

**ECOLE FRANÇAISE DE TAIJI QUAN**  
BP 3002, 49017 ANGERS cedex  
Tél.: 41-43-67-40

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

**COLLÈGE EUROPÉEN DES ENSEIGNANTS DU  
YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN**  
c/o Jean-Claude Trap,  
56, rue du Dr Mangeney, F-68100 MULHOUSE,  
Tél.: (1) 89 65 51 12

**American West Yangjia Michuan  
Taijiquan Association (AWYMTA)**  
Sam Tomarchio, président  
535 Liberty St. #203  
El Cerrito, CA 94530, USA  
Tél.: 510 527 2058

**FÉDÉRATION SUISSE DE TAIJI QUAN**  
Luc Defago, président  
87 bd Carl Vogt, 1205 GENÈVE  
TÉL.: (41) 22 800 22 50  
FAX.: (41) 22 800 22 54

**ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS DU YANGJIA  
MICHUAN TAIJIQUAN**  
Av. Nivéole 25, 1020 Bruxelles, BELGIQUE  
Tél.: (32) 2-262-1051

**CYPRESS**  
Madeliefsraat 14, 5643 HS Endoven, Pays Bas,  
Tél./Fax.: (31) 40 11 71 01

**WORLD YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN  
FÉDÉRATION(CANADA)**  
RR#1 Moser's River, Nova Scotia, BQJ 2K0,  
CANADA, Tél./Fax.: (902) 347 2250

**THE RUSSIAN GREAT RIVER TAOIST CENTER**  
86 Vavilova St., Apt. 40  
Moscow 117261, RUSSIA  
TÉL.: (7) 095 938 5124  
FAX.: (7) 095 938 5000

**THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN  
ASSOCIATION INT'L, TAIWAN**  
32-2F Fuguo Road  
Shih-lin, Taipei, 111, Taiwan, ROC  
Tél.: (02) 837-1779  
Fax: (02) 837-2258  
Contact: Wang Yen-nien

**THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN  
TEACHERS' ASSOCIATION INT'L, TAIWAN**  
32-2F Fuguo Road  
Shih-lin, Taipei, 111, Taiwan, ROC  
Tél.: (02) 837-1779  
Fax: (02) 837-2258  
Contact: Wang Yen-nien

**THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN CLUB OF  
SOUTH AFRICA**  
18, Kidbrooke Place  
P.O. Box 801, 7200 Hermanus  
RÉP. D'AFRIQUE DU SUD  
Tél.: (0283) 61842  
Contact: Maureen Poole

**THE TAI CHI CENTER ASTWOOD STUDIO**  
19 Astwood Mews,  
London SW7 4DE, England  
Tél.: (44) 171 373 2331  
Fax.: (44) 171 243 8929

**TOKYO TAI KYOKKEN AOI KAI**  
Koengi Kita 2 33 5  
Suginamiku, Tokyo, JAPAN  
Tél.: (81) 3 3339 6875

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



**Le Mot du Président**

Le bulletin d'octobre, c'est déjà la rentrée, le retour au rythme et à la cadence des activités professionnelles. Après la coupure des mois d'été, il faut se reconnecter avec les réalités de la vie courante, relancer le cours des choses et les cours tout court.

Le bulletin d'octobre, c'est donc le signe de la reprise, du mouvement, du travail, mais c'est aussi et surtout celui qui nous annonce que nous allons bientôt nous revoir (à Houlgate cette année) et cela met déjà du soleil dans les premiers pas de l'automne.

Ces derniers temps, le bulletin est en sous-régime, à tendance anorexique : il est maigre, pauvre, terne. Le numéro 26 que vous avez en mains est nettement plus conséquent, mais le bulletin, ce n'est pas la bourse de Tokyo ou de Paris, il n'est pas censé fluctuer tous les jours... Bref, pour avoir un outil qui ne soit pas en dents de scie, des propositions pour le redynamiser seront à l'ordre du jour de l'Assemblée générale : toutes les idées sont les bienvenues !

Pour une mise en bouche, voici un aperçu du contenu de ce numéro :

- Un article de Claudy qui replace les Rencontres de l'Amicale dans son contexte de convivialité et de respect des autres.
- La suite du feuilleton : "délégation, à qui le pouvoir ?". La FFKAMA n'a plus la délégation Jeunesse et Sports, une fédération des arts internes chinois est en cours d'élaboration pour reprendre le flambeau.
- Un avant-goût du Forum International de juillet 1998 à New-York.
- Une revue de presse qui sera officialisée dorénavant dans chaque bulletin.
- Un ultime rappel des Rencontres de l'Amicale en novembre pour les étourdis qui n'auraient pas lu le bulletin de juin.
- Et tant d'autres choses...

Bonne rentrée Taiji à tous !

**Françoise PONGY**

**CONVOCATION  
A L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE**

Cher adhérent, chère adhérente,

Le Conseil d'administration a l'honneur de vous inviter à l'Assemblée Générale Ordinaire de l'Amicale qui se tiendra le samedi 8 novembre 1997 à Houlgate (Normandie, France).

**Ordre du jour :**

- Bilan moral
- Bilan financier
- Budget prévisionnel 1998
- Cotisation 1997/98
- Edition et fonctionnement du bulletin (à revoir...)
- Commissions (épées, vidéothèque, Internet...) : le point
- "Tirelire" : vote
- Forum Européen de Taiji Quan : Bilan du Forum de Hongrie (juillet 1997).
- Fédération européenne de Taiji Quan : le point
- Revue Wen Wu : état des lieux
- Renouvellement du conseil d'administration
- Questions diverses :
  - Prochaines rencontres de l'Amicale : candidatures des associations, augmentation éventuelle du nombre de jours, autres propositions pour faire évoluer le concept...
  - Fédération des arts martiaux chinois : création en cours
  - Tome 2 de Maître Wang sur les applications
  - etc...

