

## ADRESSES UTILES

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

FEDERATION FRANCAISE DES TAI CHI  
CHUAN TRADITIONNELS  
78 rue de Rennes  
75006 Paris  
Tél.: 45-43-03-96

COLLEGE EUROPEEN DES  
ENSEIGNANTS DU YANGJIA MICHUAN  
TAIJI QUAN  
c/o Michel Douiller  
82 rue du Moulin Vert  
75014 Paris  
Tél.: (1) 45 39 04 29  
Fax : (1) 45 42 34 80

AMERICAN WEST YANGJIA MICHUAN  
TAIJIQUAN ASSOCIATION ( AWYMTA )  
Sam Tomarchio, président  
535 Liberty St. #203  
El Cerrito, CA 94530, USA  
Tél.: 510 527 2058

FEDERATION SUISSE DES TAIJI QUANS  
(FST)  
Luc Defago, président  
87, Bd Carl-Vogt  
1205 Genève  
Tél. + Fax : 022 321 40 40

THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN  
ASSOCIATION INT'L (TAIWAN)  
87-1 Chungching North Road, Sec. 1  
10F, Taipei, Taiwan, Rep. of China  
Tél.: (02) 555-7890 ou 556-5797  
Fax : (02) 881-2981  
Contact : Wang Yen-nien

THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN  
TEACHERS'ASSOCIATION INT'L  
(TAIWAN)  
87-1 Chungching North Road, Sec. 1  
11F, Taipei, Taiwan, Rep. of China  
Tél.: (02) 555-7890 ou 556-5797  
Fax : (02) 881-2981  
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

揚家  
秘傳  
太極  
拳會



*Amicale du Yangjia  
Michuan taiji quan*



**Bulletin n° 18**  
décembre 1994

# 楊家秘傳大極拳聯會

## Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

### Le mot du Président

L'hiver est là et l'année 94 s'achève. Certains projets ont pu avancer et d'autres sont remis à l'année prochaine, comme vous pourrez le constater en lisant le compte rendu de l'assemblée générale de l'Amicale.

Les rencontres de l'Amicale furent un succès et 93 personnes se sont déplacées parfois de fort loin pour humer l'air frais de l'Atlantique à Sévérac. Tous ont pratiqué assidûment la forme, l'épée, le sabre, le Tuishou et les applications des mouvements au combat. L'ambiance fut fort joyeuse et l'accueil exemplaire. Le lieu au milieu d'une forêt de 35 hectares régénéra les bronches et organismes des citadins. Aucun sanglier ne débusqua même si la lambada finit une fois au petit matin.

Pour l'année 95, l'événement principal sera bien sûr la venue de Maître Wang et la tenue du **premier Festival International du Yangjia Michuan Taiji Quan à Strasbourg**. Suivront plusieurs stages à Strasbourg d'une part et à Genève, Annecy puis Paris jusqu'au début août. Alors réservez déjà vos stages. Même si les dates exactes ne sont pas encore confirmées à l'heure où j'écris ces lignes. Une année riche en perspective, le calendrier vous en dira plus. Mais pour l'heure, bonne lecture et bonne fin d'année 1994 et Joyeux Noël

Luc Defago

## Amicale du Yang Jia Michuan Tai Ji Quan

### Compte-rendu de l'Assemblée Générale

11 novembre 1994

#### Membres représentés et leur représentant

1. Individuels : Bernard Régnier-Lanet
2. ARCHIPEL : François Schosseler
3. ART : Luc Defago
4. Ass. de TJQ de Caen : Michel Frérot
5. Ass. TJQ de Paris : Jean-Luc Pommier (remplaçant Jean Isnard)
6. ATA : Jean-Claude Guibault (2 voix)
7. ATA Angoulême : Isabelle Gauthier
8. ATCHA : Henry Mouthon
9. ATJQWDF : Alain Lelarge
10. Culture et Loisirs : Jean-Claude TRAP
11. Groupe Franck Béalet : Franck Béalet
12. INPACT : Christian Bernapel (remplaçant Christian Delhomme)
13. TJQ de Montpellier : Alain Billard

Le Président Luc Defago ouvre la séance à 21h50 et annonce que Zouzou Vallotton en sera le médiateur, chargé de veiller au respect de l'ordre du jour et du temps imparti à chacun de ses points. Si la discussion se prolonge trop et qu'aucun accord ne se dessine sur un point donné, celui-ci sera rediscuté l'an prochain.

#### Bilan moral

Le Président esquisse très sobrement un bilan moral optimiste. L'amicale se porte bien, a poursuivi un certain nombre d'activités dont certaines sont détaillées par la suite et a assuré une publication régulière du bulletin (*Y-a-t-il autre chose Claudy ?*). Le Président annonce ensuite les Rencontres Mondiales du Yang Jia Michuan TJQ. L'organisation et la mobilisation qu'exige l'organisation de ces Rencontres ont conduit à différer le voyage du Collège initialement prévu pour Noël 94. Luc cède la parole au Président du Comité d'organisation de ces Rencontres, Christian Bernapel.

#### Rencontres Mondiales

Christian retrace d'abord l'historique de cette idée et comment le lieu où devait prendre place cet événement s'est déplacé de l'Angleterre jusqu'à Strasbourg, en passant par Mulhouse.

Il passe ensuite aux détails pratiques. Le Creps de Strasbourg fournira les locaux d'accueil. Du 7 au 9 juillet est prévue une découverte touristique (facultative) de l'Alsace. Les Rencontres proprement dites, baptisées *Festival 95*, commenceront le 9 juillet au soir par un accueil des participants suivi d'un cocktail et d'un dîner.

Les journées du 10 au 13 juillet auront une organisation commune, à quelques variantes près : le matin, pratique en commun suivies de deux ateliers, l'un sur les formes, l'autre sur les armes; l'après-midi, deux ateliers sur les mêmes sujets, mais cette fois en parallèle et consacrés à des points précis, seront suivis par une séance de tui shou dirigée par Lao Shi; enfin le soir, méditation et nei gong, questions-réponses, séance également menée par Lao Shi.

Deux modifications à ce schéma général sont prévues : l'après-midi du 11 juillet, une séance de présentations mutuelles avec démonstrations permettra aux participants du monde entier de mieux se connaître tandis que le 12 juillet au soir sera consacré à un gala et un banquet d'adieu.

Enfin, l'association INPACT, hôte de ce *Festival 95*, organisera à la suite un stage avec Lao Shi, du 13 au 15 juillet, pour lequel les participants au *Festival 95* bénéficieront d'un tarif préférentiel. Le programme définitif de ce stage n'est pas encore fixé.

