



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

AMERICAN WEST YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
ASSOCIATION (AWYMTA)
Akai Jong, président
P.O. Box 1627 Aptos, CA 95001
Tél.: (408) 728 2121

Fédération Suisse Des Taiji Quans (FST)
Luc Defago, Président
87, Bd Carl-Vogt
1205 Genève
Tél. + Fax 022. 321 40 40

楊家秘拳太極拳會



*Amicale du Yangjia
Michuan taiji quan*



Bulletin n° 14
septembre 1993

Luc Defago, 85 bd. Carl-Vogt, 1205 Genève, Suisse, Tél./Fax : 022 321 40 40

楊家秘傳大極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

Le mot du président

J'espère que vous avez tous passé un bon été plein de Taiji Quan et de soleil. Pour la rentrée, nous avons au programme la **réunion annuelle de l'Amicale les 10,11,12,13,14 novembre à Annecy, organisée cette année par l'ATCHA, B.P. 127, F-74941 Annecy.** N'oubliez pas de vous inscrire et d'en parler autour de vous. Le cadre du lac et ses montagnes est magnifique. Au programme, pratique de tous les aspect du Taiji Quan (Duans, Tuishou, applications, éventail, épée, bâton).

Le bulletin présent vous informe également des divers stages à venir et je vous souhaite bonne lecture des articles de ce bulletin. Ecrivez-moi pour me faire part de vos suggestions ou critiques et vos articles sont attendus avec impatience.

Une nouvelle de Suisse : la Fédération Suisse de Taiji Quan a été créée le 29 août 1993. Elle regroupe les écoles et les associations de Taiji Quan des trois régions linguistiques de Suisse. L'initiative de sa création vient de l'Association Romande de Taiji Quan dont le siège est à Genève.

Début novembre, la Fédération Suisse de Taiji Quan organise une journée de Taiji Quan pour le CIO dans le cadre de la semaine olympique des écoles publiques de Lausanne et le canton de Vaud. Vous êtes tous cordialement invités à participer à cette journée. Il y aura démonstrations et conférences sur le Taiji Quan à Lausanne. Deux délégués de la République populaire de Chine ainsi que deux délégués de Taiwan seront invités à cette manifestation dont le but est de présenter et faire connaître le Taiji Quan au CIO d'une part et au pulic ainsi qu'aux autorités de la ville de Lausanne, siège permanent du CIO. Plus il y aura de monde mieux ce sera. Pour plus de renseignements, contactez-moi.

Voilà, je vous souhaite un bel automne

Luc Defago

Convocation

**A l'Assemblée générale de l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan
Le 12 novembre à 20h30 au "carrefour de l'amitié" de Sevrier,
au bord du lac d'Annecy, en France (Savoie).**

Ordre du Jour :

Rapport moral
Présentation des activités de l'exercice 1993
Rapport financier par M. Félix Gartmann, Trésorier
Budget 1994
Cotisations 1994
Relations de l'Amicale avec le collège
Le bulletin
Plaquette de l'Amicale
T-shirts, livres, bâtons.
Renouvellement du CA et appel à candidatures
Divers



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 1ER OCTOBRE !!** 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 1ER OCTOBRE 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)

Voici le devis pour des bâtons de tai chi transportables.

Afin de pouvoir couvrir les frais itinérants à la fabrication de ceux-ci, votre versement est indispensable. Pour ce faire, veuillez remplir le bulletin d'inscription ci-dessous et vous acquitter du montant par chèque bancaire majoré de FF10.- pour les frais bancaires au nom de l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan.

Devis n°020693

Le 17/06/93

Devis pour la fabrication de bâtons de tai-chi.

Ces bâtons seront réalisés en frêne massif vernis, ils seront en deux parties pour ceux de 2.41 m. et en trois parties pour ceux de 3.69 m., avec un système de vis fileté et des bagues en aluminium tourné pour assembler les parties.

Les bâtons de 2.41 m. auront un diam. de 25 mm. à une extrémité et de 35 mm. à l'autre.

Les bâtons de 3.69 m. auront un diam. de 35 mm. à une extrémité et de 45 mm. à l'autre.

Les prix sont hors taxes, à l'exportation.

BATONS DE 2.41 m (10 pces): 850.00/bâton

BATONS DE 3.69 m (10 pces): 1200.00/bâton

BULLETIN DE COMMANDE

NOM _____

PRENOM _____

ADRESSE _____

TEL.: _____ FAX _____

SIGNATURE _____

DUTCH OPEN

PUSH HANDS AND FORMCOMPETITION

TAIJIQUAN

Sunday November, 21 1993
De Windbreker
Grote Bickerstraat 2-4
Amsterdam



In 1992 the Dutch Taiji Foundation organized successfully a taijiquan competition for form and push-hands. After this success we decided to organize a competition day again.

This year there is the possibility to compete in the following sections:

- Form
- Push-hands
- Weapons form

The costs amount to Hfl. 15,- per entered participation. The costs for the public and for your own enthusiastic fans amount Hfl. 10,-.

We would like to receive your registrationform on November 1st, 1993 at the latest. After receipt of this registration form we can send you, if requested, the full rules for the competition, but unfortunately we do not have an English translation, so you would receive the Dutch version.

On the day itself we will give you a verbal explanation of the rules for the competition.

We will enable you, as foreign competitor, to pay the amount for participation cash on the day itself.

We hope to see you on November 21st in the Windbreker in Amsterdam either as competitor or as a spectator.