- *TOURNOI TUI-SHOU AUX USA*

Nous vous rappelons que votre présence est indispensable pour traiter des différents sujets à l'ordre du jour.

Si, pour des raisons personnelles, vous ne pouvez pas être présent à cette réunion, il vous est possible de donner pouvoir à l'un des participants. Ce pouvoir doit nous parvenir avant la réunion ou être remis à un participant de votre choix.

Nous faisons également appel à candidature pour la constitution du Conseil d'Administration.

Dans l'attente de vous rencontrer ou de vous revoir, sur les plages du Débarquement, nous vous adressons nos salutations les plus amicales.

La présidente

Françoise Pongy

Un petit mot au sujet de la TIRELIRE.

Lors de la dernière rencontre de l'Amicale en mars, Valérie et Zouzou avions proposé lors de l'A.G. de voter au sujet de la création d'un fond destiné à aider des personnes rencontrant des difficultés financières les empêchant de participer à la rencontre de l'Amicale. Ce fond est dénommé la TIRELIRE.

Il est vrai que dans notre enthousiasme, nous avons omis de communiquer l'objet de vote au mois 15 jours avant l'A.G., et de le faire mentionner dans l'ordre du jour. Ce qui nous étonne, c'est que personne, à ce moment, n'y ait songé lors de la séance. Si la création de ce fond nous a paru judicieux, c'est bien parce que dans le monde du Taiji Quan, comme ailleurs, certains d'entre nous ne peuvent se permettre des "extras" et qu'il serait regrettable que le Taiji devienne une activité de luxe. Voyages, stages intéressants pour certains et dommage pour les autres. Ce qui est parfois déjà le cas!

La rencontre de l'Amicale devrait être une rencontre accessible à chacun. Ainsi nous vous faisons la proposition suivante pour que la TIRELIRE puisse fonctionner:

1. Après avoir cherché au sein de son association une solution à la difficulté rencontrée, la demandeuse/le demandeur écrit une lettre de motivation au bureau de l'Amicale. Son professeur la cosigne et parraine ainsi la demandeuse/le demandeur.
2. Le critère de choix pour répondre favorablement ou défavorablement est l'ordre d'arrivée des demandes. ( Cela n'est peut-être pas le bon moyen, le bon critère, à nous d'en proposer d'autres lors de l'A.G. (p.ex. tirage au sort))
3. La TIRELIRE est attribué une fois unique à chaque demandeuse/demandeur. Un tournoi est effectué entre les associations.
4. La TIRELIRE est financée:
  1. Une majoration de F 10.-- par personne à chaque inscription ( ~ F 1'000.-- )
  2. L'Amicale verse une aide de F 1'000.-- annuellement.  
TOTAL: ~ F 2'000.-- = ~ 3 personnes
5. La TIRELIRE sert à couvrir l'inscription à la rencontre de l'Amicale. Les frais de déplacement sont à la charge de la demandeuse/du demandeur.
6. L'Amicale s'engage à respecter l'anonymat des demandeuses/des demandeurs et à ne juger ni les personnes, ni les associations, cela évitant une ingérence dans les affaires des associations.

Cette proposition est uniquement "sociale" et "amicale" et non pas politique ou économique. Nous espérons que vous la recevrez comme telle, et que lors de l'A.G. 97 vous aurez des propositions constructives à cet effet.

Amis,  
Valérie  
Zouzou  
~

## Des nouvelles de nos amis de New York.... et du Festival International de 1998

New York, le 28 juin 1997,

Amis, enseignants et étudiants du Yangjia Michuan,

Salutations de New York. Comme vous le savez, nous avons eu, l'été dernier, le plaisir de recevoir Maître Wang Yen-nien et Julia Fairchild pour quatre jours de cours et d'ateliers de poussée des mains. C'était un privilège de participer au développement du Yangjia Michuan Taiji Quan dans ce pays et nous avons été très heureux de l'enthousiasme manifesté par tous les participants.

Nous souhaitons remercier encore une fois Maître Wang pour son enseignement dévoué et le don qu'il fait de lui-même pour atteindre le but que nous partageons tous : propager la connaissance et la valorisation de cet art merveilleux qu'est le Michuan Taiji.

Nous avons été sélectionnés lors du Festival de Strasbourg en 1995 pour recevoir le second Festival International à New York et nous avons travaillé dur pour en faire un événement mémorable et parfaitement réussi. Le Festival lui-même se déroulera à Pridwin, une station et une plage privées que l'on appelle "Les Bermudes du Nord". Outre les facilités idéales que ce site procure pour nos besoins de Taiji, il offre également la possibilité de pratiquer de nombreux sports nautiques, du golf, de l'équitation, du tennis et d'autres loisirs que l'on peut attendre d'une station branchée de ce genre.

Située à environ deux heures de Manhattan, sur l'île de Shelter, la station est aisément accessible par voiture, bus ou train.

L'agenda suivant, que nous mettons actuellement au point, commencera le 8 juillet avec l'arrivée à New York des festivaliers qui souhaitent participer à une visite touristique de New York. Cette visite, qui vous permettra de découvrir les sites notables et intéressants de la ville, se déroulera les 9 et 10 juillet et se conclura samedi 11 juillet à midi. A 14 heures ce même jour, nous organiserons une démonstration à Central Park afin de présenter notre Taiji au public. Enfin, à 17 heures, auront lieu une réception puis un dîner pour tous les participants.

*Ci-dessous la version anglaise de la lettre de  
Robert Politzer :*

June 28, 1997

L'accueil à Pridwin s'effectuera dimanche 12 juillet à partir de 14 heures. Le coup d'envoi du Festival sera donné à 17 heures avec une réception amicale.

Le Festival proprement dit débutera lundi 13 juillet, se poursuivra les mardi et mercredi 14 et 15 juillet, et se conclura jeudi 16 juillet à midi.