Par ailleurs, un certain nombre de groupes ont manifesté leur intention d'inviter Lao Shi et, si ce dernier accepte de prolonger son séjour en Europe, il se pourrait bien que l'été 95 soit très riche en événements.

Le nombre de participants prévu tourne autour de 300 (dont 70 Taiwan, 50 USA). Le Creps ne disposant que de 130 places d'hébergement, il faudra donc prévoir une grosse logistique pour réserver des hôtels, prévoir des navettes ... En conséquence, la date limite d'inscription est fixée au 31 janvier 95.

Le coût total du *Festival 95* est fixé à 1600,00 FF et comprend l'inscription, l'hébergement en chambre d'hôtel double et les repas, y compris les cérémonies d'ouverture et le banquet de clôture. Pour les festivaliers, le stage qui suivra sera proposé pour le prix de 800,00 FF, comprenant l'inscription et deux nuits d'hôtel en chambre double.

Des plaquettes de description de ces événements sont déjà disponibles en version anglaise et la version française ne devrait pas tarder. Pour tout renseignement, contacter C. Bernapel, 18, rue Eugène Carrière, 67000 Strasbourg, tel/fax 88 41 10 00.

Christian termine en soulignant l'importance de l'événement et l'organisation en conséquence. Toute aide sera donc très bienvenue.

#### Projet de contacts en Tchékie, en Allemagne et ailleurs

Jean Luc Pérot raconte ses contacts avec la Tchékie au cours de l'année passée, contacts qui n'ont pu se concrétiser en rencontres effectives à cause de problèmes de calendrier. Il faut maintenant attendre pour voir si ces premiers contacts se poursuivront cette année.

D'autres contacts avec l'Allemagne semblent possibles mais Luc Defago avoue n'avoir pas eu le temps de s'en occuper l'année dernière et espère mieux faire cette année.

Christian Bernapel annonce l'existence d'un cours à Berlin et d'un autre à Moscou. Il souligne l'importance d'être prêt à intervenir dans ces pays.

Le Président insiste à cette occasion sur l'intérêt de tenir l'Amicale au courant de tous les nouveaux cours ouverts.

#### Livres

Le Président annonce que "*ça s'est bien passé, tout le monde a reçu les livres commandés*". Il est immédiatement contredit par le Trésorier Claudy Jeanmougin : les livres sont bien arrivés à bon port mais pas leur règlement, des retards de plusieurs mois étant observés dans le paiement à l'Amicale de ces livres et portant quelquefois sur des sommes importantes, de l'ordre de cinq mille francs. En conséquence, l'Amicale n'assurera plus le rôle d'intermédiaire et les commandes se feront dorénavant directement à Taiwan, par lots de 10 de préférence.

Un aspect néanmoins très positif est que la commande groupée de 275 livres, centralisée par l'Amicale, a permis de financer la réédition du livre de Maître Wang.

#### Bilan financier

Le Trésorier détaille avec un humour malheureusement intranscriptible les tableaux arides qui suivent. Tant pis pour ceux qui n'ont pu se déplacer et assister à ce numéro (commentaire du Secrétaire). Le quitus lui est donné à l'unanimité. On en profite pour approuver à l'unanimité le bilan moral du Président, approbation qui avait été oubliée dans le feu de l'action.

#### a. Compte de résultat

Dépenses		Recettes	
Rencontres Annecy	53411,00	Rencontres Annecy	54329,00
Rencontres Séverac	354,05	Adh. Ind. 92-93	150,00
Frais financiers	487,60	Adh. groupe 92-93	300,00
Frais gestion divers	3018,49	Adh. Ind. 93-94	4940,00
Déplacement Adm.	1347,00	Adh. groupe 93-94	13380,00
PTT	988,00	Bulletin	610,00
Assurance	611,00	Abonnement bulletin	120,00
Bulletin	6745,95	Livre Wang	73758,70
Revue Amicale	492,25	Recette exceptionnelle	356,10
Tchékie	115,00		
Livre Wang	80250,00		
Livre Wang t. 2	33,00		
Perte exceptionnelle	381,85		
<b>SOLDE</b>	<b>77,96</b>		
	<b>148303,80</b>		<b>148303,80</b>

#### b. Bilan au 31 octobre 1994

ACTIF		PASSIF	
Immobilisations	90,00		
Caisse Suisse FF	66,90	report exercice antérieur	22939,68
Caisse Suisse CHF/convert. FF	-73,45		
Caisse France FF	361,51		
Banque Suisse FF	186,78		
CCP France	22385,70	SOLDE	77,96
	<b>23017,64</b>		<b>23017,64</b>

#### Revue

Le Président de l'association de gestion de la Revue, Claudy Jeanmougin, présente cette association et annonce le nom de la Revue : *Wen Wu, La plume et le poing*. Il demande un soutien de 1000,00 FF (non remboursable) de la part de l'Amicale et une avance supplémentaire de 3000,00 qui sera remboursée après la parution du premier numéro, dont le matériel est déjà disponible.

Luc Defago annonce l'accord du CA pour cette demande et demande la confirmation de l'assemblée, qui est votée à l'unanimité.

Sur la demande de Jean-Luc Pérot, Claudy rappelle brièvement le contenu (articles de fond d'intérêt durable) et le mode de publication de la revue (périodicité fixée par l'accumulation d'un matériel suffisant pour un volume de 200 à 250 pages, souscription avant parution).

#### Fabrication d'épées

Henri Mouthon rappelle le mode de fabrication actuel qui est insatisfaisant : à partir du moule au sable qui existe déjà, les épées démoulées sont souvent impropres et doivent de toute façon subir un polissage de quatre heures. C'est long et peu rentable. Une meilleure solution existe qui consisterait à réaliser un moule industriel. Il y a cinq ans, ceci coûtait de l'ordre de 8000,00 FF. Les épées réalisées à partir d'un tel moule seraient revenues à environ 250,00 FF (toujours il y a cinq ans). Le coût actuel serait probablement compris entre 300,00 et 400,00 FF, compte tenu des frais d'envois. On pourrait donc

envisager la fabrication d'un moule industriel, financée à fonds perdus par l'Amicale, l'association d'Annecy se chargeant d'assurer le suivi des commandes, de la fabrication et de l'envoi.

#### Perches

À l'heure actuelle, il n'existe pas de solution satisfaisante pour la fabrication de perches démontables. Toute nouvelle idée est bienvenue.

#### Plaquette

L'intérêt pour cette plaquette semble avoir fortement décliné et le projet s'essouffle. Claudy mentionne l'exemple de la plaquette de la FFTCCT dont l'usage semble peu répandu, ce qui n'encourage pas à poursuivre le projet à tout prix.

