cognitive, on n'a pas fini avec le TJQ quand on connaît la forme ; elle a surtout une fonction heuristique c'est à dire qu'elle ouvre à découverte de soi, à une nouvelle conception de soi au sens gestatif : C'est une expérience.

La lenteur, l'immobilité, l'équilibre ne sont pas des fins en soi, même physiologiquement ils sont au service de la disponibilité et du mouvement de la vie., pas seulement de la santé qui n'est qu'un préambule utile à l'enthousiasme.

Ceci étant dit, la forme contient idéalement les principes fondamentaux du TaijiQuan, elle véhicule l'**information** mais chaque séquence de la forme la contient ; c'est une formule, expression condensée et concise de ces principes.

On peut dès lors

Travailler la littéralité : Répéter la formule, la mémoriser dans son corps .

Travailler le fond : Répéter la formule, la mémoriser dans un geste sur fond de sensations, d'émotions reconnues, vécues au quotidien. Lire, comparer, étudier les formes et les styles.

Travailler le creusement : répéter la formule, la questionner dans le mouvement, la vérifier dans le moment, la développer dans ses variations et ses applications.

Travailler l'expérience : La forme, l'acteur, l'heure et l'humeur forment un tout organique, une gestalt : Répéter le formule en la déclinant sur le formulaire des principes fondamentaux évoqués dans l'introduction. Voir comment on vit et fait vivre ces principes, comment l'énergie anime le geste dans une expérience toujours renouvelée.

On pourra alors être confronté à la réforme, ajustement du geste et de soi qui pourra conduire à déformer le modèle initial parce que dans ce propos il paraîtra creux ou incomplet ; on y trouvera comme des manques, des vides ou des silences.

C'est précisément ce vide, ce manque de la transmission formelle qui nous oblige à creuser en soi pour conjuguer le yin/yang : fidélité au changement et fidélité à la norme.

Paradoxalement l'aspect dogmatique de la transmission formelle favorise

l'émergence d'un comportement empreint de liberté et de disposition inventive.

Faut-il préciser que ce regard qui peut être choquant pour l'esprit formaliste prend en compte le processus, le développement au fil du temps, temps de pratique ou temps des différents âges de l'apprentissage à la maîtrise.

Comme nous en parlions lors d'un stage, voici d'autres résonances en provenance de Caen .

Philippe

La forme est un prétexte à la rencontre ; c'est comme un repas où le menu commun à tous se prête bien à la convivialité. Chacun déguste les plats comme il les aime, y trouve les goûts qu'il apprécie ; le rythme et les assaisonnements sont libres, on personnalise sa manière de manger et on parle autour de la table. Travailler l'espace à l'intérieur du cadre formel pour l'accomplissement de chacun au sein de la collectivité. Le TaijiQ, comme l'art ne cherchent pas à faire mais à être ; source de création et non objet de reproduction.

Michel

Réflexions sur fond de mer bleue et de rochers orange et vert qui se marient à l'horizon.

Si je veux monter un pot sur le tour, il faut un apprentissage, un entraînement et une discipline rigoureuse, et je pourrai copier divers modèles et formes.

Créativité et technique ne sont pas du même ordre et ne sont pas liés intrinsèquement.

On peut avoir de la technique et être de tristes machines à recopier et à répéter.

Quand joie et créativité s'expriment, on ne peut les enfermer dans un savoir ; le papier, la terre, la toile doivent être porteurs de cette liberté pleine, en silence.

A partir de cette énergie joyeuse, la technique peut être vivante, apprendre d'instant en instant, ne jamais accumuler dans un mouvement sans fin ni commencement.

Apprendre ensemble, mêler technique et créativité pour donner du neuf, pour renaître à la matière, à la forme, à la couleur et jouer avec elles. Le TJK permet d'être à l'écoute de soi et de l'environnement ; dans ce silence ouvert qui est énergie, je creuse les murs qui nous séparent et montre que nous sommes passants et passeurs.

Jean-Luc Perot

Mei Gong, impressions raisonnées

juillet 99

Retournement du regard, écoute intérieure, tactus intimus... Autant de points de repère pour aborder le recueillement, le retour sur soi.

Cette fréquentation de soi est paradoxale

D'une part, elle connaît un travail de maturation lié au temps qui passe et dans le même temps, la méditation sur le corps et dans le corps provoque comme une suspension du temps, une pause dans l'écoulement diachronique.

D'autre part alors même qu'on se rapproche de soi, qu'on vient en intimité avec soi on s'éloigne, on prend une distance, on devient.