Kind regards

Stichting Taijiquan Nederland
P.O. Box 13 264
3507 LG UTRECHT
Netherlands



功夫

GONG FU «KUNG FU»
«L'HOMME REALISE PAR SON TRAVAIL»

LES BUTS DU PRATICIEN TAOISTE

Résumé en quelques points d'un chapitre du livre de Georges Charles, "Traité d'énergie vitale", paru aux éditions Encre en 1992. (extraits des pages 116 à 126).
L. C.

buts du praticien taoïste

profiter pleinement de la vie, en se conformant au rythme de la nature

demeurer consciemment les pieds sur terre et la tête dans le ciel, en unissant par la pratique :

- son corps (xing) à son souffle (qi) ou principe vital
- son souffle à son essence (jing) ou principe originel
- son essence à son esprit (shen) ou principe spirituel
- son esprit à l'univers (tao) ou voie universelle

afin d'être en harmonie avec le tao

moyens

nourrir la forme corporelle
le souffle
l'essence
l'esprit

de : nourriture, boisson, air, couleur, odeur, son, contemplation artistique, lecture, échange d'idées...

nourrir = absorption > transformation > circulation/excrétion > utilisation > sublimation

le corps est comme une multinationale, une entreprise avec de nombreux postes à gérer le mieux possible

trois stades dans la pratique

1. terre (pratique normale ou ordinaire)

trouver d'abord l'équilibre physique, psychique, énergétique; trouver la bonne posture, les bons mouvements, le contrôle de la respiration, les sensations

au niveau de l'entreprise : veiller à l'entretien

2. homme (pratique naturelle ou spontanée)

l'énergie circule plus rapidement, elle est de meilleure qualité; les postures et mouvements sont devenus naturels

on peut alors mobiliser l'énergie par l'intention, la pensée (yi) pour agir de façon interne (auto-guérison) ou externe (thérapie)

on peut organiser la circulation de l'énergie (petit et grand circuit)

au niveau de l'entreprise : plein rendement, efficacité, innovation

3. ciel (harmonie avec le tao)

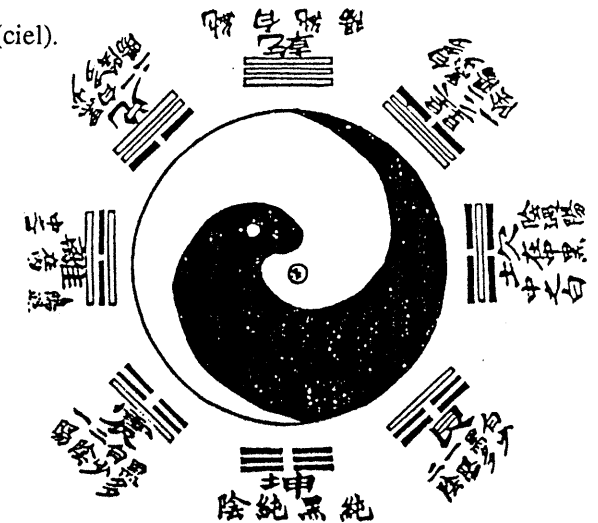
l'énergie est sublimée; conscience, vie, mouvement, énergie et matière ne font qu'un

on atteint l'immortalité (c'est-à-dire qu'on ne se réincarne plus)

la pratique doit

nourrir le corps et entretenir la forme (terre) par la nourriture et le mouvement

- faire évoluer les sens, satisfaire, permettre d'intégrer et d'utiliser les sensations (homme)
- éveiller l'esprit (ciel).





☰ ☷ ☱ ☴ ☵ ☲ ☳ ☶ ☱ ☴ ☵ ☲ ☳ ☶

TAI CHI

By DAN DOCHERTY

To have any questions answered on the subject of Tai Chi write to: D.D. c/o Combat, Premier House, Digbeth, Walsall WS1 1QU.

MR. BAD EXAMPLE

I'm very well acquainted with the seven deadly sins. I keep a busy schedule trying to fit them in. I'm proud to be a glutton and I don't have time for sloth. I'm greedy and I'm angry and I don't care who I cross.

True confession? Perhaps, but these lines also appear in the title track of Warren Zevon's excellent new album, Mr. Bad Example.

Over the years, I've read, and sometimes maybe even written, sanctimonious articles in the martial arts press about the behaviour and ethics expected of a martial arts instructor. Often these articles refer to an ideal exemplified by some great master of the past or by some elderly living master. I'd now like to examine this moral maze and attempt to show that grey areas are more common than black or white.

These sanctimonious articles usually place taboos on the instructor in the fields of foul language, violence, untidiness, sex, drink, drugs and smoking. Instructors are expected to be polite, restrained, tidy, and abstemious. In an effort to make themselves appear more acceptable to the public, instructors often buy into this by wearing blazers and ties and awarding themselves titles such as "Professor" or "Grandmaster".

These articles usually portray instructors as black or white stereotypes; as living saints or the scum of the earth. I haven't met too many instructors who would conveniently fit either of these stereotypes.

It is perhaps sad, but nonetheless it is true that some "bad" or even criminal instructors are excellent martial artists. It is also sad but nonetheless true, that many instructors are fine upstanding citizens, but not very good martial artists. Of course we also have "bad" instructors who are bad martial artists and even "good" instructors who are good martial artists.

In Japanese martial arts, many instructors identify with the samurai ethic of bushido. What is not often acknowledged



Dan Docherty with police friends in Hong Kong—proud to be a glutton.

is the fact that some Japanese instructors who are now revered as paragons of all the known virtues were little more than war criminals when they served with the Japanese Imperial Army in its brutal com-

paigns throughout South East Asia during World War II. They get away with it because the Allied powers knew little and cared less about what one group of Orientals was doing to another. I'm quite happy

to believe that some of these men were and are polite, restrained, tidy and abstemious. They are still war criminals.

The field of Chinese martial arts also has idols with feet of clay. Take Bruce Lee. It is well known in the Chinese martial arts community that he was taking "medicines" to help him deal with his heavy filming schedule. When he died, it was not with his wife at his side, but in the company of his co-star, the glamorous Miss Betty Ting Pei.

When I was serving in the Royal Hong Kong Police Force, I arrested fellow members of the Chinese martial arts community for offences connected with gambling, drugs and prostitution. In the early 1980's, a confidential report was published by the Triad Society Bureau on triad involvement in martial arts associations

involved had a direct triad affiliation.

The reason for this involvement is that such demonstrations also 'requests' for 'donations' from shop keepers and onlookers as well as fight between rival associations. Apart from the prospect of monetary gain, the triad elements in some cases genuinely believe in the religious aspects of some of the festivals or sought prestige as government officials and VIP's often attend such events. There is of course some triad involvement in Chinese festivals in Chinatowns in Europe and America.

Of course most Japanese martial artist are not war criminals and most Chinese martial artists are not triad members. The point is that hard facts are usually swept under the carpet and safer targets are set up for Don Quixotes of the martial arts



Dan Docherty with police friends in Hong Kong—proud to be a glutton.

which gave Lion Dances and other demonstrations at traditional Chinese festivals. It revealed that just over one third (68 organisations from all over Hong Kong) of the almost two hundred organisa-

press to tilt their lances at.