Christian Bernapel souligne l'importance de disposer d'un document qui présente l'école. Ce document pourrait revêtir une forme différente d'une plaquette (par exemple, une simple feuille libre, bien imprimée, insérée dans le bulletin, comme le suggère Claudy).

#### T-shirts

Pas de T-Shirts disponibles. Leur impression était prévue à Taiwan mais le coût s'est révélé bien trop important. Valérie Opper, qui s'occupait de ce projet, mentionne le côté compliqué de cette réalisation à l'étranger, à cause, d'une part de la difficulté de contrôler la qualité du produit et d'autre part des problèmes de douane soulevés. Marc Gibert se dit intéressé pour essayer de reprendre le projet et de le concrétiser avant le *Festival 95*.

#### Prochaines rencontres

Le Président lance un appel, sans écho immédiat, à candidature pour l'organisation des prochaines rencontres. Claudy Jeanmougin rappelle que tout le risque financier est supporté par l'Amicale, qu'aucune réserve de Trésorerie n'est nécessaire et que donc même les petites associations peuvent assurer cette organisation.

#### Divers

##### 1. Budget de traduction pour le tome 2 du livre de Lao Shi

Claudie Jeanmougin demande que l'Amicale finance les petits frais de bureau (papier, toner, ...) engendrés par cette traduction, sous forme d'une réserve de 2000,00 FF.

##### 2. Vidéothèque

Compte tenu de la dégradation rapide des bandes vidéo filmées au cours des dernières années, il devient urgent de se préoccuper de les sauvegarder sur un support plus durable (vidéodisques).

Christian Bernapel, qui s'est déjà inquiété de ce problème, indique que cette technique ne sera pas abordable financièrement avant deux ou trois ans. Il accepte de se charger de suivre l'évolution des coûts.

Luc Defago note que cela pourrait être l'occasion de recenser les archives existantes et de constituer un fonds commun qui serait disponible pour la recherche et la constitution de dossiers audiovisuels à thèmes.

La question se pose de constituer tout de suite une réserve sur deux ou trois ans pour être prêts à engager la dépense le moment venu.

#### 3. Ouverture d'un compte Collège sous couvert de l'Amicale

Actuellement la gestion de la caisse du Collège se fait par l'intermédiaire d'un compte personnel au nom du Secrétaire du Collège, ce qui ne manque pas de poser un problème fiscal potentiel. Le Collège aimerait que l'Amicale apporte son aide en acceptant l'ouverture d'un compte à son nom. La gestion de ce compte continuerait à être tenue par le Secrétaire du Collège, indépendamment de celle de l'Amicale. Le Trésorier de l'Amicale est d'accord pour cette solution mais indique qu'il préférerait qu'elle soit temporaire en attendant la création d'une association de gestion du Collège.

#### 4. Avance pour l'organisation du *Festival 95*

Christian Bernapel demande une avance de Trésorerie de 1000,00 FF pour démarrer le financement de l'organisation de cette manifestation.

Ces points divers sont soumis au vote de l'assemblée.

1. Adoption à l'unanimité
2. Étant donné l'importance des sommes en jeu, le point 2. est en concurrence avec l'achat d'un moule pour les épées. L'assemblée, qui a accueilli favorablement cette dernière idée, est amenée à se prononcer sur la priorité des deux projets. Après enquête rapide, il ressort que la demande d'épées n'est pas pressante et concerne un nombre réduit d'exemplaires. La priorité est accordée à la constitution d'une réserve à l'unanimité moins une abstention.
3. Accord à l'unanimité.
4. Accord à l'unanimité moins une abstention.

#### Renouvellement du Conseil d'Administration

Se présentent comme candidats :

Franck Béalet  
Luc Defago (ART, Genève)  
Christian Delhomme (INPACT, Strasbourg)  
Jean-Claude Guilbault (ATA, Angers)  
Claudie Jeanmougin (ATA, Angers)  
Sabine Metzlé (Paris)  
Henry Mouthon (ATCHA, Annecy)  
Valérie Opper  
Jean-Luc Pérot (Ecole de la Main Franche, Namur)  
Bernard Régnier-Lanet (Dijon)  
François Schosseler (ARCHIPEL, Strasbourg)  
Arlette Théoleyre  
Zouzou Vallotton (Bex)

Personne ne s'opposant à un vote sur la liste globale, le nouveau Conseil d'Administration est adopté dans son ensemble à l'unanimité.

L'ordre du jour étant épuisé, le Président lève la séance à 23h50.

## Compte-rendu de la réunion du Conseil d'Administration

La séance débute à 24h00, présidée par le Président sortant.

Le CA procède à l'élection du Bureau. Un tour de table permet de rassembler les candidatures suivantes :

Président :

Jean-Luc Pérot  
Luc Defago (pour une année seulement)

Trésorier :

Claudy Jeanmougin

Secrétaire :

François Schosseler

Le vote à main levée est accepté à l'unanimité dans un premier temps puis Jean-Claude Guilbault fait remarquer que, pour départager les candidatures au poste de Président, il préfère un vote à bulletins secrets.

Les candidatures aux postes de Secrétaire et de Trésorier sont acceptées à main levée à l'unanimité moins une abstention dans chacun des cas.

L'élection du Président a lieu à bulletins secrets. Le décompte des voix s'établit comme suit :

Luc Defago : 8  
Jean-Luc Pérot : 3  
Abstentions : 2

Le Bureau sortant est donc reconduit.

La séance est levée à 0H20.

Les Rencontres de l'Amicale ont été une fois de plus un franc succès. Nous vous livrons ici les réflexions à ce propos de Franck Béalet.

Nous profitons de cette place pour vous rappeler que vos articles et vos réflexions sont toujours les bienvenus et que si vous deviez rencontrer des problèmes pour la mise en forme de vos écrits, nous sommes prêts à en assurer la frappe si nécessaire. Adressez simplement vos manuscrits à Luc qui transmettra.

Nous voici partis dans le Pays Nantais en pleine nature. L'accueil est chaleureux et les retrouvailles de certains pratiquants font chaud au cœur. car nous savons tous que ça va être un peu la fête du Tai Ji Quan pendant trois jours.

Dès le vendredi matin 7 heures, notre Président Luc ouvre la pratique du matin alors que le soleil ne s'est pas encore levé : exercices de base, 1<sup>er</sup> duan, 2<sup>ème</sup> duan, c'est bien parti ! Après le petit déjeuner, du tui shou libre avec changement de partenaire toutes les cinq minutes pour apprendre à se connaître. L'ambiance est amicale, il fait beau, on a de la chance.