Pour ceux qui souhaiteraient rester davantage, et nous espérons qu'ils seront nombreux, nous proposons encore des activités ! Vendredi 17 juillet, il y aura une conférence des enseignants, puis, samedi, dimanche et lundi 18, 19 et 20 juillet, nous organiserons un atelier de poussée des mains pour les avancés.

Nous travaillons à établir le prix du Festival et à nous assurer qu'il sera à la fois économiquement viable et abordable pour tous ceux qui souhaitent s'y rendre. Il y a beaucoup de détails à prendre en compte et nous essayons d'être absolument consciencieux sur ce point.

Lors du stage de Taïwan en 1997, nous aurons fixé une date-butoir de lancement officiel du Festival... Nous aurons aussi un minimum d'inscriptions qui permettra au Festival d'avancer. Nous enverrons une description des prix, un agenda finalisé et une fiche d'inscription à la fin du mois de juillet.

S'il vous plaît, n'hésitez pas à nous donner votre avis, il n'est pas trop tard pour incorporer de nouvelles suggestions et idées. Notre site Internet, destiné à servir à tous les pratiquants du Yangjia Michuan, est actuellement situé à :

**<http://members.aol.com/rpolitzer/michuan.htm>** (pas de . à la fin!).

S'il vous plaît, connectez-vous, laissez des commentaires, n'hésitez pas à adresser des textes et à poser des questions. Nous espérons faire de ce site un forum de valeur pour échanger des informations concernant la pratique du Michuan Taiji et d'autres sujets apparentés.

Avec notre respect et notre amitié,

The New York Michuan Association  
Robert Politzer  
25, Indian Road  
New York, New York  
10034  
(212) 567-3694

Yangjia Michuan Friends, Teachers and Students,

Greetings from New York City. As you know we had the pleasure of hosting **Master Wang Yen-nien** and **Julia Fairchild** for a lecture and four day Push Hands Workshop last summer. It was a privilege to be part of the growth of Yangjia Michuan Taiji Quan in this country and we were pleased with the enthusiasm of all participants. We wish to thank Master Wang once again for his dedicated teaching and giving of himself towards the goal that we all share: to spread awareness and appreciation of this great art form we call Michuan Taiji.

We were selected during the 1995 Festival in Strasbourg to host the **Second International Festival** in New York and have been working hard to make it a memorable and successful affair. The Festival itself will take place at the **Pridwin**, a private resort and beach that has been called "The Bermuda of the North". Besides providing ideal facilities for our Taiji needs, it also offers many water sports, golf, nature hiking, tennis courts, and other recreation one would expect from a top-notch resort. Located about two hours east of Manhattan on Shelter Island, it is easily accessible by car, bus, or railroad.

The proposed agenda, which we are currently finalizing, will begin on July 8, with the arrival in New York of festival attendees who wish to participate in the **New York City tour**. The tour, which will take in notable and interesting sites of the city, will take place on July 9 and 10 and conclude at 12:00 PM on Saturday, July 11. At 2:00 PM on that day there will be a **demonstration** in Central Park that will allow us to present our Taiji to the public. Then, at 5:00 PM, there will be a **reception and dinner** for all participants.

Check in at the Pridwin will be at 2:00 PM on Sunday July 12. A festival **Kick-Off** and **Reception** will begin at 5:00 PM.

**The Festival** will begin on Monday, July 13, and will continue on Tuesday and Wednesday, finally concluding with a 12:00 AM check-out on Thursday, July 16.

For those who wish to stay, and we hope many will, there is much more!  
On Friday, July 17, there will be a **teacher's conference** and then, on Saturday,  
Sunday, and Monday, July 18-20, there will be an **Advanced Push Hands  
Workshop**.

We are working on setting the price of the Festival to ensure that it is both  
economically viable and affordable for all who wish to attend. There are many details  
to consider and we are attempting to be absolutely thorough in this matter.

As the 1997 workshop in Taiwan was structured, we will have an  
absolute cut-off date three months prior to the sign-in for the Festival. We will also have  
a minimum enrollment that must be reached for the Festival to proceed. We will send a  
description of prices, a finalized agenda, and a registration form at the end of July.

Please feel free to give feedback, as it is not too late to incorporate new  
thoughts and ideas.

Our **Web Site**, designed for the use of all Michuan participants, is  
currently located at <http://members.aol.com/rpoltizer/michuan.htm> (no . at end).  
Please check in, leave comments, feel free to send text, ask questions. We hope to  
make the site a valuable forum for exchange of information concerning the practice of  
Michuan Taiji and other related topics.

With respect and friendship,  
The New York Michuan Association  
Robert Politzer  
25 Indian Road  
New York, New York  
10034  
(212) 567-3694

8



7/17/2005

9

## Forum/Congrès européen de Taiji/Qigong en Hongrie du 6 au 13 juillet 1997

Comment vous décrire cette folle semaine ? Par cercles, en allant du plus petit au plus grand.

### Le 1er cercle

Dès que j'arrive, je retrouve des visages connus : Luc Defago, Christian Bernapel, Sabine, Simonette, Corinne, Anaïs, Elsa... Une fois lancée dans cette folle semaine, cela me faisait du bien d'avoir une petite discussion avec une personne familière et dont je savais que j'allais la revoir. Du solide, quoi !

### Le 2ème cercle

Ce sont les 120 autres participants, les inconnus, avec qui j'ai pris des petits-déj', des dîners, des soupers, avec qui j'ai participé à des ateliers, avec qui j'ai fait du tui-shou, avec qui j'ai fumé des cigarettes, bu des verres ou dansé le rock.

Plus de 20 pays étaient représentés, je crois.

J'ai trouvé cet aspect extrêmement stimulant (à tel point qu'une fois la semaine terminée, je suis tombée malade ! Epuisement...).