Temps/non-temps, même/différent ... Une clarification serait de mise mais là où une prise trop serrée ne retient que du vent, il vaut mieux caresser l'idée en quelques impressions nuancées.

Dans l'apprentissage, on se cherche, on se place dans une posture et on se met à l'écoute.

Ecoute intérieure – position et mouvement, contact, pression, étirement, chaleur et douleur...

Ecoute sensorielle – lumière et ombre, couleurs, silence et sons, saveurs et odeurs...

Ecoute émotionnelle – aisance ou inconfort, plaisir ou agacement, solidité ou fragilité, tristesse ou sourire...

On se met à l'aise, au large.

La vigilance, petite flamme vacillante fait résonner l'expérience du jour avec celle d'hier.

C'est un exercice de mémoire où l'on se souvient de soi et prend conscience de son architecture et de sa texture. Le corps a une histoire, il perdure à travers les âges et la conscience s'affine avec l'usage et le temps.

L'exercice régulier libère l'attention qui ne doit plus se focaliser sur les niveaux élémentaires ; les fondements sont acquis, automatisés, l'exercice est familier c'est " le métier qui rentre ".

L'esprit s'en trouve allégé ; clarifié, il s'ouvre à d'autres champs de conscience. L'aventure commence.

On va puiser dans tous ces matériaux mémorisés pour les relire et les combiner de manière neuve, inouïe et inattendue.

Ce que l'on croyait soi et sien par habitude se trouve émietté et l'on rencontre

même des mouvements oubliés ou réprimés parce que non conformes à ce qu'il fallait être.

Bonheur des découvertes, l'exercice toujours identique n'est jamais le même ; le même (idem), celui que l'on croyait être s'éloigne et le soi (ipse) que l'on ne savait pas advenir.

Un petit détail dans la nuque ou le regard, un espace inattendu derrière l'oreille ou entre les doigts, une lumière inhabituelle et tout est renouvelé.

Autant d'événements mineurs qui nous émeuvent, dénouent une tension, libèrent une énergie enkystée et provoquent des larmes, un sourire, un battement du cœur ou un petit tremblement au creu du ventre.

Prendre du recul au plus proche de soi, dans un même mouvement de reconnaissance et d'altération.

L'être substantif, figé en état d'arrestation dans une identité conventionnelle se réveille, l'être verbe revient à l'infinif .

L'esprit est réjoui, le cœur est plus vaste.

Le temps passe mais l'instant s'élargit, on vieillit mais le printemps est là.

Jean-Luc Perot.

Droit de réponse-cherche pédagogique du tui shou désespérément

Françoise Angrand

Il n'est pas une revue, un bulletin, un livre sur le Taiji quan qui ne nous vante les vertus et les ineffables bonheurs à pratiquer le Tuishou. A lire ces incontournables éloges, tout pratiquant de Taiji quan devrait se sentir un jour poussé à pousser.

«Découvrir l'Autre» (ce dernier étant si important que l'on doit l'écrire avec une majuscule, «intelligence et savoir-faire», «devenir conscient de soi-même», «pouvoir de paix»...quelques expressions relevées dans les articles du dernier bulletin, mais que l'on aurait pu trouver dans bien d'autres sources.

Ceux qui aiment la pratique du Tuishou sont prompts à prendre la plume pour partager leur sensation et distribuer leurs conseils.

Mais où sont donc passés les articles de ceux qui n'aiment pas le Tuishou? J'ai beau lire et relire tous les documents que je possède sur la question, où êtes-vous les réfractaires du Tuishou, écrivains muets? Pourtant, je sais qu'ils sont très nombreux. Ne seraient-ils pas enfouis dans le secret des journaux intimes, au fond des cœurs et des pensées, dans le très profond du non-dit. Non-dit car indécent, non-dit car peur de paraître idiot, non-dit car intimidé, non-dit car incompris?...

Paul pratique le Taiji quan depuis des années dans la même association. Depuis des années il pratique le Tuishou, 10 à 15 mn par séance, chaque semaine. Depuis des années, forcément, comme il ne voyage pas beaucoup, il pratique le Tuishou toujours avec les mêmes personnes. Depuis des années, il pratique le Tuishou, parce que c'est une habitude imposée par le professeur. Parce que le professeur répète depuis des années que les principes du taiji quan ne servent à rien s'ils ne sont pas mis en pratique dans un travail à deux. Mais depuis des années, Paul passe toutes ses fins de cours à tomber et à se faire balader d'un coin à l'autre de la salle. Il aimerait partir du cours avant la fin pour éviter la séance de Tuishou. Parce que ce qui lui semblait un jeu au début, s'est transformé en corvée. Parce qu'il ne progresse pas. Parce qu'un jour, l'Autre (celui que l'on écrit avec une majuscule) le pousse un peu trop fort. Un autre jour, l'Autre (celui de la majuscule) refuse de perdre l'équilibre alors que ce jour là, Paul avait parfaitement bien amené son «Tirer vers l'arrière» (Lü pour les intimes). Parce qu'un jour, l'autre (qui a perdu sa majuscule depuis longtemps, et en même temps le respect qu'on lui doit) est devenu un objet de lassitude, une pierre d'achoppement, le symbole de son propre échec.