Tout le week-end sera une abondance d'ateliers décidés librement le matin, se succédant jusqu'au soir. Quelle opulence, il y en a vraiment pour tout le monde !

De jeunes professeurs s'essayent avec un sérieux qui laisse présager une relève de qualité pour la pérennité de notre forme.

Chacun a cherché à approfondir avec les animateurs, qui la forme, qui l'épée ou l'éventail, sans oublier le sabre.

Nous avons même eu la visite de débutants n'ayant jamais pratiqué le Tai Ji Quan ; ils se sont mis au travail.

Il faut dire que l'ambiance et l'organisation ont été menées de main de maître par l'ATA, avec un Claudy fidèle à lui-même, toujours prêt à satisfaire les désirs de chacun. "L'Association des Mangeurs Intelligents" dirigée par un chef cuisinier asiatique nous a prouvé qu'à peu de frais on pouvait se régaler à chaque repas.

Donc bravo à tous les participants, à l'ATA. Quant à toi, Claudy, n'oublie pas de te reposer de temps en temps. Car à force de donner ...

A bientôt à tous pour de nouvelles rencontres de l'Amicale en 95, amicale qui mérite de plus en plus son nom.

## Un retour aux sources du Taiji

Une délégation de 8 Suisses se rendit à la rencontre de l'Amicale de Taiji à Séverac (Loire Atlantique près de Nantes), organisé par l'association d'Angers. Etaient présentes les associations de Caen, Angers (Gentils Organisateurs sans oublier le non moins célèbre Claudy Jeanmougin), Montpellier, Dijon, Annecy, Genève, Strasbourg. La rencontre a eu lieu dans un magnifique parc aux couleurs automnales; le temps, variable, nous a tout de même permis de pratiquer dehors la majeure partie du séjour.

Le décor est planté, les acteurs présentés.. Les temps forts de ce séjour ont été des ateliers aussi nombreux que variés, allant des exercices d'échauffement de base matinaux, au 3ème Duan en passant par les épées nouvelle et ancienne, l'éventail, sans oublier le Tuishou. Inutile de dire que parfois il était difficile de choisir !

Pourquoi ai-je donné ce titre à l'article ? C'est un peu la manière dont j'ai "cheminé" pendant ce stage. J'ai passé de quelque chose de totalement nouveau tel le 3ème Duan 1ère partie, à des activités effleurées ou du moins pratiquées quelques temps comme les applications pratiques du 1er Duan (avec Christian Bernapel à Séverac).

Un des ateliers, animé par Sabine Metzlé m'a plus particulièrement touché, interpellé.

En effet, les exercices de base d'étirement et d'enracinement étaient devenus quelque chose d'un peu routinier pour moi et avaient finalement perdu leur signification. Des questions fondamentales ont alors fusé en moi, à savoir :

- Dans quelle position doit être le bassin lors de l'exercice d'enroulement de la colonne vertébrale ?
  - Où mettre l'énergie lorsque je descends le haut du corps latéralement ?
  - Il y a aussi eu l'évocation du voyage de l'air dans le corps dans le-dit exercice.
  - Une autre chose évoquée a été la conduite du Chi par la pensée créatrice.
- Le fait d'aborder tout ces points me permettront, je l'espère de continuer à donner à ma pratique une dimension nouvellement découverte.

Cette rencontre, cocktail d'approches très diverses du Taiji, m'a beaucoup nourri. Cela a favorisé des moments privilégiés de contact, de complicité, de " lâcher-prise", de bien-être. Cela m'a aussi mis en appétance pour le "Festival International de Strasbourg au mois de juillet 1995.

Alors, amis néophytes en la matière, n'hésitez pas, allez au rendez-vous de l'Amicale l'année prochaine !

Claire Junod



*D'au delà de ma conscience  
monte la force qui me subjugue.  
Elle meut chaque fibre de mon être  
et joue en elles l'Univers.  
Je me coule dans la symphonie  
qui me rend Un.*

*Comme les perles d'un collier,  
s'enchainent mes gestes.  
Inexorable révolution,  
inlassable naissance  
d'un mouvement perpétuel.  
Tourne la roue du temps  
qui creuse la profondeur du sens  
dans le jaillissement de l'Etre.*

*Le temps s'est arrêté  
laissant la place à l'éternité,  
du fond des océans,  
le mouvement s'écoule,  
précis et mesuré.  
Le geste cent mille fois répété  
étincelle de nouveauté  
comme le métal  
cent mille fois épuré.*

*Savoir ce qu'est le corps  
ce serait posséder tous les secrets de la nature.  
Le corps est pour nous la sonde, la mesure, la clé de toute la création.  
Car il est la seule chose au monde que nous sentions  
du dehors et du dedans en même temps.  
Il est par conséquent  
la voie par où nous pouvons pénétrer le dedans de tout.*

Lanza del Vasto (texte emprunté à Maximin Dravet)



Au milieu de l'âge, épris de la Voie  
Sous le Chung-nan, j'ai choisi mon logis.  
Quand le désir me prend, seul je m'y rends;  
Seul aussi à connaître d'ineffables vues...  
Marcher jusqu'au point où l'eau prend sa  
source,  
Et attendre, assis, la naissance des nuages.  
Parfois, errant, je rencontre un ermite :  
On parle, on rit, sans souci du retour.

Wang Wei

Mon refuge au pied de Chung-nan  
(L'art poétique chinois, de François Chen)

"Si vos êtes constamment fermé,  
vous ne pouvez rien recevoir.  
Si vous êtes constamment ouvert,  
vous ne pouvez rien retenir de ce que vous avez reçu.  
Vous êtes comme les ailes d'un oiseau:  
ouvrez et fermez...  
ouvrez et fermez...  
avec une souplesse parfaite"

Gurumaji Chidrilasamanda  
découvert par Christiane





# L'HISTOIRE MERVEILLEUSE DU CHAT ET DU TIGRE

Il était une fois un tigre qui descendit de la montagne et rencontra un chat. Le tigre n'en revint pas de voir à quel point ils se ressemblaient.

Le tigre, frappé de stupeur demanda: "Qui es-tu?"

Le chat répondit: "Je suis un chat et j'appartiens à l'espèce la plus évoluée de la race."

"Menteur!" rugit le tigre avec rage.

"Ah ah, mon fils le tigre, ne te mets pas en colère. Mais ce n'est pas étonnant que tu te fâches car tu es encore trop jeune, immature et peu évolué..." répliqua le chat.