Many of the old masters of Tai Chi Chuan had lifestyles which would raise a few eyebrows in our so-called permissive society. Yang Cheng-fu was grossly obese

and died in his early fifties; at least one member of the Wu family was addicted to opium; many of the masters kept concubines or frequented places of "ill-repute"; many such as Cheng man-ching, were, by their own admission, heavy drinkers; many such as Yang Pan-hou and my own teacher liked in their youth to provoke fights. It's refreshing to know that some things don't change.

The thing is, I don't believe that any of these men were bad or wicked. They didn't rob churches or test the sharpness of their swords on prisoners. Nevertheless, each of them, in his own way, fails the respectability test that many Holy Willies in the martial arts world would like to set for the rest of us.

Christ once stopped a crowd from stoning an adultress, saying "let he who is without sin cast the first stone". In the martial arts world too, there is a lot of would be stone throwers.

Having talked of sinners, maybe it's appropriate to talk of saints and sages. Because of the laws of libel, let's restrict it to dead saints—this also leaves me out.

It has always struck me as strange that some members of the karate world, everytime one of their number does or says anything that isn't quite respectable, they quote the words or deeds of Gichin Funakoshi in their admonitions. Funakoshi was a very nice old Okinawan schoolteacher, but personally I find his words and deeds often boring and usually irrelevant—I'd much rather read about Gary Spiers.

Fellow columnist, Tony Leung, recently debunked many of the elements of the Ta Mo story. I think that many of the stories about famous Tai Chi masters of the past were also nonsense. The problem is that their students had in some cases have a vested interest in portraying their masters as mystics and sages. Some teachers even portray themselves in this light, setting themselves up as gurus; even worse, there are always plenty of suckers who believe them.

Apart from outright criminals, the people I object to are the pompous, the officious, the cheats, the frauds, the hypocrites, the dictators and anyone who doesn't get their round in. Those are what I would call seven deadly sins.

Let's give Warren Zevon the last word:-

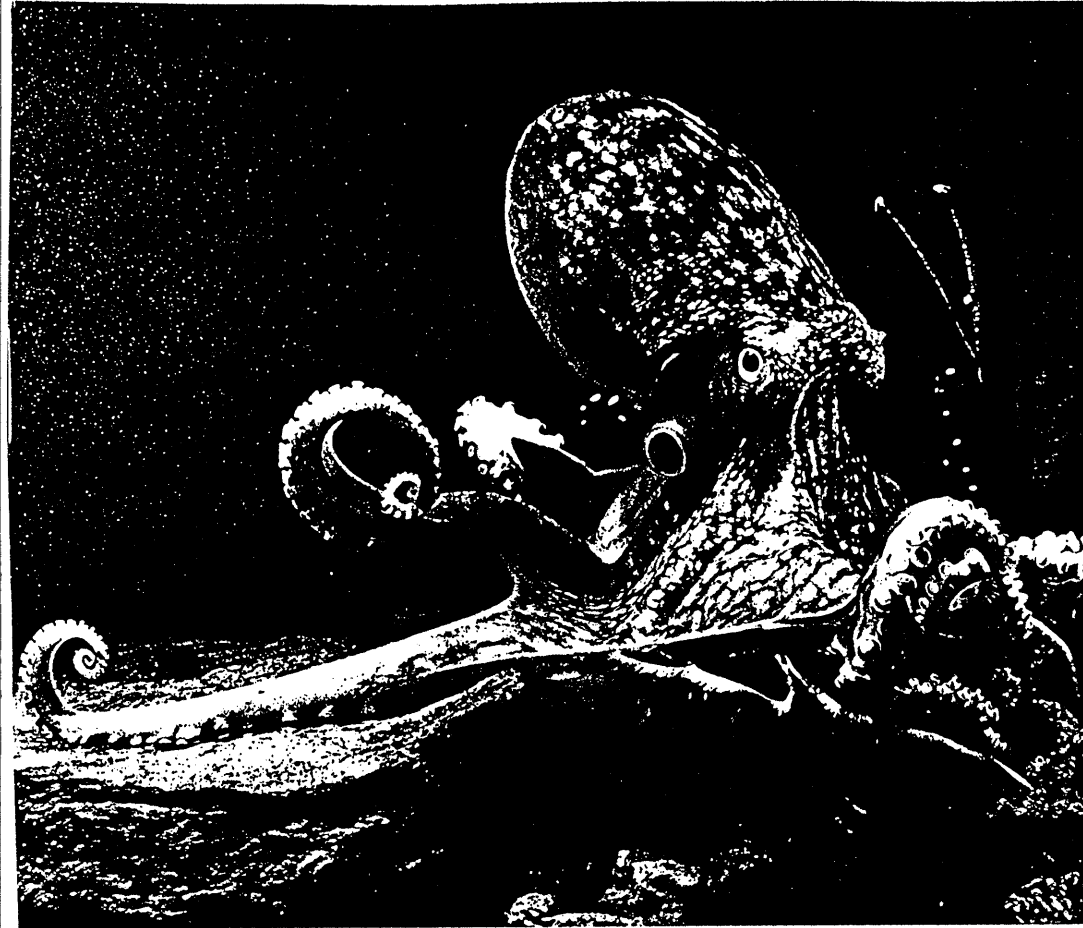
"I'm Mr. Bad Example, intruder in the dirt I like to have a good time and I don't care who gets hurt I'm Mr. Bad Example, take a look at me I'll live to be a hundred and go down in history"



Combat du mou contre le dur! Malgré sa cuirasse chitineuse, le homard (*Homarus vulgaris*) sera vaincu par la pieuvre.