Paul aimerait bien réussir à pratiquer le Tuishou. Mais il n'y arrive pas.

Catherine a décidé de «sécher» ouvertement les séances de Tuishou. C'est une fille sympa Catherine. Toujours prête à faire le pitre, à faire la fête après les cours. Elle est très bonne pratiquante. Motivée, assidue, concentrée et tout et tout...Les premières séances de Tuishou, elle est bien entrée dans le jeu. Pas de signes de pudeur avec les garçons. A l'aise quoi...Ce qui n'est pas si facile on le sait, ne serait-ce qu'en voyant tous les cours de Tuishou pour femme que proposent...les femmes. Mais quand elle pousse, Catherine, les autres ne tombent jamais, par contre, quand les autres poussent, elle, elle tombe. Elle a passé pas mal de temps à travailler sur son centrage et sur l'Unité (celle qu'on écrit avec une majuscule elle aussi). Mais elle a beau faire, elle n'y arrive pas. Ca lui gâche la fête parce qu'elle ne comprend pas comment faire pour progresser. L'Unité? c'est une chose abstraite, un mot que l'on écrit avec une majuscule, pour bien faire comprendre que ce n'est pas à la portée de tous. Comme «Autre», comme «Dieu»...»indicable lieu de l'inaccessible désir» (Thomas Mann).

L'Autre n'est pas si proche de soi qu'on le pense. Pour la bonne raison que nous sommes aussi l'Autre pour l'autre.

Si, comme le dit Jean-Luc Perot, il s'agit «de conduire le combat de sorte que chacun y apprenne quelque chose qui le sorte de l'ordinaire», je pose la question: Si l'ordinaire d'une séance de Tuishou pour Paul ou Catherine est une sensation d'échec, comment sortir de cet ordinaire?

Nous savons que la pratique de la poussée n'est pas si anodine que cela. Qu'elle met en jeu des forces intérieures cachées. Qu'elle se situe dans un processus d'auto-maturation. Que dans ce processus, l'autre (rendons-lui sa dimension humaine et accessible en supprimant une bonne fois pour toutes cette foutue majuscule) doit, devrait être une aide.

Tout cela nous le savons tous et nous le disons sans cesse au cours de ces articles qui nous parlent du bonheur.

Alors, dites-moi pourquoi le Tuishou rend-il tant de gens malheureux?

Savez-vous à quoi l'on reconnaît un sujet tabou? Quand certains en parlent trop pour se prouver qu'ils n'y sont pas soumis, alors que les autres n'en parlent jamais car ils sont mal à l'aise. Un peu comme le sexe...Le Tuishou semblerait rentrer dans cette catégorie. Un peu plus de réalités, un peu moins de lyrisme, un peu moins de majuscules, et un peu plus de vraie réflexion entre ceux qui aiment et ceux qui n'aiment pas le Tuishou.

Par pitié écorchés du Tuishou, prenez vos plumes et dites-nous ce qui ne va pas. Qu'on en discute, que l'enseignement avance, que la progression soit ouverte à tous. Avant l'Unité, cherchons l'Egalité pour tous dans la pratique de notre merveilleuse discipline.

Cette nécessité de l'égalité, Maître Wang Yen-nien nous l'a clairement fait sentir lors du stage Wyn 99. Selon Laoshi, aucun des stagiaires présent au stage de Tuishou n'avait un niveau réellement satisfaisant. (Que les débutants se rassurent...) Même si l'on peut nuancer ces paroles, je pense qu'au delà de ces critiques notre Maître voulait aussi que chacun se remette en question, les bons comme les moins bons, et que l'humilité doit aussi conduire l'apprentissage personnel («travaillez, travaillez» n'a cessé de répéter Laoshi) ainsi que la pédagogie du Tuishou.

Article cherche droit de réponses infiniment...