J'ai fait la connaissance, entre autres, d'Ed (Edward) du Pays de Galles, qui a réalisé le dessin figurant sur la couverture du bulletin que vous tenez entre les mains. Il était honoré que nous le publiions.

### Le 3ème cercle

Faire la connaissance des enseignants attitrés du Forum, qui nous ont proposés soit des ateliers en petits groupes, soit des conférences.

Chaque enseignant a son charisme propre, et nous fait entrer dans **son** univers du taiji-qigong; certains très martiaux, d'autres plutôt méditatifs, ou ludiques, ou intellectuels, ou humanistes... Une très grande richesse était là, et c'était à nous de trouver la disponibilité en nous pour en profiter. Pas si facile, de rester "centré", avec toutes ces stimulations simultanées !

### Le 4ème cercle

Choisir un atelier et se retrouver à faire des mouvements inconnus. Se concentrer, observer et tenter de reproduire de nouveaux gestes. En plus, essayer d'y mettre l'énergie correcte, l'intention, le calme, la respiration... Je me retrouve toute débutante. Pas tout-à-fait quand même, je vois que maintenant, avec ces années de pratique derrière moi, je suis capa-

ble de mieux copier un mouvement qu'avant. Parfois cette expérience devient un handicap : je crois reproduire ce qui est devant moi, mais en réalité je fais le mouvement tel que j'ai l'habitude de le faire dans notre style. Le tout est de s'en rendre compte...

### Le 5ème cercle

Regarder des gens pratiquer des choses extraordinaires, in-existantes dans mon idée du taiji. Par exemple, voir les élèves de Dan Docherty pratiquer le tui-shou, ça décoiffe ! Voir un ex-psychanalyste viennois imiter la démarche de l'ours, de la grue blanche, du tigre, du cerf, du singe avec beaucoup de malice dans les yeux. Voir sur une vidéo des grands-mères dans un home en train de pratiquer une forme de taiji qu'elles ont inventé elles-mêmes, en se souvenant des mouvements de la lessive à l'ancienne (enseignante : Linda Chase Broda). Mes idées se sont élargies !

### Le 6ème cercle

Observer la dynamique du Forum/Congrès, qui décide, qui veut ou prend le pouvoir, avec quelle intention, dans quel but... Qui sait vendre une idée efficacement, qui se fait systématiquement contredire...

### Le 7ème cercle

L'idée de fonds est de créer une Fédération européenne - tenter de comprendre ce que cela représente, lire le projet des statuts, en discuter, choisir le lieu de la prochaine rencontre dans deux ans.

A ce propos, avis aux intéressés, ça sera de nouveau en Hongrie, afin de favoriser la participation des pratiquants venant des pays de l'Est.

Les buts de cette Fédération : développer et défendre le taiji, le qigong, les arts martiaux internes chinois en Europe.

Ces grandes discussions, où nous sommes entre 50 et 100 participants, me fascinent toujours sur le plan de la prise de parole, de l'autorité naturelle, de l'abus de pouvoir, de la séduction... L'art de convaincre !

### Le 8ème cercle

Il se résume à une seule personne : Dan Docherty. C'est lui qui est à l'origine de ce rassemblement d'énergies. Il n'est pas comme tout le monde, et il peut fasciner, influencer, agacer, attendrir, captiver, séduire et faire rire son audience. J'ai surpris beaucoup de discussions à son sujet. Personnellement j'ai passé par tous les stades pour en arriver à une conviction :

le taiji est en de bonnes mains avec lui.

Le 9ème cercle

Découvrir la Hongrie, faire du shopping au village, visiter une abbaye et goûter les vins locaux, apprendre quelques mots, découvrir et partager les danses folkloriques locales, goûter les spécialités, manger du poivron au petit-déjeuner, etc.

Le 10ème cercle

C'est l'avant-dernier jour, quand je ne savais plus si j'avais rejoint l'univers ou le néant. Je n'avais plus de certitudes, pas le courage de quitter le groupe pour aller dormir, pas l'énergie de choisir un atelier, je ne pouvais plus rien entreprendre de construit, j'étais vouée à errer. Le trop-plein m'atteignait, en même temps qu'une espèce de morcellement, de perte d'identité. Il était temps que la semaine se termine ! Quelques jours de plus et j'y perdais mon latin.

Commentaire du chef de la rédaction

Ayant participé également au FORUM et Congrès de Hongrie, j'aimerais préciser que je n'ai été ni malade, ni épuisé, ni erré dans le néant...

Le FORUM a été très instructif (rencontres, échanges) et constructif: l'Europe du Taiji Quan n'est plus en devenir, elle existe bel et bien et avec un dynamisme certain. Là aussi, je précise que 29 nations étaient présentes et que des israéliens et américains ont fait le voyage de leurs pays respectifs. Des 9 pays fondateurs, chacun a contribué à l'élaboration des statuts de la TCFE et à son dynamisme pas seulement Dan Docherty. Même s'il en a fait beaucoup, n'oublions pas les autres membres du comité.

Il y a eu aussi une loterie pour les Hongrois, nos hôtes: 2 enseignants de Taiji Quan Hongrois vont venir en Suisse invités à un stage de 4 jours dans les montagnes: Neijong et Taiji Quan, à l'ascension. Les pays de l'Est (contre) de l'Europe montrent un enthousiasme et une soif d'apprendre contagieuse et joyeuse. Je me réjouis donc de retourner dans 2 ans en Hongrie pour le prochain Congrès/Forum de la T.C.F.E.