Sans attendre la fin du discours du chat, le tigre l'interrompit précipitamment: "Chat, de quoi es-tu en train de parler? Je suis trop jeune et immature? Peu évolué? Sais-tu que je peux t'avalier d'une bouchée?"

Le chat miaula et dit: "Tigre, ne t'emporte pas, ce n'est pas bon pour la santé de te fâcher mais je pense que tu ne peux comprendre parce que tu es encore bien trop bas dans l'échelle de l'évolution..."

Les paroles du chat exaspérèrent le tigre qui commença à labourer le sol avec ses pattes et il devint menaçant en montrant des dents redoutables.

Tout en avançant une patte le tigre rugit: "Je vais te tailler en pièces!"

D'un mouvement puissant et silencieux, le tigre allongea sa patte en direction du chat.

Le tigre éclata de rire et dit: "Chat ignare, tu oses dire que je suis peu évolué!"

Alors que le tigre éprouvait une vive satisfaction pour avoir agi si adroitement, il entendit un miaulement derrière lui.

Il se retourna et fut atterré par ce qu'il vit. Le tigre releva sa patte et c'est alors qu'il découvrit la profonde empreinte de sa patte dans le sol. Voyant ceci le tigre eut peur. Le chat qui avait perçu l'effroi du tigre déclara: "Ah tigre, ton corps est lent et lourd sans aucune maîtrise des véritables techniques martiales. Regarde-toi. Tout ce que tu as pu faire avec la puissance qui est en toi c'est un trou dans la terre. Tu n'as même pas été capable de m'attendre."

Troublé par les paroles du chat, le tigre demanda:

"Quelles techniques martiales?"

- Laisse-moi te montrer. "répondit le chat. Et il esquissa quelques figures agiles et rapides de Kung Fu en sautant, tournoyant et en roulant sur lui-même.

Devant ce spectacle étourdissant d'adresse, le tigre fut abasourdi et se fit extrêmement humble.

"Qu'en penses-tu mon parent peu évolué?" demanda le chat.

Le tigre convaincu par les pouvoirs du chat, s'agenouilla devant lui et le supplia de lui enseigner ces techniques. Voyant que le tigre était sincère, il accepta.

Le tigre apprit rapidement les techniques que le chat lui enseigna. Un jour il dit au chat: "Hé chat! J'ai appris toutes tes techniques, je n'ai plus peur de toi. Si tu me traites encore une fois d'être peu évolué, je ferai de toi mon repas."

Le chat fut choqué par les paroles du tigre et dit: "Tu es un ingrât et tu n'as aucune morale..."

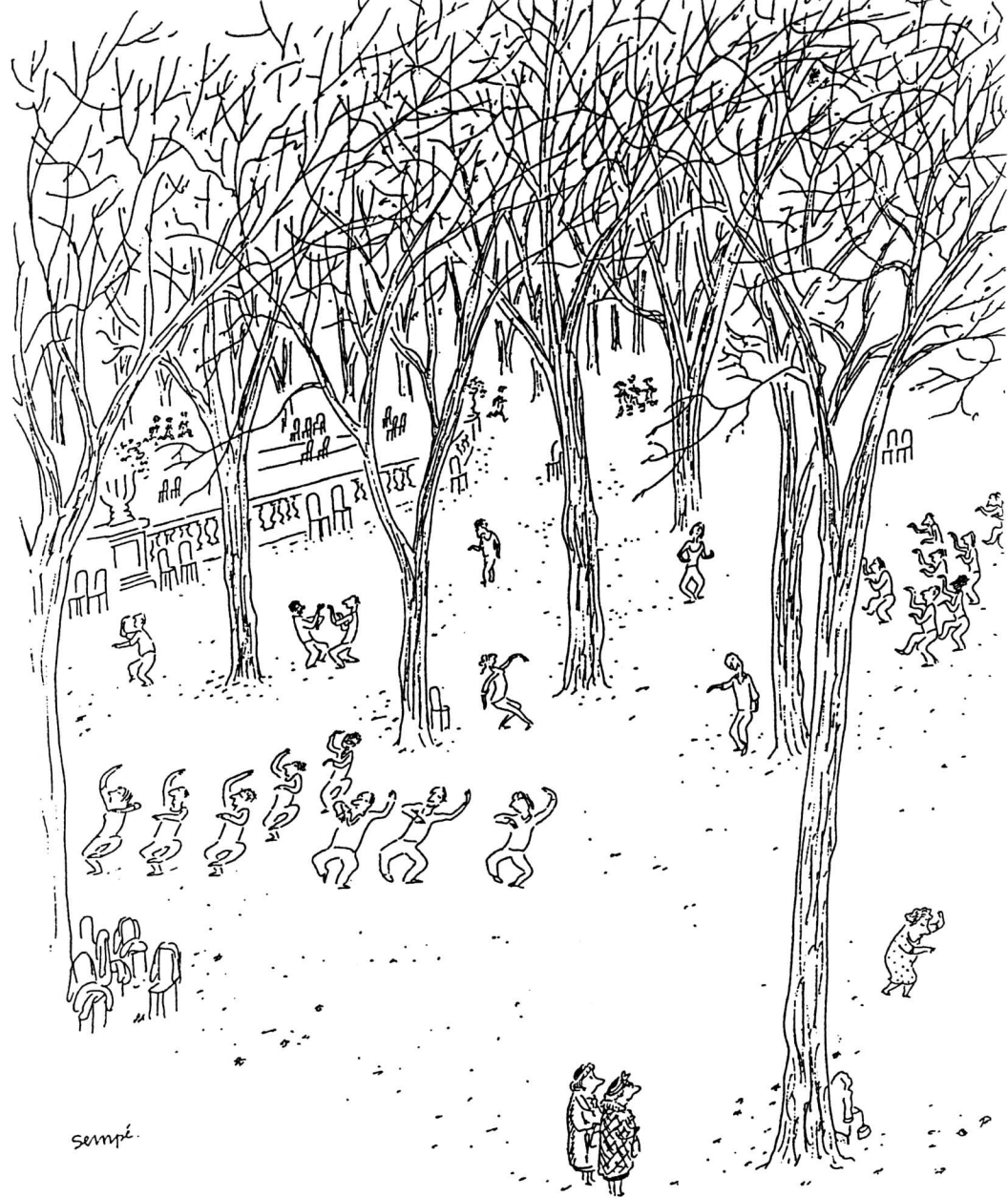
Sans attendre la fin de la réplique du chat, le tigre appliqua l'enseignement de son maître et il l'attaqua. Après un bref échange, le chat pensa que cela ne valait pas la peine de continuer le combat avec un tigre sans morale. Soudain, le chat atteignit le tigre en le griffant sur la truffe puis il appliqua la technique dite celle du "chat spirituel" qui grimpe dans l'arbre. Et il se retrouva dans l'arbre en un éclair.