Françoise Angrand

Réponse d'Alain Billard à «une saine réaction-la critique» parue dans le bulletin n°3, page 15

L'article sur le Neigong du bulletin numéro trente a suscité des réactions parfois vives, et je me réjouis de voir un bulletin s'animer dans des questions si proches de l'essence de notre art. Celles-ci étant difficiles à traiter, il apparaît des lourdeurs dialectiques de ma part comme des interprétations exagérées de la critique. Mes propos ne visaient à dévaluer ni des voies, ni des hommes ou des cultures. J'ai seulement émis des réserves sur certains de leurs aspects. Malheureusement, il en va ainsi, les humains manquent d'un sens critique pondéré et la tendance est souvent " tout ou rien ".

L'auteur " d'une saine réaction : la critique " bulletin n°31, occulte mes propos par une prise de position bien trop émotionnelle pour être " saine ", surtout si le motif est essentiellement l'incompréhension. Pourquoi rejeter ce que l'on ne comprend pas ?

Dans la Bhagavad-Gita, on peut lire " ne hais pas ton ennemi, abats-le froidement ! "

Cela étant, j'essayerai d'être plus simple, mais je pense que bon nombre des lecteurs ne sont pas profanes en ce domaine.

Le " nous " à la place du " je " était juste là pour réduire mon individualité devant des enseignements traditionnels, qui ne peuvent être appropriés par qui que ce soit. Mais bon, nous dirons " je " : ne crains pour autant d'assumer mes opinions.

Il était impossible en peu de lignes de développer de tels sujets. Je voulais jeter quelques phrases en " clin d'œil " pour inciter les gens à lire des auteurs traditionnels incontournables comme : Georges Ivanovitch Gurdjieff, René Guenon, Julius Evola, Alain Danielou, Henri Maspero, Carlos Castaneda, Isabelle Robinet, Gustave Meyrint¹. Même s'ils sont parfois excessifs, irritants car hors normes ou difficiles.

Ils ne sont pas dans le moule " mondialiste moralisant " mais avec un peu d'ouverture et de patience, ils nous éviteront les délires des néospiritualistes du genre théosophistes, antroposophistes ou autres psychosophistes.

Même dans son étymologie la plus " larousse " le mot " métaphysique " est applicable au Taïchi et Neigong, ceux-ci étant vraiment en rapport avec les " causes premières de l'être ".

Malheureusement comme " l'ésotérisme ", ces termes ont été détournés vers la vulgate.

A l'origine métaphysique signifiait, la physique reliée par le symbolisme au sacré.

Les " treize postures " en rapport au Yi King en sont une évidente démonstration.

Nous sommes dans l'âge de fer ou " Kali Yuga " et il est normal de voir une perte d'être au sein des individus comme des enseignements métaphysiques, même les plus authentiques, qu'ils soient tibétains, taoïstes, gnostiques chrétiens, chamanistes ...

En ce qui concerne les Tibétains, je respecte leur enseignement, mais les " Bonnets jaunes " succombent à la modernité. C'est vrai que leur posture de méditation ne correspond pas à leurs textes traditionnels, qui disent de se tenir comme une " flèche ". Autant au Népal qu'ailleurs, ils pratiquent surtout les " mantras ".

Le Dailai lama est sympathique, mais je m'étonne qu'il mange beaucoup de viande sur les conseils de son médecin occidental. Son rapprochement intime avec Hollywood lui fait partager une subculture mondialiste. D'autres lignées du Bouddhisme tibétain sont métaphysiquement correctes, n'ayant pas rejeté le chamanisme de leurs ancêtres ni l'apport brahmanique de l'Inde.

Shankara-âchâya et Guenon ont brillamment montré que le Bouddhisme original ayant rejeté l'orthodoxie traditionnelle de l'Inde, pouvait être à celle-ci, ce que le protestantisme est au catholicisme des origines.

D'où le succès en occident où le sentimentalisme et l'humanisme du Bouddhisme original s'accordaient bien à notre mentalité. L'extrême Orient a heureusement (grâce aux taoïstes) ré-insufflé un courant dépourvu de cet exotisme.

On peut être fidèle à la voie choisie, mais les références à l'universel sont indispensables.

Ainsi le Zafou (coussin) dans le Neigong est un petit plus pour la santé.

Les portes postérieures du dos (ou Guans) ne s'ouvrent en redressant la posture qu'après un long temps de pratique et pour peu de pratiquants. D'ici là le risque de cyphose dorsale existe.

De toute façon l'expérimentation comparée est la meilleure réponse à ces questions.

Remarquons enfin que dans le quotidien nous sommes suffisamment mal posturés pour en rajouter dans la méditation. Pour dire tout cela je m'appuie sur vingt-cinq années de professionnalisme du dos avec un cursus autant occidental qu'oriental.