Rédacteur en chef  
LUC DEFAGO

**HONGRIE JUILLET 97**  
**Le Congrès Européen, précédé par le Forum européen**

**RENCONTRES JASNIERES**  
**24-27 juillet 1997**

Cent vingt cinq participants, venus d'une vingtaine de pays dont 18 pays d'Europe, Hongrie, Royaume Uni et France et aussi Allemagne, Confédération Helvétique, Autriche, République Tchèque, Italie, Irlande, Finlande, Belgique, Grèce, Israël, Slovénie, Bulgarie, Russie, Danemark... Sans compter ceux qui n'ont pu venir mais sont déjà bien engagés dans la Fédération Européenne, comme la Hollande où la TCFE a son siège social.

Les Hongrois sont majoritaires. Puis viennent les participants du Royaume Uni. Mais les pratiquants français sont nombreux. Parmi eux, des enseignants comme Marianne Plouvier, Sabine Metzlé, Jeannie Duc, Michèle Stéfanovitch, Michel Thabourin, Antoine Ly, Stéphane Zimmer, Franck Volang. Sont là aussi Anya Méot et Christian Bernapel et bien sûr le président de la FTCCT, Hugues Deriaz et le Secrétaire Général, Alex Chenière... eux aussi professeurs.

Le programme proposé au Forum par l'ensemble des instructeurs invités est très varié, bien organisé entre Exercices du Matin, avant le petit déjeuner, et pendant la journée : Ateliers, Conférences et Discussions. Entre les moments formalisés, (très peu formalisés), les moments non organisés permettent encore des échanges de points de vue et d'information. Les deux grandes tendances des arts internes discutent avec tolérance : les "santé" et les "martialux" se rejoignent sur "vitalité".

A la fin du Forum, une très large majorité choisit de confier un prochain Forum-Congrès aux excellents soins d'organisateur de Dan Docherty et d'Orsolya Alföldy, afin qu'il ait lieu dans la même région d'Europe, l'Est et pour plus de commodité la Hongrie, à la même époque de la deuxième semaine de Juillet 1999 !

Certains s'inquiètent "On ne se reverra pas d'ici là ?". D'autres vont se retrouver aux Dixièmes Rencontres de Jasnières qui vont réunir 230 participants fin Juillet. D'autres prennent déjà rendez-vous pour "Caledonia" sympathique forum européen qui aura lieu du 22 au 29 mai 98 en Ecosse dans un chateau écossais avec pelouses et vue sur mer. Des tas de projets pour le Tai Chi Chuan européen et les arts affinitaires sont concoctés tranquillement ou bouillonnent déjà dans le Chaudron, le Tai Chi Chuan est bien un art du mouvement et du changement

Une loterie a été organisée au Congrès, cinq regroupements fédéraux de l'Ouest, ceux de Suisse, Grande Bretagne, Allemagne, Autriche et France, ont proposé chacun un stage gratuit à un pratiquant de l'Est. La première gagnante, une jeune hongroise, Eva, a choisi d'emblée la France, en été 98, et trouvé son professeur français parmi les professeurs présents. Elle a déjà un professeur hongrois.

Les quatre gagnants suivants ont eu à choisir parmi les quatre autres pays.

Pendant le Congrès, des représentants de toutes sortes de nations ont pris le chemin fédéral européen, après lecture explicative des statuts de la TCFE TaichiChuan QiGong & arts internes Fédération pour l'Europe... Les francophones, Suisses, Belges et Français, ont réussi à ce que le nom reste inchangé et ne devienne pas TQFE !

Tous ces débats ne semblent plus trop austères, quelques explications suffisent à intéresser les pratiquants au fait de "travailler ensemble, de construire ensemble comme des castors sur la rivière Tao", de répondre ensemble aux challenges de la société et de ses mutations.

Etre présent au monde ne leur semble pas contraire au développement de leur "Chi perso" !

Le logo proposé par la France est adopté : le Yin Yang en fils, étirés, spiralés et mêlés dans le mouvement, en relation avec la formation du Cinabre, a été inspiré par le Fanghu Waishi de Lu Qian Xu, fondateur du courant de l'Est dans le taoïsme de l'Alchimie Intérieure (ère Jiagi 1522-1567).

Il est lévogyre, générateur d'énergie, le sens dextrogyre étant plutôt reconnu comme générateur de matière... les deux tournant simultanément. Les fils d'or jaune tourment sur fond bleu nuit, accompagnés du nombre parfait de neuf étoiles, nombre symbolique d'accomplissement d'une Europe des arts internes. Il va paraître sur Internet en Grande Bretagne et en Allemagne, nous vous donnerons prochainement les références. Internet et le Tai Chi Chuan était le thème d'une des discussions proposées. Ces conférences et discussions seront sans doute éditées, l'asso qui s'occupe de ce travail vous informera directement.

FTCCT

Une édition qui se voulait exceptionnelle pour un dixième anniversaire et qui le fut grâce au public, aux animateurs et à l'équipe de base de l'organisation. Cette dernière ne fut pourtant pas épargnée par les problèmes de toutes sortes, du début jusqu'à la fin (un policier en civil en vacances dans le coin consacra ses 4 jours à surveiller le moindre travers des RJ, allant jusqu'à se lever à 6h du matin pour repérer les rares nageurs en tenue d'Adam, les dénonçant illico à la préfecture...). Heureusement, les sujets de satisfaction débordèrent largement les ennuis.

Comme d'habitude, les RJ furent l'occasion de renouveler ses connaissances et de découvrir de nouveaux enseignants. Le public voyait coexister harmonieusement habitués et néophytes. On remarqua l'absence inhabituelle des Italiens et des Autrichiens et le renforcement de la colonie espagnole mais la bonne nouvelle vint du côté de... l'Amicale. De nombreux visages découverts à Sablé refirent surface à Marçon, et de fort belle manière, affichant leur bonne humeur à la ronde (surtout celle des danses bretonnes sous la houlette de Charles, maître en la matière). On peut raisonnablement penser que les RJ et les Rencontres de l'Amicale sont désormais sur la voie d'une enrichissement réciproque.