Le tigre n'avait pas appris cette technique. Il pensait que le chat lui avait révélé tous ses secrets.

Assis sur une branche, le chat, méprisant, dit au tigre:

"Tigre, tu resteras toujours le félin le moins évolué de notre race!"

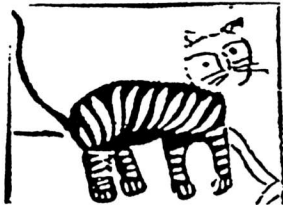
traduit par Jacqueline LARAVEL



Sempé

- Si, si, je vous assure. Je l'observe depuis quelques jours: ce sont des mouvements de balayage qu'elle répète très lentement, et qui doivent, à l'usage, se révéler terriblement efficaces.

(Extrait du PARIS-MATCH = dessin de Sempé)



LE COLLEGE EUROPEEN DES ENSEIGNANTS

DU YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN

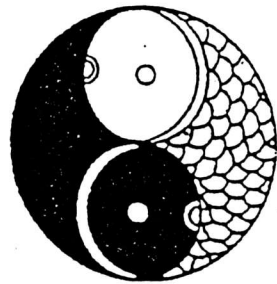
L'AMICALE DU YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN

*vous invitent au*

**" FESTIVAL '95 "**

*le premier*

**Festival International  
du Yangjia Michuan Taiji Quan**  
*(tous les niveaux sont les bienvenus)*



*qui se tiendra les:*

**9, 10, 11 et 12 juillet 1995**

**à STRASBOURG - FRANCE**

Association organisatrice: INPACT: 18 rue Eugène Carrière,  
67000 - Strasbourg - FRANCE Tél / Fax : (33) 88 41 10 00

**Chers Amis,**

Vous êtes cordialement invités à participer au "FESTIVAL '95", la première rencontre mondiale du Yangjia Michuan Taiji quan qui se tiendra les 9, 10, 11 et 12 juillet 1995 à STRASBOURG.

Accueillie par l'INPACT et co-sponsorisée par l'Amicale et le Collège Européen des Enseignants du Yangjia Michuan Taiji quan, cette rencontre réunira, pour la première fois, les pratiquants et les enseignants du Yangjia Michuan Taiji quan du monde entier pour leur permettre de pratiquer, d'étudier et de partager leurs expériences autour de Maître Wang Yen-nien.

Nous espérons que vous serez nombreux à nous rejoindre pour ces journées exceptionnelles.

Bien respectueusement,

Christian Bernapel

Président du Comité d'organisation du "Festival '95".

**Strasbourg**, située dans la vallée du Rhin au coeur de l'Alsace, est une ville d'art, moderne et dynamique au rayonnement international, où le passé reste inscrit dans un harmonieux décor de pierre dont l'élément le plus précieux est la Cathédrale, témoignage éclatant de l'art Européen au Moyen Age et symbole de la cité. Siège du Conseil de l'Europe et du Parlement Européen, Strasbourg est une ville qui a su garder le charme d'une cité où il fait bon vivre. Sur le plan culturel, la ville a regroupé un chapelet de musées autour du secteur de la Cathédrale. La Petite France et les quartiers du vieux Strasbourg proposent leur artisanat, leurs galeries, magasins d'antiquités et de souvenirs ainsi que les "Winstub", débits de vins typiques aux spécialités régionales.

Strasbourg propose une gamme de spectacles: concerts, théâtre, son et lumière, danse et folklore. Son accueil vous séduira et vous incitera à revenir flâner dans les ruelles pittoresques ou à découvrir la ville au gré d'une promenade fluviale.

**L'Alsace**, est une région chaleureuse et verdoyante placée sous la protection des cigognes. Les architectures sont extrêmement typiques, comme sorties d'un livre d'images. Vous y découvrirez une tradition d'accueil, un art de vivre gourmand et convivial séculaire.

### Programme touristique

**Visites de Strasbourg:** Cathédrale, Petite France, musées, concerts, spectacle pyrotechnique sur la cathédrale le 13 juillet, feu d'artifice du 14 juillet.

**Découverte de l'Alsace (en option):** Château Médiéval du Haut Koenigsbourg, Volerie des Aigles, route du vin, Ecomusée ...



1977 - STRASBOURG - Cathédrale et Petite France.

**Le Yangjia Michuan Taijiquan:** fondé par Yang Lu-Chan aussi surnommé "Yang l'Invincible", transmet la forme "secrète" de la famille Yang de Taiji Quan. Wang Yen-nien est parmi les Maîtres les plus prestigieux de la quatrième génération des représentants de ce style de Taiji Quan à travers le monde. Le rayonnement de son enseignement a permis un développement international du Yangjia Michuan Taiji Quan et justifie aujourd'hui la tenue de ce premier Festival.

**Programme:** (Nous nous réservons le droit d'y apporter tous changements utiles)

Le Festival aura lieu au CREPS de Strasbourg 4, Allée du Sommerhof  
67035 - Strasbourg cédex (tél: (33) 88 30 30 94).

- 9 juillet après midi: \* Accueil au centre de stage  
\* Visite de Strasbourg.  
\* En soirée: vin d'honneur et buffet.
- 10, 11 et 12 juillet: \* Séance matinale, exercices de base.  
\* Matin et après midi: pratique, étude de la forme; par niveaux.  
\* Matin et après midi: pratique, étude des armes; par niveaux.  
\* Après midi: Tui shou tous niveaux; enseigné par Maître Wang.  
\* Soir: Nei gong, méditation; enseigné par Maître Wang.

*Activités supplémentaires:*

- 11 juillet après midi: \* "Ken Qin Hui": présentation des " Amis du Yangjia Michuan à travers le monde" et démonstrations.
- 12 juillet soir: \* Gala de Clôture: banquet et soirée de Gala.
- du 7 juillet au soir  
au 9 juillet après midi: \* Programme touristique en option : découverte de l'Alsace

**Autres stages prévus:**

Le Festival sera suivi, sur place, du 13 au 15 juillet, par un stage placé sous la direction de Maître Wang Yen-nien . Nous vous prions de nous informer de votre participation et de remplir la rubrique prévue à cet effet, sur la fiche d'inscription du festival. Un tarif préférentiel est prévu pour les participants au festival.