En ce qui concerne les ENOC ou états de conscience non ordinaires expérimentés sous électroencéphalogrammes, il faut différencier celui d'un " éveillé " vivant (il existe des éveillés morts) de ceux des Mystiques, qui présentent un état changé vers l'extérieur ou " extase ". Etat qui étant manifesté, engendre une autre forme d'agitation mentale.

L'éveillé est plutôt en " enstase " (de type initiatique) et non manifeste (ou très peu). Les seules traces dans cet état non mental, viennent des couches archaïques du cerveau.

Pour plus de compréhension lire " les états multiples de l'être " de René Guénon ².

Parlons maintenant des liens réciproques entre Neigong, sexualité et respiration. Par manque de place je ne donnerai que quelques généralités. L'énergie sexuelle yang, a pour support physique le sperme. (C'est la vitya des indiens). L'énergie yin (ou raja) a pour support les liquides du vagin apparaissant dans le coït. Toutes deux appartiennent au " jing chi " du " tantien inférieur ". L'humain moderne dilapide ce matériel dans une sexualité de trois types : passionnelle, reproductrice ou pornographique. Le niveau passionnel seul permet aux couples dépourvus de culture sexuelle taoïste (ou tantrique), d'avoir un contact très bref avec la " connaissance suprême ". Mais étant profanes, ils ne fixent pas ce moment dans les trois corps (physique, énergétique, mental). Cela est surtout du à l'orgasme en pic de l'?, trop bref pour fusionner avec celui en plateau de la femme. Ce contact arrive dans le meilleur des cas chez des individus n'ayant pas trop de perte " étriquée " (ce qui est rare) ³.

L'amollissement du périnée nous fait perdre à chaque instant beaucoup trop d'énergie sexuelle par la porte de la terre=hui yin. La vie moderne est en cause, également croire que les phantasmes enrichissent la vie sexuelle est une magistrale erreur : merci Freud. Nos lointains ancêtres étaient plus normaux. Certains auteurs ont pu conserver leurs conseils. Mantack Chia bien que critiquable sur de nombreux points, a ouvert un champ de connaissance des " secrets taoïstes sexuels ".

Il propose une rééducation de la sexualité, surtout pour les hommes du fait de leur orgasme en ^ . La contraction soutenue et répétée du périnée (tel que nous la trouvons dans notre enseignement) est un des points clefs. Il est donc conseiller aux hommes de plus de 35 à 40 ans (selon le cas) de suivre les conseils du livre vert⁴.

Le blocage spermatique est capital au début, mais à ne pratiquer qu'avec un travail régulier du Neigong et du Taichi. Les charges d'énergies yang qui en résultent peuvent être très perturbantes, pour le corps et l'esprit. Ainsi, on retrouvera un orgasme en plateau, et les échanges yin yang bénéficieront de plus de temps et d'intensité pour se concilier. L'homme étant trop yang par nature et la femme trop yin, les deux pourront se neutraliser pour un certain temps.

On retrouve ces idées chez les Alchimistes occidentaux, " perdre sa semence, c'est perdre un peu de conscience ". Il s'agit bien sur de la semence virtuelle ou " virya ".

Après un long temps de rétention physique, on pourra à nouveau perdre le sperme quand on saura garder la virya. Tout cela crée un bénéfice réciproque pour le Neigong, le Taichi, et la santé sexuelle et générale. La respiration embryonnaire sera, bien sur, pratiquée par le couple pendant l'orgasme.

Dans le regard impartial que la méditation donne de nous même, nous expérimenterons les progrès de notre concentration, mémoire et intuition. Des

progrès sur la vue sont parfois étonnants.

Mantack Chia et Stevanovitch⁵ ont outrepassé les limites raisonnables quand ils versent dans la " Magie rouge ", qui donne pouvoir occultes et dédoublements. Combien de braves gens ressortent déjantés de leurs stages. Utiliser les orbites microcosmiques ou macrocosmiques dans le Neigong, ne doit être qu'un prétexte à la concentration amenant à la contemplation puis peut être à la culmination = éveil.

Ne pas confondre les buts et les moyens. D'ailleurs même sans ressentir aucune espèce de sensation énergétique, il suffit d'essayer de l'induire comme " wang Yen Nien " l'enseigne, pour nous recentrer.

Si par contre les manifestations énergétiques sont puissantes (spasmes de la colonne vertébrale, visions, gémissments...) gardons-nous d'y attacher de l'importance. Le monde physique sert autant de support à la recherche du " soi " que le monde subtil. Quant à la respiration externe, elle sera conforme à notre enseignement.