Quant à la journée des arts, dont l'équipe des RJ se demandait encore quelques heures avant le coup d'envoi si elle n'allait pas devenir le bide de son histoire, elle reçut un accueil enthousiaste dans lequel nous associerons tous les animateurs. Un symbole, s'il en faut, fut la soirée dansante qui tangua du rock'n'roll de l'orchestre de Bob Lowey, aux tams tams africains en passant par les rondes bretonnes et le flamenco sans choquer quiconque. Les bonnes vibrations étaient dans l'air et le public sut jouer la symphonie. A telle enseigne que le C.O. des RJ se trouve désormais sous pression de toutes parts pour une deuxième édition en 1998. Il n'en sera malheureusement pas ainsi avant 2008 pour les 20 ans... Rappelons que l'idée de départ était une célébration et une incitation pour d'autres associations à explorer ce domaine arts-TJQ. Outre les multiples difficultés d'organisation avant l'évènement, cette journée supplémentaire se révéla nerveusement difficile à gérer pour l'équipe

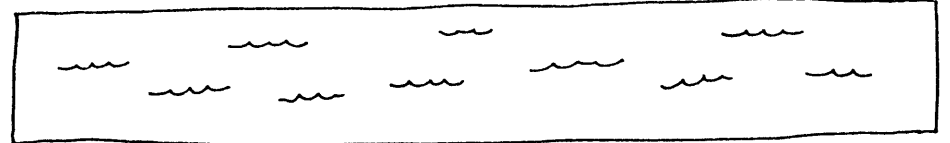
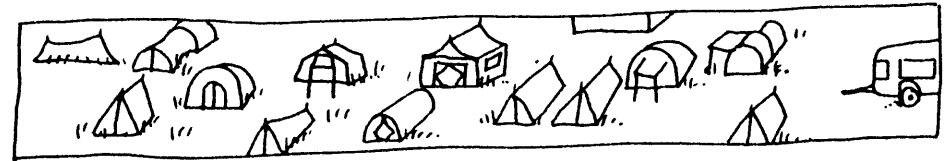


## JASNIÈRES : triptique panoramique

des RJ. Un exemple parmi d'autres, mais qui nous affecta eu égard à l'ambiance de bien-être que nous entendons maintenir dans ces Rencontres: Bob Lowey avait préparé son concert de rock'n'roll durant 6 mois; il eut la gentillesse de partager la vedette avec le duo de tams tams, les rondes bretonnes et le flamenco. Nous dûmes lui imposer un concert en salle en raison des menaces atmosphériques, ruinant la qualité de sa sono prévue pour l'extérieur... et en guise de bouquet, à 2 heures moins cinq appel de la préfecture nous enjoignant l'arrêt du concert à 2 heures en raison des plaintes des voisins! La soirée fut sans nulle doute un régal pour les participants mais les organisateurs ont senti un poids inhabituel dans la gestion de l'événement qui ne correspond pas à la voie choisie; nous ajouterons que le nombre des participants, plus de deux cents, a certainement eu aussi son impact. Des mesures seront prises en conséquence, d'autant plus qu'on nous annonce de nouvelles vagues d'arrivants pour 1998! L'unanimité semble se faire dans le C.O. pour maintenir la qualité au détriment de la quantité. Lecteurs de ce bulletin, prévoyez donc une inscription précoce pour la prochaine édition! Nous signalerons au passage que plus d'un quart des animateurs artistiques venaient de l'Amicale; il y a peut-être là un bel événement à mettre sur place! Le C.O. des RJ se feraient certainement un plaisir de partager son expérience.

Du côté des enseignants de TJQ où autres arts internes, de nouveaux candidats ont manifesté leur intérêt pour les prochaines RJ... et leur surprise pour nos critères techniques de sélection! Nous n'en avons pas et nous continuerons ainsi car nous avons décidé que le public serait seul juge, rôle qu'il remplit à la perfection. Le seul facteur de sélection est une harmonie entre les habitués des RJ et les nouveaux, les non sélectionnés se trouvant sur une liste prioritaire pour l'année suivante s'ils continuent à manifester leur intérêt.

Nous n'en raconterons pas plus et vous convions à la prochaine édition.  
Serge Dreyer.



- 1°) des centaines de formes et de couleurs différentes, placées soit au bord de l'eau, soit sous les arbres, soit à côté de la rivière
- 2°) le petit lac où l'on peut se baigner
- 3°) le grand champ, de l'autre côté du lac, où 200 personnes (ou presque) pratiquent la "poussée des mains" et changent de partenaires toutes les 10 minutes.

Ce sont les Rencontres de Jasnières, qui ont lieu chaque année le dernier week-end de juillet.

Valérie Oppel

D'abord Jasnières c'est où? La SNCF serait bien en mal de nous renseigner vu que d'après ce que j'ai compris et goûté, il s'agit d'un vignoble, mais bon très bon! Ensuite, un camping, un emplacement réservé à des fadas de TUISHOU, serrés les uns contre les autres, avec des tentes comme ci ou comme ça et pour les plus organisés des bus aménagés. Les soirs d'orage, ça a du bon! Tout ça dans un joli lieu au bord d'un joli lac

Et puis les uns, les autres, ce n'est pas rien! Moi qui avait oublié mon anglais au fond de la classe, des fois j'ai eu du mal, des fois ça coulait de source. Ça dépend de la source!