Trois autres stages placés sous la direction de Maître Wang Yen-nien, auront lieu respectivement: du 20 au 23 juillet à Genève, du 27 au 30 juillet à Annecy et la première semaine d'août à Paris. Le programme sera fourni, sur demande à l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji quan, Luc Defago 85, Bd Carl Vogt 1205 Genève - Suisse (téléphone/fax: (41) 22 321 40 40).

**FRAIS DE PARTICIPATION ET MODALITES D'INSCRIPTION**

**1- FESTIVAL: du 9 juillet au soir au 13 juillet (déjeuner compris)**

- \* Hébergement en chambres doubles sur le lieu du stage (supplément chambre simple à l'hôtel, par jour: 200 FF)
- \* Ensemble des repas ainsi que le buffet de la Cérémonie d'Ouverture et le dîner de Gala.
- \* Découverte de Strasbourg: promenade en bateau mouche, musées et activités à la carte.

**Montant 1: 1 600 FF**  
(arrhes 1: 800 FF)

**2- PROGRAMME TOURISTIQUE OPTIONNEL: du 7 juillet au soir au 9 juillet en début d'après-midi.**

Découverte de l'Alsace (2 jours) comprenant 2 nuits d'hôtel et le transport en car (supplément de 200 FF par nuit en chambre simple).

**Montant 2: 1 200 FF**  
(arrhes 2: 600 FF)

**3- STAGE A STRASBOURG: du 13 juillet au matin au 15 juillet après le déjeuner:**  
2,5 jours sous la direction de Maître Wang Yen-nien comprenant 2 nuits sur le lieu du Festival.

**Montant 3: 800 FF**  
(arrhes 3: 400 FF)

**Date limite d'inscription avec versement d'arrhes: 31 /01/1995**

**Versement du solde avant le 31/05/1995**

**Total du montant des arrhes (non-remboursables) = Versement des montants 1+2+3**

**Paiement:**

**EN FRANCE:** envoyez votre fiche d'inscription accompagnée de votre chèque libellé à l'ordre de l' INPACT "FESTIVAL 95", Christian Bernapel 18, rue Eugène Carrière 67000-Strasbourg-France.

**HORS DE FRANCE: 1- Envoyez votre fiche d'inscription** et signalez que vous avez effectué votre paiement par un courrier séparé ou par fax à:

INPACT "FESTIVAL 95" Christian Bernapel , 18, rue Eugène Carrière  
67000 - Strasbourg - FRANCE (téléphone/fax: (33) 88 41 10 00)

**2- Envoyez votre versement par Téléx à:**

Banque: CCM STRASBOURG KRUTENAU (phone: (33) 88 21 13 33)  
Adresse: 2, Place de Zurich, 67000 - Strasbourg - FRANCE  
Numéro de compte: BFCM FR2A 10278 - 01088 - 00020895946 - 05

**FICHE D'INSCRIPTION**  
( Etablir une fiche par personne )

**date limite de retour: 31 janvier 1995**  
renvoyer avec les arrhes à : INPACT 18, rue Eugène Carrière  
67000 - STRASBOURG tél/ fax: (33) 88411000  
**Complément à régler avant le 31 mai 1995**

**Compte Bancaire:** INPACT Festival 95 BFCM FR2A 10278 - 01088 - 00020895946 - 05

Nom : ..... Prénom : .....  
Adresse:.....  
..... Pays.....  
Téléphone / Fax ...../..... Nombre d'années de pratique .....

**1- FESTIVAL ( 9, 10, 11, 12, 13 juillet ):** trois jours de festival incluant: chambres doubles ou simples du dimanche soir au jeudi midi inclus en pension complète.

\*Chambre double: ..... 1600 FF  
Je souhaite partager la chambre avec M / Mme:.....  
\*Chambre simple : supplément de 200 FF par nuit ..... 800 FF  
  
Repas :                    végétarien                    Montant 1: ..... FF  
                                 non végétarien

**2- EN OPTION : VISITE TOURISTIQUE DE L'ALSACE (7,8,9 juillet ):** deux jours de visite comprenant logement en chambres doubles ou simples, les nuits de vendredi et samedi, repas de vendredi soir, petit déjeuner, déjeuner, dîner du samedi, petit déjeuner et déjeuner du dimanche.

\* Chambre double: ..... 1200 FF  
Je souhaite partager la chambre avec M / Mme :.....  
\*Chambre simple Supplément de 200 FF par nuit ..... 400 FF  
  
Repas:                    végétarien                    Montant 2 : ..... FF  
                                 non végétarien

**3- STAGE(13, 14, 15 juillet ):** deux jours et demi incluant logement en chambre double ou simple pour les nuits de jeudi et vendredi, dîner de jeudi, petit déjeuner, déjeuner et dîner du vendredi, petit déjeuner et déjeuner le samedi.

\*Chambre double: ..... 800 FF  
Je souhaite partager ma chambre avec M / Mme:.....  
\*Chambre simple : supplément de 200 FF par nuit ..... 400 FF  
  
Repas:                    végétarien                    Montant 3: ..... FF  
                                 non végétarien

**Total = Montant 1+2+3: ..... FF**

**Arrhes : 50% (Montant 1 + Montant 2 + Montant 3) = ..... FF**  
Chèque/ banque telex le ...../...../ 1995  
Date et signature: .....



## Votre calendrier...

Voici les informations de stages communiquées avant le 25 novembre 1994.  
A côté du nom de l'organisateur figure le numéro de téléphone utile pour obtenir de plus amples renseignements.  
Bonnes fêtes et débuts d'année propices !

### ARCHIPEL

88 39 95 42

- 14-15 janvier (Strasbourg) Tui-shou : posture, relaxation, sensibilité par W. Mertens
- 25-26 février (Strasbourg) Introduction au Ba Gua Zhang, apport au TJQ par L. Zanini

### ART

22 752 34 47 ou 22 321 40 40

- 3 décembre (Genève) Stage épée nouvelle et éventail (9h00- 12h00) Par L. Defago
- 3 décembre (Genève) Stage 3<sup>ème</sup> duan (14h00- 17h00) par L. Defago
- 10 décembre  
28 janvier  
18 mars  
13 mai  
10 juin (Bex) Stage TJQ tous niveaux (9h00-12h00) par L. Defago
- 14 janvier (Lausanne) Stage 3<sup>ème</sup> duan (14h00-17h30) par L. Defago
- 30 janvier  
31 janvier Nouvel An Chinois à Genève  
Nouvel An Chinois à Lausanne  
Démonstration et repas
- 10-26 février Voyage à Pékin organisé par la fondation Ling accompagnant, guide et enseignant de TJQ : L. Defago
- 4 mars (Genève) Stage gratuit tous niveaux (y compris premier contact) par ART
- 25-26 mars (près Lausanne) Rencontre annuelle de l'ART - Assemblée Générale  
Stage gratuit tous niveaux (y compris premier contact)
- 8 avril (Lausanne) Stage 2<sup>ème</sup> duan (14h30-17h30) par L. Defago
- 20-21 mai (Genève)  
17-18 juin (Lausanne) Stage Tai Ji débutants (samedi 14-17h, dimanche 9h-17h) par L. Defago (organisation Centre de santé Swica)
- 27-28 mai (Champéry) Stage de Nei Gong par L. Defago