On pourra constater, que plus le mental lâche prise, plus la liberté et l'harmonisation du souffle se feront.

Il n'est pas nécessaire d'être sinologue ou d'étudier anatomie, physiologie ou ostéopathie de l'appareil respiratoire, pour que la respiration renaisse de ses cendres dans le Neigong ou le Tai chi.

Au contraire vidons notre verre pour le remplir. Ceci vaut pour l'ensemble de notre art. Gardons plutôt notre temps pour pratiquer.

Alain Billard

TCC Montpellier

Tel : 04.67.57.25.90

- 1 Merveilleux romans d'amours alchimiques
- 2 Editions Tridaniel
- 3 Lire "métaphysique du sex " par Julius Evola, Edition «l'Age d'homme"
- 4 Edition axis mundis (le rose étant pour les femmes).
- 5 la voie de l'énergie.

Cher compagnon de «pratique»

par Laurent Rochat

forum

C'est à la suite de l'article de M. Billard et de la véhémence qu'il a suscitée que je me permets d'écrire dans ces pages. Je vous prie d'excuser par avance mes imprécisions linguistiques et mon manque de références. Vous ne prendrez ces quelques lignes que pour ce qu'elles sont : un avis et une expérience personnelle.

Dès mes débuts en YMTJQ, j'ai eu l'occasion d'être en contact avec des membres du Collège. Ces moments étaient attendus avec impatience et je dois dire que j'en ai retiré quelques déceptions. J'ai trouvé auprès de certains enseignants beaucoup d'agressivité à l'égard de leurs collègues, dont mon professeur pour qui je nourrissais déjà respect, gratitude et amitié. Cette attitude est très, très désagréable.

D'autre part, j'étais étonné par le flou des connaissances de certains en matière d'énergétique. Beaucoup d'entre eux ne pratiquaient pas le Nei Gong (ou pas régulièrement, ce qui, à mon sens, revient au même). Certains ne voulaient même pas en entendre parler, voire même, renonçaient à la pratique de la respiration embryonnaire. La rétroversion du bassin connaît pas mal de critiques et de détracteurs ! Je me suis alors demandé si je ne faisais pas mieux de me mettre à la danse de salon qui diffère très peu d'un Taiji Quan sans Nei Gong et qui, de prime abord, ne réveille pas tant de rancœur chez le pratiquant...

L'aspect historique de notre style ne fait également pas l'unanimité chez nous et encore moins auprès des autres styles.

Ces points m'ont souvent été relevés par des représentants d'autres styles pour dénigrer notre travail.

Il est peut-être temps qu'une commission d'étude ad hoc mette tout cela au clair, avec une étude comparative et l'approbation de Maître Wang Yennien. Ceci pour la sécurité de l'élève, car le Nei Gong est un travail délicat ; mais aussi pour la crédibilité de notre enseignement, à une époque où l'information circule ouvertement et clairement.

Et surtout chers vénérables du Collège : ne laissez plus vos élèves patager dans vos querelles «intestines»...

Services offerts et tarifs

LIVRES DE Maître Wang Yen-nien

Tome 1- Le mouvement par l'image	420,00FF
Tome 2- Applications martiales	500,00FF

ARMES

Eventails	150,00FF
Epées	XX,00FF
Sabres	XX,00FF

K7 VIDEO ET AUDIO- CD

K7 Audio: les noms des gestes par Maître Wang Yen-nien	60,00FF
CD1: Strasbourg 1987	XX,00FF

DOCUMENTATION

Bulletin de l'Amicale	
-L'unité	50,00FF
-Abonnement annuel	120,00FF

Dépliant de l'Amicale	
-L'unité	XX,00FF
-Par dix	XX,00FF

Petit Livre Rouge	XX,00FF
(Noms des gestes des formes du style et textes classiques en format de poche	

matériel

9^{ème} rencontre de l'Amicale

11 novembre 1999

*L'association TCH'AN TAIJI QUAN de l'Angoumois
vous accueillera avec plaisir*

ANGOULÊME, CITÉ DES FESTIVALS

- Festival international de la Bande Dessinée
- Festival Musiques Métisses
- Circuit des Remparts
- Rencontre de l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

PROGRAMME

3 jours...
3 nuits ...

Du jeudi 11 novembre 99 à 17h
au dimanche 14 novembre 99 à 17h

Taiji, Bande Dessinée, Pineau, Cognac...