Et puis bien sûr les ateliers, approche du TUISHOU, aussi variées, que ceux, passionnants, captivants et différents qui les animent. Du ressentit dedans au martial... impressionnant. Quand ça ne ressemble pas à de la lutte à la culotte ou à un océan qui ondule au gré des vagues!!!!!! Le choix entre yeux fermés vers l'intérieur et éclat de rire externes

Tout ça pour nous amener au nerf de la rencontre, le TUISHOU libre, 3 heures durant chaque après-midi

Lachée dans l'arène avec tous. Ceux-ci ou ceux là, expérimentés ou débutants, à recevoir, à partager, à y aller quoi! A deux cent personnes échangeant toutes les 10 minutes, on en fait des rencontres. Eh bien avec le trac que je me payait avant, merci et bravo à vous tous. J'ai poussé, essayé de sentir, avancé, reculé, déséquilibré et ..... voilà comme un rétu de paille. Grâce au tair-play des uns, à la patience des autres je vous le dit. SUPER LE TUISHOU! Si, si les gars et surtout les nanas, je suis comme beaucoup d'entre vous. Le TUISHOU ça me faisait, un peu, beaucoup, passionnément peur. Et bien ça m'a passé! Vivement l'année prochaine!

Et puis, cadeau surprise! Le jour de fête. Bon vous savez que j'adore ça la fête... Mais là.....gâtée!

La journée entré les danses folkloriques, bonjour Charles... le flamenco olé Juan... le chant hello Jan (là il faut que je vous décrive). 100 voix, réparties en 16 groupes qui chantent ensemble et en canon. I like de flowers et le coq est mort! Il faut l'entendre pour y croire!

Tous les autres que je salue, même si j'ai pas pu assister à leur atelier mais dont j'ai entendu le meilleur.

Et le soir, et la nuit, manger, boire, rire, et danser jusqu'au petit matin. Varié. Vieux rocks, voix crooner, danses folkloriques et percussions qui déménagent.

Alors, des idées, des innovations, des apprentissages pour moi même et mon enseignements, j'en ai ramené plein mon sac à dos!

D'ailleurs....secret à l'oreille! Avec Valérie on va organiser cet hiver une première journée de TUISHOU pour femmes! Il faut qu'elles sachent!

Am. Trés Zouzou

## L'AMICALE et ses Rencontres

par Claudy Jeanmougin

Le rôle de l'Amicale n'est pas toujours bien perçu et encore moins celui de ses Rencontres. Les questionnements lors des journées annuelles prouvent qu'il y a des attentes non satisfaites. Ces lignes seront celles d'un point de vue personnel en accord avec les idéaux qui ont donné naissance à l'Amicale.

A l'issue des dernières rencontres, deux reproches importants ont été formulés, reproches que l'on peut évidemment traduire en souhaits :

- le premier concerne la pratique de notre style : aux Rencontres, le style n'est pas assez travaillé, le niveau de pratique n'est pas bon;

- le second concerne l'exclusivité de la pratique de notre style : pourquoi se limiter aux seules pratiques du Yangjia ? Pourquoi ne pas faire venir un intervenant extérieur pour ouvrir notre champ de pratique?

Avant de donner une réponse à ces questions j'aimerais faire part de mes sentiments quant à l'esprit des Rencontres. Je vais d'abord aux Rencontres pour retrouver des amis. Je pense que dans son existence il est essentiel de se sentir bien au milieu des autres. L'Amicale nous offre cette opportunité de nous retrouver au moins une fois l'an. Il n'y aurait que cela, que la distance ne serait pas une entrave à ma participation. Entre amis nous pouvons élaborer des projets, leur donner naissance et les faire vivre. Rester seul dans son coin c'est aller droit vers un système fermé qui n'offre plus de perspectives. La relation à l'autre me semble être le seul moteur valable pour assurer notre survie de pratiquant et celle de la discipline.

L'Amicale est bien un lieu d'échanges. Mais ces échanges ne se limitent pas à la seule technique. N'est-ce pas l'une des spécificités du Taiji quan que de créer des liens qui sont au-delà de la pratique? Le but du bulletin n'est-il pas de créer un point de rencontre à la trame relationnelle où s'entrecroisent toutes les associations?

Quant aux Rencontres, chaque participant doit bien comprendre que ce n'est pas un stage. Elles sont un lieu de pratique où il est possible de procéder à des échanges. Comment peut-on espérer progresser dans la pratique de la discipline à raison d'un stage annuel de trois jours? Celui qui y vient pour seul but de combler ses insuffisances devrait justement établir un lien avec un pratiquant plus avancé pour bâtir des projets qui lui permettraient de progresser.

Les ateliers mis en place sont là pour faire découvrir des animateurs qu'il est possible de retrouver à leurs stages. Ils sont là aussi pour permettre à de futurs animateurs de faire leurs premières armes car, par principe, le public est indulgent.

Enfin, peut-on à la fois être demandeur et faire le constat d'un bas niveau? Peut-on hausser le ton en annonçant qu'on ne viendra plus aux rencontres parce qu'on n'y apprend rien? Alors que la logique voudrait qu'à ces rencontres chacun y donne un peu de soi. Voilà bien le paradoxe du sens unique dans un système relationnel, on finit toujours par se mordre la queue.

En ce qui concerne le niveau de pratique, je ne peux que renvoyer ces juges à l'idée qu'ils se font du sentiment d'humilité. Aux rencontres de l'Amicale que ces censeurs ravalent leur orgueil et qu'ils nous laissent pratiquer avec le plaisir que nous éprouvons.

En ce qui concerne la deuxième réflexion nous devons savoir que les Rencontres de l'Amicale sont internes à notre style. Est-ce manquer d'ouverture que de se limiter à notre style quand on sait qu'il y a d'autres événements de grande envergure qui ouvrent leurs portes à tous les styles et à tous les genres? Les Rencontres de l'Amicale ne sont pas les Rencontres Jasnières. Et si la date a été fixée en novembre, c'est pour éviter la concurrence entre les deux événements.

Par contre, il est vrai qu'à l'Amicale la tendance est de vouloir rester à tout prix dans l'imitation du type d'enseignement de Maître Wang Yen-nien. Si par malheur un animateur dérive quelque peu en faisant preuve d'originalité, il lui est vite reproché de faire n'importe quoi. Les plus intéressés étant, comme il se doit, ceux qui ont le moins travaillé avec Maître Wang.