### ATA

41 43 68 88 ou 41 39 74 37

- 28-29 janvier  
1-2 avril  
3-5 juin (Anjou) Ateliers séquences + techniques connexes minimum de dix participants par C. Jeanmougin
- 11 décembre  
18 juin (lieu à fixer) Journées Anciens Programme non-communicé par C. Jeanmougin
- 19 mars  
26 mars (Angers) Approche martiale du TJQ (réservé aux anciens) par C. Jeanmougin

### Association de Tai Chi Chuan de Paris 45 66 55 99

- 18 décembre  
29 janvier  
26 février  
26 mars  
23 avril  
14 mai  
25 juin (Paris XV<sup>e</sup>) Applications martiales (10h00- 12h30) par S. Metzlé
- 15 janvier  
12 février  
19 mars  
30 avril  
28 mai (Versailles) Eventail, tui shou, épée par S. Metzlé

### Association Tai Ji Quan Wu Dang de France 43 76 88 08

- 1-2 avril (Le Mans) Travail de base pour les arts martiaux internes  
Introduction au Ba Gua Zhang par L. Zanini
- 28-30 juillet (Marçon, Sarthe) Rencontres Jasnieres (contact 43 80 86 64)  
TJQ, ba gua zhang, xing yi quan  
Intervenants multiples

### Association Tai Ji Quan Wu Dang du Sud-Est 95 45 40 23

- 24-29 janvier (Tourette/Loup) 2<sup>ème</sup> duan avec yong fa + souhaits des participants par S. Dreyer

### Association de Taiji quan de l'Angoumois 45 61 47 39 ou 45 38 41 63

- 4-5 février (Angoulême) Programme non-communicé par C. Jeanmougin

**ATCHA**                      **50 45 50 31**  
19-24 mars                      Tai chi à la neige  
(Hte-Savoie)                      Epée ancienne (5<sup>ème</sup> duan et +) et éventail (2<sup>ème</sup> partie)  
par H. Mouthon

24-25 juin                      Stage de fin d'année tous niveaux avec une fête  
(Angon)                      par H. Mouthon

**S. Dreyer**                      **886 4 3590371 (attention + 7h)**

21-22 janvier                      programme non-communicé  
(Toulouse)

11-15 février                      programme non-communicé  
(Le Mans)                      contacter l'ATJQWDF

**Ecole de la Main Franche**                      **(0) 81 74 24 94 (8-9 hrs)**

15 janvier                      A l'écoute de soi- construction de la posture- enracinement  
(Namur)                      détente. L'attitude sous le signe de la Terre. 1<sup>er</sup> duan.  
par J-L. Pérot

4-5 février                      Education de la sensibilité, apport du tui shou à l'esthétique, à la  
(Namur)                      puissance et à l'intelligence du geste et de la forme  
par S. Dreyer

12 février                      Bâton long. 2<sup>ème</sup> journée. Débutants bienvenus  
(Namur)                      par J-L. Pérot

5 mars                      A l'écoute de soi- à l'écoute de l'autre. Comprendre la posture  
(Namur)                      du partenaire. Le déséquilibre- l'attitude sous le signe de l'Eau  
par J-L. Pérot

2 avril                      Bâton long. 3<sup>ème</sup> journée. Exercices de base et forme.  
(Namur)                      par J-L. Pérot

8-9 avril                      Découverte et exploitation de la "force douce" par la posture et  
(Namur)                      l'intention juste. Exploitation dans la forme  
par Epi van de Pol

14 mai                      Travail à deux. Accepter, rediriger et rendre  
(Namur)                      par J-L. Pérot

11 juin                      Bâton long. 4<sup>ème</sup> journée. Etude et pratique de la forme entière.  
(Namur)                      par J-L. Pérot

**INPACT**                      **88 41 10 00**

3 décembre                      Après-midi portes ouvertes

10-11 décembre                      Wu shu, techniques chinoises de santé  
(Strasbourg)                      par G. Charles

14-15 janvier                      Stage d'hiver  
(Vosges)                      par C. Bernapel et les enseignants d'INPACT

3-5 juin                      Stage de printemps  
(Vosges)                      par C. Bernapel et les enseignants d'INPACT

24-25 juin                      Clôture Traditionnelle de la saison  
(Strasbourg)                      samedi soir et dimanche matin  
par C. Bernapel

9-12 juillet                      Rencontres Mondiales *Festival 95*  
(Strasbourg)                      avec M<sup>e</sup> Wang Yen-nien

13-15 juillet                      Programme non-communicé  
(Strasbourg)                      par M<sup>e</sup> Wang Yen-nien

**B. Régnier-Lanet**                      **80 55 45 70**

18 décembre                      Matin : bases et 13 postures. Après-midi : 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> duan  
15 janvier                      par B. Régnier  
12 février

19 mars  
9 avril  
14 mai  
11 juin  
(Dijon)

### Informations à confirmer

#### Réunions du Collège

Jean-Claude Trap a des difficultés pour trouver une salle libre à Chatenay-Malabry le week-end du 1<sup>er</sup>-2 avril. Il se peut donc que cette réunion soit déplacée dans le temps et/ou dans l'espace.

#### Stages avec Lao Shi cet été

En plus du Festival 95 et du stage organisés à Strasbourg, différents groupes ont invité Lao Shi pour des ateliers aux dates suivantes :

18-23 juillet à Genève, invité par ART  
24-27 juillet à Annecy, invité par ATCHA  
1-4 août à Paris, invité par Association de Tai Ji Quan de Paris  
5-8 août à Paris, invité par Jean Paillez

A l'heure de mettre sous presse, ces invitations ne sont pas acceptées formellement mais nous vous conseillons de prévoir votre calendrier en conséquence.

### Important !!!

Le prochain bulletin paraîtra vers février-mars. La date limite pour l'envoi de vos programmes est fixée au **20 février**. Adresse habituelle, F. Schosseler, 6 rue de Metzeral, 67100 Strasbourg.

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