Le poulpe raffole de la chair délicate des crabes et des araignées de mer, mais il en faut beaucoup pour remplir un estomac glouton. Quelque bon gros homard ferait bien mieux l'affaire, même si cette chasse n'est pas sans danger. Le homard connaît la force de ses pinces qu'il a éprouvées sur les membres de rivaux furieux ou sur des coquilles de moules. Il attaque en serrant dans ses tenailles les tentacules de l'adversaire, mais s'aperçoit trop tard que ses muscles coriaces échappent à la pression des cisailles. Rien ne cède, et seul un changement

de couleur révèle colère ou douleur chez le poulpe. Le homard alors cherche à percer le corps ballonné de son mollusque ennemi, il pince, mais fléchit désorienté: la poche d'encre du monstre a laissé échapper une nuée obscure qui engloutit les combattants. Les coups se perdent dans cette nuit suffocante où huit bras manœuvrent impuñément leurs terribles ventouses; l'étreinte se resserre et tandis que le nuage lentement se dissipe, le combat tire à sa fin.



Cette pince de homard ne saisira plus jamais que de l'eau: la pieuvre (*Octopus vulgaris*) est finalement parvenue à broyer sa victime.

Deux cisailles acérées n'ont rien pu contre les huit bras de la pieuvre qui s'est glissée sur le homard et le tient prisonnier sous son manteau. Et dessous, au centre de la voûte tentaculaire, il y a la bouche horrible. De ses mandibules semblables à un bec de perroquet, la bête brise à la jointure de la cuirasse la nuque de sa proie et injecte dans la blessure un venin paralysant. Puis sa langue râpeuse (*radula*) qui est comme une lime chitineuse va cueillir la chair au plus profond de la carapace. Et la pieuvre savoure son repas en surveillant les environs de ses yeux obsédants. - Avec plus de chance ou de

prudence, un tel homard aurait pu vivre 50 ans. Mais il aurait pu aussi être victime, comme tant d'autres, des nasses bien appâtées des pêcheurs qui, chaque année, sur les seules côtes d'Helgoland en ramènent 60 000. Ces crustacés, si abondants dans les eaux nordiques, sont plutôt rares en Méditerranée. Là, les pièges s'emplissent surtout de langoustes... et aussi de poulpes pilliers de nasses. Bien que nourrie de la chair délicate des crustacés, une vieille pieuvre est un plat coriace. Aussi les pêcheurs préfèrent-ils les petits poulpes qu'ils prennent de nuit avec un trident et une lanterne sourde.

L'ASSOCIATION DE TAIJQUAN DE TAIPEI SPONSORISE UNE COMPETITION

L'Association de Taijquan de la ville de Taipei s'est réunie pour son assemblée annuelle samedi 12 juin à 14 heures à l'Hôtel de Ville. Après l'assemblée et l'élection des responsables, l'association a sponsorisé sa première compétition de forme (1er duan) du Yangjia Michuan Taijquan pour les membres de son organisation.

Quelques 160 personnes de 8 lieux de pratique différents, faisant tous partie de l'Association de Taijquan de Taipei, ont participé à cette manifestation qui a duré 2 heures de temps.

Le président de l'association Chen Youfu, le chef-instructeur de l'association Wang Yen-nien, et le juge suprême Hsieh Jingrei, présidaient.

Les vainqueurs sont : l'école du Grand Hotel, première place (chef-instructeur Wang Yen-nien), l'école de la Compagnie Electrique Peilou/ Damshui, seconde place (chef-instructeur Lee Chintsai), l'école du Minsheng Park, troisième place (chef-instructeur Yeh Yunwu).

Des trophées de " Participation Enthousiaste " étaient attribués à tous les autres groupes participants, incluant l'école Hsingyi (chef-instructeur Lee Liangping); l'école Minrong (chef-instructeur Hsieh Jingrei); l'école Neihu (chef-instructeur Huang Huayun); l'école Education College (chef-instructeur Fu Bizhu); et l'école Youth Park (chef-instructeur Lin Kuei).

Le prix du " meilleur design d'uniforme " est allé à l'école Minrong et le prix du " plus grand nombre de participants " a été attribué à l'école du Grand Hotel.

Programme des cours spécialisés à Taipei de l'Association municipale du Yangjia Michuan Taiji Quan

But : amélioration du niveau de Tuishou

Enseignant : Wang Yennien

Enseignement : comment déraciner et comment utiliser les mouvements des Duans à cet effet (quel mouvement à quel effet, comment enchaîner plusieurs applications, etc.).

Deux classes :

1) avancés : niveau requis, avoir terminé le niveau moyen en Tuishou

Dates : du 15 octobre 1993 au 15 janvier 1994

Horaire : Mardis et vendredis de 19h à 21h.

Prix : 300.- Yuans pour les trois mois.

Inscriptions auprès de M. LI Jingçai tél. 553-7631 ou 557-2116

2) moyens : niveau requis, avoir terminé le niveau débutant en Tuishou

Dates : du 14 octobre 1993 au 14 janvier 1994

Horaire : lundis et jeudis de 19h à 21h.

Prix : 300.- Yuans pour les trois mois.

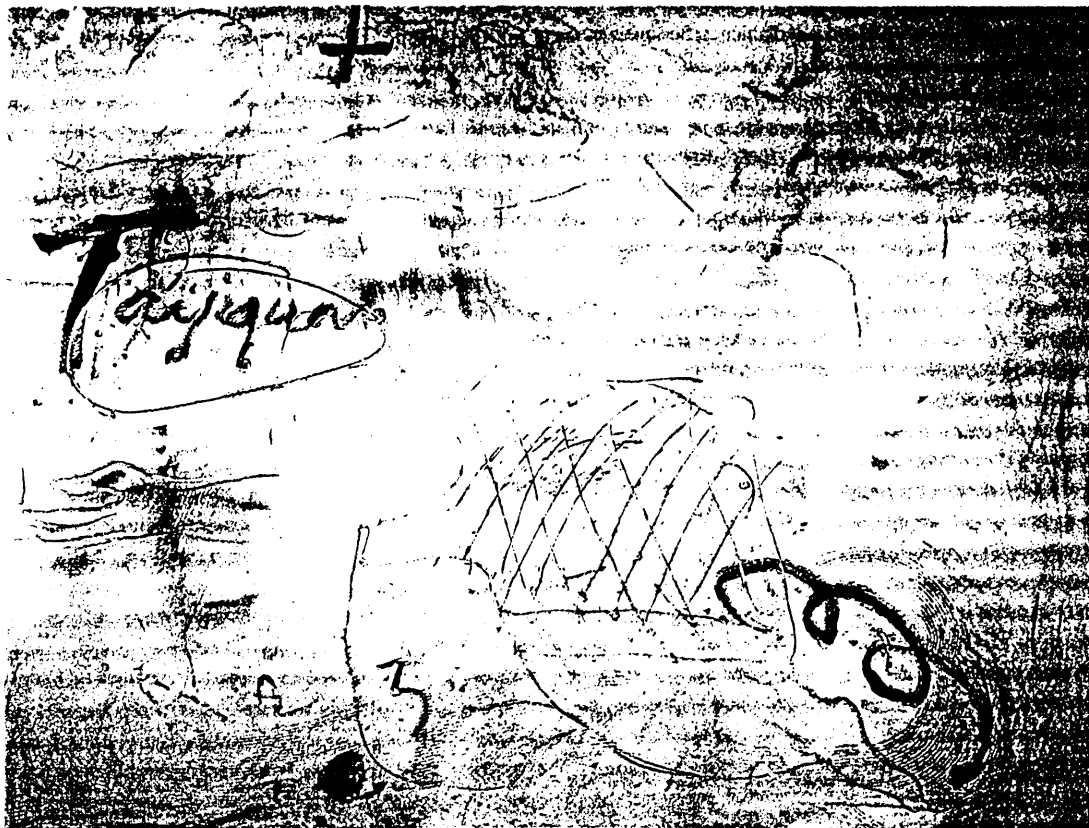
Inscriptions auprès de M. Ran Donghan tél. 633-5193