LIEU DE LA RENCONTRE

Auberge de Jeunesse
sur les bords de la Charente au pied de la vieille ville
Gare SNCF à proximité

HEBERGEMENT

85 places sur place à l'Auberge en chambre de 6.
50 places à la maison diocésaine dont 23 en chambre individuelle, à 20 min à pied, 8 min à bicyclette, 5 min en voiture, 1h à la nage...

Draps fournis, prévoir le linge de toilette

Repas pris à l'Auberge.

Menus pour tous : végétariens, piscivores, viandosores, omnivores, frugivores.....

TARIF

pension complète
environ
310F pour 1 nuitée
510F pour 2 nuitées
700F pour 3 nuitées

INSCRIPTION

Les bulletins d'inscription vous seront adressés en septembre.
La date limite d'inscription est fixée au 15 octobre 1999.

Dutch open

compétition de tai chi chuan,
forme et tui shou

stages/rencontres

Le samedi 27 novembre 1999

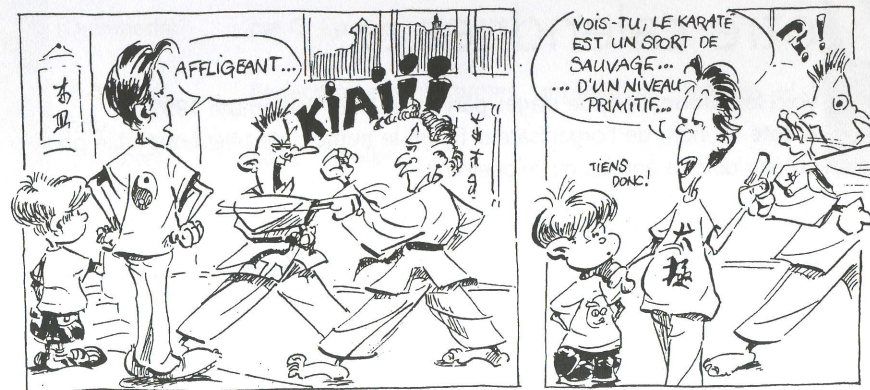
au Sprothol Zuilen, Burgemeester Norbruislaan 13,
3555 ED UTRECHT, 030-2862915

Disciplines en compétition:

- la forme
- tui shou, avec et sans déplacement
- les armes

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS:

STICHING TAIJQUAN NEDERLAND,
P.O. Box 13 264, 3507 LG UTECHT, NETHERLANDS.
Téléphone et fax: 31-30-2721002



humour

leçon de choses



©Pascal Fessler

Votre calendrier...

Voici les informations de stages parvenues le 27 septembre 1999.
A coté du nom de l'organisateur figure le numéro de téléphone utile pour obtenir de plus amples renseignements.

ARCHIPEL 03 88 69 05 11

15-16 janvier
(Strasbourg) Epée ancienne
par H. Mouthon

4-5 mars
(Strasbourg) Travail de sensation dans les formes
par J-L. Pérot

ATCHA 04 50 45 50 31

20-21 novembre Samedi après-midi : apprentissage des armes
18-19 décembre Dimanche matin : formes

4-5 mars
15-16 avril
13-14 mai
(Annecy) par H. Mouthon

29-30 janvier
(Annecy) Programme à préciser
par C. Jeanmougin

10-12 juin
(Annecy) Epée ancienne
par H. Mouthon

Breizh Izel TCC 02 98 55 48 93

2-3 octobre Perfectionnement formes, applications martiales et tui
shou
(Quimper) par C. Eyrolles

30-31 janvier Perfectionnement formes, applications martiales et tui
shou

(Quimperlé) par C. Eyrolles

15-16 avril Perfectionnement formes, applications martiales et tui
shou
(Quimper) par C. Eyrolles

1-4 juin Perfectionnement formes, applications martiales et tui
shou
(lieu à préciser) par S. Metzlé et C. Eyrolles

Cercle Francilien de TCC 01 69 34 67 64

24 octobre Perfectionnement de la forme (applications martiales)
21 novembre Tui shou débutants
12 décembre
23 janvier
27 février Stages organisés avec l'Union Sportive Municipale de
Viroflay

19 mars (section TCC)
2 avril
21 mai
18 juin
(Viroflay) par C. Eyrolles

Club de Tai Chi Chuan de Versailles 01 39 02 23 62

7 novembre Eventail (m) + épée ancienne (am)
23 janvier Eventail (m) + épée ancienne (am)
20 février Eventail (m) + épée ancienne (am)
5 mars Eventail (m) + épée nouvelle (am)
9 avril Epée nouvelle (m & am)
7 mai Eventail (m) + épée nouvelle (am)
11 juin Révision : épée nouvelle (m) et épée ancienne (am)
(Versailles) par S. Metzlé