Pour de plus amples renseignements tél. à Julia Fairchild ou lui écrire :
Julia Fairchild. Fuhua Road 14, Alley 1, Lane 128, Shih Lin, Taipei, Taiwan R.o.C.
Fax et Tél. : 62-8311164 (ajouter le préfixe pour Taiwan).

Je vous rappelle que M. Wang et Julia sont au U.S.A. jusqu'au 4 octobre et qu' en cas de besoin vous avez les dates des déplacements et les No de tél. sur le bulletin de l'Amicale No 12 pages 8, 9 et 10.



«TAIJIQUAN»



Taijiquan, l'oeuvre de Antonio Tàpies que le CIO vient récemment d'acquérir.

Le CIO a récemment passé commande auprès d'Antonio Tàpies d'un tableau pour le futur Musée Olympique. Antonio Tàpies, le peintre catalan le plus connu sur le plan international dans le domaine du non formalisme, a peu approché le monde du sport. Ses oeuvres réalisées par des techniques mixtes, sur des supports et avec des matériaux divers non conventionnels, ont une esthétique toute particulière. Il est fréquent que dans ses peintures, il inscrive des signes ou des mots qui viennent compléter l'intentionnalité thématique.

Par Ramon Balius Juli

Ce n'est qu'à l'occasion de la réalisation d'affiches destinées à de grandes manifestations sportives telles que la Coupe du monde de football de 1982 en Espagne, le Tour de Catalogne (1986) ou les Jeux Olympiques de Barcelone (1992) que Tàpies l'artiste barcelonais né en 1923 a abordé le sport. Pour les Jeux, il a confectionné en 1982 l'affiche de promotion des Jeux et en 1992 l'une des quatre affiches officielles. La première de ces deux oeuvres, sur laquelle figurent les armoiries de Barcelone et les anneaux olympiques, est à notre avis la plus réussie de toutes les affiches de sa création. Curieusement, cette oeuvre n'a pas bénéficié de la diffusion qu'elle méritait.

Le CIO subordonnait sa commande à une condition: le tableau devait faire d'une manière ou d'une autre référence au sport.



L'artiste, grand connaisseur de la culture orientale, a rempli son engagement en réalisant une peinture inspirée du tai-chi, avec le nom «Taijiquan» marqué de l'écriture caractéristique de Tàpies.

Le tai-chi ou tai-chi-chuan est une espèce de gymnastique matinale que les hommes et les femmes de Chine pratiquent de bon matin à l'air libre, dans les rues ou sur les places, avant de se mettre au travail. Les milliers d'individus qui pratiquent cette gym-

nastique semblent se battre contre des ombres ("boxeurs des ombres"), le tai-chi consistant en effet en une série de mouvements, lents, doux et souples, guidés par l'esprit et coordonnés par la respiration, basés sur l'observation des animaux et des phénomènes naturels. Grâce au tai-chi, l'individu se détend, se calme, apprend à respirer, à trouver l'harmonie, à penser et à sentir, par la maîtrise de sa personne et de son énergie intérieure (chi).

Cependant, le tai-chi est plus qu'une gymnastique psychosomatique d'entretien; c'est en même temps une thérapeutique - on l'a assimilé à une acupuncture en mouvement - un art martial utile pour l'auto-défense et une philosophie qui invite à la méditation.

Le tai-chi a effectivement pour finalité de garantir une longue vie car il apprend à bien contrôler sa respiration, entretient la souplesse de la colonne vertébrale, régularise la circulation du sang et améliore les échanges veineux, autant de facteurs qui influent de manière positive et décisive sur la santé.

Le tai-chi est aussi un mode d'auto-défense qui se déclenche automatiquement si l'individu est attaqué. L'énergie intérieure (chi) accumulée et autocontrôlée fera adopter instinctivement au corps, face à l'attaque, les postures les plus appropriées et lui fera réaliser les mouvements nécessaires pour déséquilibrer l'attaquant et le frapper (chuan signifie poing, boxe) avec une extrême précision, uniquement si c'est nécessaire. Enfin, le tai-chi est une philosophie fondée sur la tranquillité, le silence et la lenteur qui induit et facilite la méditation.

Bien que difficile à comprendre pour un occidental, il semble évident que le tai-chi présente de multiples aspects dignes de considération et d'importance, aspects tous développés à partir d'une bonne utilisation de la propre énergie intérieure (chi) de l'individu. L'oeuvre de Tàpies représente donc bien plus qu'une anecdote sportive, car elle dissimule toute la diversité conceptuelle et toute la profondeur orientale du tai-chi, qui selon la tradition chinoise, procure à qui le pratique, la souplesse d'un enfant, la force d'un bûcheron et l'esprit d'un sage.

R. B. J.

ESPRIT SPORTIF, CULTURE SPORTIVE ET FORMATION

En grec, comme en latin, deux mots différents désignent l'esprit. Il y a d'abord pneuma, ou spiritus, le souffle de vie, le feu intérieur, l'ardeur qui distingue le vivant du cadavre. Il y a ensuite nous, ou mens, la pensée, le pouvoir de comprendre, de se représenter les phénomènes. L'esprit désigne autant la vie elle-même que la connaissance. La flamme et le miroir.

Les usages d'esprit dans notre langue sont riches et divers. Prenons quelques exemples. L'esprit supérieur, l'homme d'esprit renvoient aux conceptions classiques de la culture comme système de connaissances et de valeurs. Celles-ci peuvent nous éclairer sur les savoirs et les finalités caractéristiques de l'esprit sportif défini comme ce que font, savent, pensent et espèrent les sportifs.

De leur côté, des expressions comme esprit de famille -ou de corps, esprit de politesse, ou de sacrifice, renvoient plutôt à un ensemble de dispositions, de manières d'agir habituelles. Elles nous conduisent à définir la culture comme l'expression d'un groupe social. On est ou non dans l'esprit du sport, reconnu ou non par ses pairs.

Enfin à l'arrière plan, qu'il s'agisse d'esprit de vin, de sel, ou des lois, le concept nous renvoie à une essence, à la permanence d'une idée centrale, ou d'une structure stable qui perdure sous la diversité des manifestations caractéristiques du déroulement historique. L'esprit du sport se définit alors comme son identité, sous-jacente à l'évolution des idées évoquées plus haut.

A moins -vous en serez juges- que tout cela ne soit, au regard de l'empirisme et du terrain que vues de l'esprit, ou pire, mots d'esprit. Ecartons plutôt cette suspicion de la pensée, source de malentendus. Ce n'est pas faire honneur au sport, en effet, que de refuser de l'analyser, et l'ardeur qui fait vivre ne saurait se dissocier de la réflexion que donne son prix à l'existence.

Nous tenterons d'abord de saisir la présence de l'esprit sportif au niveau même de l'action. Passant ensuite des sportifs à ceux qui les encadrent, nous nous efforcerons de dégager les grandes composantes de leur culture, pour proposer enfin deux exemples convergents à propos de leur formation. Nous irons ainsi de l'esprit à la culture sportive pour aboutir à la formation des éducateurs, des entraîneurs.

LES ATHLÈTES ET L'ESPRIT SPORTIF

D'abord le sport est présence d'esprit, intelligence en acte. Le sportif engagé dans l'action, qu'il s'entraîne ou soit en situation compétitive, est un stratège. Il gère ses ressources énergétiques, contrôle ses émotions, résiste aux frustrations, cherche à cacher son jeu et à pénétrer celui de l'autre. Il lui faut - et ce n'est pas toujours simple - inscrire ses actes dans la logique d'une discipline et de son règlement, respecter les principes qui sont à la base de l'efficacité tout en créant du neuf, de l'imprévu.

La richesse des techniques du corps ne le cède en rien à celle des techniques de production, de création. Le sport a du sens parce que chacune des disciplines sportives pose des problèmes originaux. Elles relèvent pourtant d'une espèce commune, dont la marque distinctive est la motricité. Ces problèmes sont susceptibles d'être résolus de multiples manières: depuis le tâtonnement du débutant,

jusqu'aux solutions élégantes du champion parfaitement maître de sa technique et capable d'imprimer son style, l'éventail est largement ouvert. Il suppose, au-delà des capacités physiques, la patience des apprentissages, tout le sérieux d'un travail. Les techniques sportives s'apprennent.

Fallait-il passer, pour commencer, par ces évidences? Il semble que ces premiers constats, parce qu'ils nous sont familiers, sont aussi quelque peu oubliés. Il se pourrait que nos inquiétudes devant certaines violences, et tout ce qui menace le fair-play, nous fassent aborder directement les problèmes de la morale du sport, qui risquent alors de devenir ceux d'une morale surajoutée au sport.

Souligner la présence du sens au principe même de l'action, lier le plaisir et le résultat à la maîtrise d'une logique caractéristique de chaque discipline, c'est placer la pratique sportive au coeur de l'humain à l'opposé du déploiement aveugle et donc brutal de la force. C'est la présence de l'esprit du jeu qui fait le beau jeu, et l'esthétique ne saurait aller sans la présence du sens.

COMPÉTITION ET ÉDUCATION

Dans la mesure où il n'est jamais stupide, mais au contraire présence d'esprit, le sport contribue au développement de l'homme. Reste qu'en la matière, le meilleur côtoie le pire, puisque ce développement même est indéterminé, autorisant à la fois les plus grands espoirs et les plus grandes craintes. Il faut donc se donner des finalités, et des moyens pour les atteindre, passer de l'esthétique à l'éthique des valeurs du beau à celles du bien. Là, le sport, défini cette fois non plus comme pratique mais comme compétition, représente un pari audacieux: passer par l'opposition pour aboutir au respect des règles et de l'autre.

Une culture s'y transmet dans la continuité, et par le verbe plus que par l'écrit. Cette mémoire vive partagée, cette valorisation de l'expérience vécue entrent aussi dans la définition de l'esprit sportif, culture propre au monde du sport, distinct de celui de l'école ou de l'entreprise avec lesquels il ne saurait se confondre sans perdre une partie de son identité.

Présence d'esprit dans l'action morale intériorisée, forme originale d'organisation sociale et de relation, le sport est tout cela en même temps. Le concept de culture sportive renvoie aux relations nouées entre ces trois éléments constitutifs d'un système qui évolue dans le temps.

La culture sportive c'est d'abord, simplement, ce que nous partageons et qui nous confère une identité telle que l'on peut à juste titre parler de «monde du sport».

LES FORMATEURS ET L'ESPRIT SPORTIF

Si la culture sportive est d'abord ce que nous partageons, elle est aussi ce que, par delà savoir faire et compétences particulières, transmettent les éducateurs sportifs, et ce que, par conséquent, les formations qui leur sont proposées devraient contribuer à approfondir, à élucider, à enrichir. Par rapport aux trois pôles que nous venons de dégager, trois grandes dimensions constitutives peuvent être développées.

Le sport, chaque sport, est un ensemble de savoirs pratiques, techniques et scientifiques, ce qui nécessite des éducateurs compétents. Le sport, la compétition, d'autre part sont orientés par des valeurs, ce qui requiert une lucidité d'ordre éthique, que l'histoire, la philosophie permettent de cultiver.