24 octobre Perfectionnement de la forme et travail à deux
12 décembre (dimanche 9h30 à 12h30)
6 février
2 avril

18 juin
(Versailles) par S. Metzlé

La Main Franche 081 74 24 94

Tui shou, éducation de la sensibilité, écoute de soi,
écoute de l'autre

10 octobre Le comportement sur le thème de la Terre

31 octobre « « « l'Eau

28 novembre « « « l'Air
(Namur) par J.L. Pérot

4 décembre La construction du corps énergétique, la forme Chen
Applications et exploitation en combat
(Namur) par K. Tokitsu

Souffle - Mouvement et Arts Chinois Traditionnels 02 99 42 30 53

1-4 juin Shi san shi, 1er et 2ème duan, tui shou, éventail
(Ile de Berder) par C. Lephay

Tai Ji Open Club (TOC) 757 22 53

16-17 octobre Stage 13 postures (débutants et avancés) :
étude de la forme et applications
(Genève) par S. Metzlé

Important !!!

La date limite pour l'envoi de vos programmes suivants est fixée au 30 novembre.

Adresse : F. Schosseler, 17 rue Vauban, 67000 Strasbourg.

Toutes vos suggestions et critiques concernant l'organisation et la présentation de cette rubrique sont les bienvenues...

Cotisations 2000 1er appel

Adhésions individuelles:

- . Vous n'êtes pas responsable d'un groupe et vous désirez adhérer à l'Amicale et recevoir le bulletin à domicile (si vous êtes membre d'une association adhérente voir abonnement), alors le tarif est de 150F.
- . Vous êtes responsable d'un groupe! Dans ce cas nous vous encourageons à adhérer vos élèves selon les modalités de l'adhésion collective.

Adhésions collectives (l'abonnement au bulletin est automatique:

- . Vous êtes responsable d'un groupement (associatif ou non) et vous souhaitez l'affilier à l'Amicale deux éventualités se présentent à vous:
 - 1 Votre groupe est inférieur à 15 personnes vous réglez la somme de 300FF;
 - 2 Votre groupe est supérieur à 15 personnes vous multipliez le nombre de personnes par 20F pour établir le montant de votre règlement;

Abonnement au bulletin:

1. Vous appartenez à un groupement adhérent et vous désirez recevoir le bulletin personnellement le coût annuel est de 120F.
2. Vous n'êtes pas membre de l'Amicale le coût de l'abonnement annuel est de 150FF.

Un moyen simple de vous souvenir de vos derniers versements... Conservez cette partie dans votre documentation.

Vous avez versé en

1996
1997
1998
1999
2000

La somme de

le:

COTISATIONS 2000: 1er Appel

(Exercice du 1er novembre 99 au 31 octobre 00)

à retourner à la Trésorière

Je soussigné

Nom:.....

Prénom:.....

Adresse:.....

.....

.....

.....

Tél:..... Fax:.....

désire adhérer à l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Chuan à titre individuel et joins un chèque de 150FF à l'ordre de l'Amicale.

désire adhérer notre Association:

Nom de l'Association:.....

.....

Adresse:.....

.....

.....

.....

Tél:..... Fax:.....

O je joins un chèque de 300FF car le nombre d'adhérents est inférieur ou égal à 15,

ou

O je joins un chèque de 20FF x..... (nombre d'adhérents si supérieur à 15) soit de:.....FF libellé à l'ordre de l'Amicale.

Désire m'abonner au bulletin, je joins un chèque de.....FF

Fait le

Signature

à

Vous êtes nouvel adhérent

Vous renouvelez votre adhésion

Vérifiez bien vos versements et indiquez une erreur éventuelle.

LE BULLETIN D'ADHESION EST A ADRESSER A

AMICALE DU YANGJIA MICHUAN

Françoise ANGRAND -trésorière

BP 1425

49014 ANGERS CEDEX 01

Tél: 02 41 78 84 65

Tous vos règlements d'adhésion doivent être adressés à l'adresse ci-dessus.

Les réclamations concernant le bulletin sont à faire auprès du trésorier qui gère le listing des envois.

Votre calendrier des stages est à adresser à notre Secrétaire: SCHOSSELER François - 17, rue Vauban - 67000 STRASBOURG.

AMICALE DU YANGJIA MICHUAN

Trésorière: Françoise ANGRAND

BP 1425

49014 ANGERS CEDEX 01

Tél: 02 41 78 84 65