Enfin le sport est institution, statuts, rôles, système d'échanges et de relations, ce qui légitime une approche en termes de sciences économiques, sociales et politiques.

Vaste programme, nécessaire pourtant, si l'on souhaite que les formations contribuent à préserver et à développer l'esprit sportif, sous toutes ses facettes.

LES PROBLÈMES RENCONTRÉS

Voyons d'abord les écueils à éviter, que signalent assez bien les reproches aux formations actuelles.

D'un côté, l'empirisme de la pénurie, qui se contenterait volontiers de quelques recettes rapidement présentées. On oublie que les anciennes formations empiriques, par apprentissage, transmission orale, et lent chemine-

ment des plus jeunes au contact de ceux qui savent, se caractérisaient par l'humilité et la patience, la lenteur du temps.

De l'autre côté, l'ingénierie de l'abondance, qui repose sur une accumulation de savoirs d'origines diverses, et l'utilisation d'un matériel coûteux.

Formations sans unité, où se succèdent selon les modes les emprunts les plus variés (à la logique de l'entreprise, de l'école, ou des sciences). Formation sans unité où la «pratique» est proposée et validée d'un côté, les savoirs scientifiques de l'autre, ce qui conduit dans le meilleur des cas aux redites, et dans le pire, à la méconnaissance mutuelle.

Certes, en substituant à une logique des connaissances à acquérir, la logique des emplois et des compétences un progrès a été récemment réalisé. Mais le problème central reste en suspens: on ne peut déduire absolument les contenus de formation d'un éducateur d'une analyse ergonomique de ses tâches. On ne produit pas des sportifs comme on produit des automobiles - même s'il est question dans les deux cas de rendement énergétique-, ni comme on produit des ordinateurs - même si ceux-ci partagent avec l'homme une certaine capacité de traitement de l'information. L'analyse des tâches peut nous conduire à la lettre des formations, il y manquera toujours l'esprit.

LES SOLUTIONS ENVISAGÉES

Les dangers précisés, qui sont bien connus mais toujours présents, quelles solutions proposer? Elles aussi sont connues, parfois même brillamment testées.

Pour répondre à la première définition de l'esprit sportif comme présence de l'esprit dans l'action, il importe de supprimer dans les formations le cloisonnement entre la partie spécifique et le tronc commun, entre les activités physiques et les sciences (nommées fondamentales ou d'appui selon les époques). Des connaissances originales sont à développer sur les décisions, les stratégies du sportif qui, quelle que soit sa discipline, résoud par ses actes des problèmes que lui posent les situations qu'il rencontre. Proposer une telle démarche revient à rendre aux pratiques leur logique, et à refuser qu'il y ait d'un côté la

tête, et de l'autre les jambes. Le sportif se voit reconnaître un espoir, une forme d'intelligence qui lui appartient.

De plus la suppression de ce cloisonnement traditionnel fournit un fil directeur lorsqu'on se tourne vers les sciences. Les questionner à partir des pratiques conduit à en proposer une approche à la fois économique et motivée. Le gain de temps ainsi réalisé, par suppression des redites et choix des questions, permet de retrouver dans les formations une place pour la connaissance du sport comme culture, dans toute sa richesse historique, et de proposer l'analyse souvent négligée des caractéristiques propres de la sociabilité sportive.

Il ne s'agit donc pas, dans la formation des formateurs, d'ajouter de nouveaux chapitres aux programmes existants, mais, en partant du principe qu'une formation doit se référer à l'esprit, au sens, et non à la lettre - foisonnement de savoirs sans liens - de réorienter les cursus.

S'il y a, comme pour les enseignants, une culture professionnelle commune aux éducateurs sportifs, elle ne peut se concevoir qu'à partir d'une réflexion sur le sens des techniques, les savoirs qui s'y illustrent, les valeurs qui les orientent, leur place dans l'histoire. Les savoirs particuliers, disciplinaires ne trouvent leur véritable signification que replacés dans l'univers original du sport qui leur imprime sa marque.

Enfin, les préoccupations déontologiques, éthiques, ne trouvent un écho véritable qu'associées à la pratique et au savoir.

La compétence pratique, scientifique, la richesse de la mémoire, l'étendue de la culture rendent modeste et prudent de la même manière. Et conduisent, en sport comme ailleurs, à ne jamais confondre les fins et les moyens.

DEUX EXEMPLES, POUR CONCLURE

Présenté d'une manière aussi générale, notre propos encourt le reproche adressé à la morale de Kant: il a les mains pures... mais peut-être n'a-t-il pas de mains!

Nous nous contenterons pour conclure et tenter de convaincre du contraire d'évoquer brièvement deux exemples.

Le premier se réfère à un travail accompli au sein d'une structure créée par la Direction des sports du Ministère français, le groupe ressource. Il s'agit d'une équipe qui peut être consultée sur les formations, les programmes, les examens et qui organise, à l'intention des collègues formateurs du Ministère des stages de formation continue. Un travail récent a consisté à proposer une nouvelle rédaction des programmes et des textes définissant les épreuves d'examen, dans la partie commune des Brevets d'Etat. Sans entrer dans les détails - il ne s'agit après tout que de propositions - et en soulignant que le but de la démarche est de transformer sans perturber, donnons quelques unes des grandes orientations.

La première s'identifie au refus de l'approche séparée des savoirs pratiques et des savoirs scientifiques. Il n'y a pas d'un côté des savoir-faire, et de l'autre des connaissances scientifiques, que les formations pourraient aborder à des moments différents, en espérant que les candidats feront eux-même le tri et la synthèse. Il y a plutôt une élucidation de ce que l'on fit, de ce que l'on fait faire, à partir des grilles que représentent les approches scientifiques. Il paraît donc souhaitable d'organiser, par discipline sportive, ou par groupe de disciplines, un va-et-vient, une formation alternée confrontant observation systématique et approche scientifiques.

La seconde conduit à affirmer que, quelle que soit leur discipline, les éducateurs et entraîneurs sportifs peuvent se rassembler pour une formation commune centrée sur l'acquisition de savoir-faire et de méthodes en matière de communication, d'organisation, de gestion, d'une part, et pour approfondir par l'échange leur culture sportive, marque d'appartenance à un même corps, d'autre part.

Comment se pose le problème si l'on pense, comme y invite une certaine tradition, à Thomas Arnold, Headmaster du Collège de Rugby? Il s'agit d'abord, à un moment où règnent dans les établissements scolaires désordres, violences, et refus de l'autorité, de rétablir la discipline. Le développement du

sport y parvient, non pas parce qu'il offrirait à la violence un exutoire, une catharsis, mais parce qu'il fonde le self-gouvernement: les élèves y apprennent le respect des règles mieux: y cultivent le fair play.

Que l'on se tourne vers P. de Coubertin, et l'on retrouve, par les mêmes moyens, la poursuite des mêmes fins, élargies aux sociétés, et à l'humanité. Il s'agit d'abord de «rebronzer une jeunesse veule et confinée» par la double action du sport, de ses risques, de ses excès et de l'histoire universelle. Et cela, non pour la préparer à la guerre, mais pour lui donner à la fois, par le sport, la force qui suscite le respect, et, par l'histoire, la connaissance des autres qui fonde la tolérance.

Il s'agit ensuite entre les classes, entre les peuples, de «relâcher les ressorts tendus par la colère». Le projet éducatif et le projet politique se répondent. Si bien que la compétition sportive, qui n'est possible que dans le respect de la lettre des règles et de l'esprit du jeu, apparaît comme l'illustration sensible d'une morale ouverte, librement acceptée, et non imposée.

LE SPORT COMME ESPRIT DE CORPS

Technique motrice chargée de sens, compétition réglée, le sport est aussi institution. Chaque discipline a ses clubs, ses ligues, sa fédération. Et, comme il se doit, chacune de ces institutions affirme son identité dans l'espace - il existe une architecture sportive, ou dans le temps, - chaque sport a son calendrier, ponctué par les compétitions importantes. Un lexique se construit, des savoirs se transmettent, des relations se nouent, des rôles se distribuent. Bref, il existe une sociabilité sportive, un sentiment d'appartenance, un esprit de club qui s'apparente à l'esprit de corps.

Et cette sociabilité repose sur des bases originales: alors que la société se fonde sur l'interdiction de l'affrontement entre les individus qui la composent le sport au contraire se définit comme organisation de l'affrontement et permet de dépasser dans une réciprocité certaine les frustrations de toute confrontation.

Pas de sport sans vainqueur. Donc, pas de sport non plus sans vaincus. J'ai besoin de mes adversaires, et du retour régulier des compétitions: c'est là ce qui fonde les solidarités sportives.

Celles-ci se renforcent du fait que le sport issu, tel que nous le connaissons, des sociétés industrielles, cultive le souvenir des sociétés traditionnelles. Le club se vit encore souvent comme une tribu où les rôles se répartissent en fonction de l'âge et du sexe, et où le contrôle social s'exerce de manière directe, en référence aux usages.

Le deuxième exemple concerne l'INSEP où je participe en tant qu'enseignant et coordonnateur de la division des Sciences et Techniques des Activités Physiques à la mise en place d'un enseignement modulaire. Le caractère massé de nos enseignements - vingt heures de physiologie en deux semaines, trente heures de psychologie de l'apprentissage en trois...- nous conduit à en changer l'organisation (plus de travaux pratiques, moins de cours magistraux) à en questionner l'orientation (quels rapports entre les connaissances proposées et les activités physiques) et enfin à mieux percevoir un manque général d'unité, une juxtaposition que les habitudes avaient fini par masquer. Ce qui a conduit à ressentir comme nécessaire la mise en place d'un «Centre de ressource sur la cultures sportive», conçu comme lieu d'élaboration, d'organisation d'enseignements et de recherches centrés sur la spécificité du sport.

Que retenir de ces exemples? Il nous semble qu'il est possible de transformer sans alourdir, pour peu que l'on se donne quelques principes directeurs.

Le sport est culture motrice, ce qui signifie intelligence en acte, réponse directe au sens des situations, présence d'esprit. Le sport est culture compétitive, intériorisation de règles et d'un esprit du jeu. Le sport enfin est culture relationnelle et sociabilité, esprit de corps. C'est de son originalité qu'il faut partir, si l'on ne veut pas s'exposer à l'avoir perdue au terme de la démarche. Il y a une logique du sport: l'esprit sportif, c'est le sport, et le fil conducteur de sa contribution à la formation des hommes.

B. D.

La pièce manquante (suite et fin)

Then lift... pull... flop...

it began to move forward...



And soon its edges began to wear off...

liftpullflop! liftpullflop...



and its shape began to change...



and then it was bumping instead of flopping...



and then it was bouncing instead of bumping...

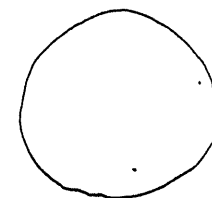


and then it was rolling instead of bouncing....



And it didn't know where
and it didn't care.

It was rolling!



STAGES SERGE DREYER 1993 - 1994

1 Série TUI SHOU

25 et 26 septembre 1993

Lieu : Reims

Horaire : 6h / jour

Participation : tous les stages sauf ceux orientés sur la compétition sont accessibles à n'importe quel type de pratiquant(e).

Nombre de stagiaires strictement limité à 20 personnes, sans dérogation possible.

Frais de cours : 300Frs/weekend à régler d'avance et à envoyer à Serge Dreyer, Les Fermes 72450 Lombron, tél. 43 89 43 74.

Autres renseignements par tél. ou par lettre timbrée à votre adresse.

PROGRAMME

- Préparation psychologique et physique au tui shou.
- Introduction au ding bu tui shou (DBTS) ou TS à pas fixe.
- Notion de TING JING (L'ECOUTE): analyse du rapport avec l'adversaire-partenaire, analyse et expérimentation de la technique, des sensations physiques, des attitudes mentales.
- Notions d'esquive, d'absorption, vider ou remplir.
- Analyse des différentes postures (le pas, le tronc, répartition du poids, centrage).
- Analyse des attaques sur différentes parties du corps : les épaules, les bras, la poitrine, le ventre, les hanches, le dos.
- Lenteur-rapidité et douceur-puissance appliqués au DBTS.

THE END.

英
雄
獨
立



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