Le respect de l'enseignement de Maître Wang ne doit pas faire de nous de simples répétiteurs. L'approche pédagogique de l'enseignement est aussi un art qui demande recherche et originalité. En matière d'enseignement, les voies sont multiples. Chacune de ces voies peut s'adresser à un type particulier de public. Pourquoi s'en priver? Si les modalités de l'enseignement d'il y a trois siècles devaient être maintenues, Maître Wang apparaîtrait comme un excentrique aux yeux de ses pairs. Pire encore, ce serait un renégat qui aurait dévoilé un secret de famille...

Laissons nos jeunes enseignants s'exprimer librement lors des ateliers des Rencontres. Ce qui est important, c'est que les principes fondamentaux de la discipline ne soient pas bafoués. Et puis nous ne sommes pas des chinois! Ce qui convient à une culture ne s'accorde pas forcément

à une autre. Pour ce qui est de l'enseignement du Taiji quan, nous avons nos propres schémas culturels qui ne sont pas ceux de la Chine. C'est ce qui fait dire qu'actuellement se dessine un Taiji quan purement européen. Pour notre style, c'est encore plus manifeste! Sans les Européens, ou les Occidentaux, le style du Yangjia aurait eu bien peu de chance d'avoir l'essor qu'il a aujourd'hui dans le monde entier. A Taiwan, en dehors du cours de Maître Wang et de celui de Julia, il y en a un seul autre à Taipei et, à Taichung, c'est Serge Dreyer qui anime un cours. Voilà pour notre style... Quant aux autres, ils fleurissent à chaque coin des parcs publics, dans de misérables sous-sols, ou encore dans les halls d'administrations. En Chine, il n'est plus enseigné depuis l'avènement du communisme. Le devenir de notre style repose sur nos épaules. A nous de le développer à notre façon.

Les soi-disant traditionnalistes ne doivent pas confondre tradition et régression. Revenir à l'enseignement du temps des Han serait plus une résurgence nostalgique qu'une tradition. En plus, je ne sais pas si tous ces traditionnalistes seraient capables de vivre un enseignement de cette époque.

L'une des grandes caractéristiques des Rencontres de l'Amicale est la modestie de chacun des intervenants. Respectons cette tendance dans ce milieu du Taiji quan où la manifestation de l'ego est presque de règle. Si, au regard des autres, nous n'apparaissions pas sérieux, alors qu'au fond de nous-mêmes nous sommes d'une extrême rigueur, ce n'est pas très important puisque les apparences ne prévalent pas dans une discipline dite interne.

Les Rencontres de l'Amicale ne doivent pas concurrencer les stages organisés par les différentes associations membres, elles demeurent des rencontres dans un esprit de convivialité, un moment privilégié où ceux qui s'apprécient aiment se retrouver.

Bien des choses peuvent être améliorées, mais il ne faut pas attendre le dernier moment pour se manifester. Je pense que les membres du CA sont suffisamment à l'écoute pour recevoir demandes et suggestions.

## LES FEDERATIONS, LE MINISTERE DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS ET LE BEES

Claudy Jeanmougin

Nous vous avons promis une suite à notre parcours du combattant face aux instances officielles qui se chargent de notre discipline. La voici, il semble bien que ce sera une histoire sans fin, une sorte de série américaine avec des rebondissements de dernière minute, prélude nécessaire à une nouvelle édition.

Le Taiji quan n'est plus officiellement représenté puisque la délégation n'a pas été reconduite et pour le moment elle n'est accordée à personne (cf. courrier du Ministère du 20 mai). Nous sommes contents que la FFKAMA ne soit plus dépositaire de notre art, la FTCCT y est pour beaucoup, merci à elle.

Le Ministère souhaite avoir le moins d'interlocuteurs possibles dans le domaine des arts martiaux (tous arts martiaux réunis on peut en compter environ deux cents en France...), il a donc demandé à la FFKAMA, à la FTCCT, à la Fédération de Gongfu, à la Fédération de Qigong (nouvel art martial venant de Chine...) de s'organiser et de proposer des statuts communs par le biais d'une organisation commune. Les discussions vont bon train, la couette va d'un bord à l'autre du lit conjugal, attendons puisque nous n'avons pas d'autres choix.

### Et le BEES ?

Il n'y en a plus pour l'instant, et aussi longtemps que la délégation ne sera pas accordée (voir courrier du 23 mai du Ministère). Par contre, nous conseillons à celles et à ceux qui envisagent d'enseigner à titre rémunéré de passer les épreuves du Tronc commun du BEES. Ensuite, puisque le 1er grade de Taiji quan sera inévitable pour subir les épreuves spécifiques, je conseille à ces personnes de s'affilier à l'une des structures sus-mentionnées pour passer le 1er degré fédéral sans difficultés administratives. Ces structures exigent trois timbres fédéraux pour le passage de cet examen, il vaut mieux ne pas perdre de temps.

Quant à nous, nous restons bien sûr sur nos positions, à savoir que tout diplôme d'état peut se passer en candidature libre, et qu'il est hors de question de courber l'échine devant n'importe laquelle des fédérations qui obtiendra la délégation.

A suivre...

22



DELEGATION AUX FORMATIONS  
Département de la Réglementation  
et de la Prospective  
DAF/1 N° 04 5 6  
Alain LE ROHELLEC/NE  
Téléphone 01 40 45 96 53

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
Paris, le 20 MAI 1997

MINISTÈRE DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

Monsieur,

En réponse à votre envoi du 12 mai dernier, j'ai l'honneur de vous faire connaître que, en application du 2ème alinéa de l'article 1er de l'arrêté modifié du 20 novembre 1996, aucun brevet d'Etat d'éducateur sportif option karaté, spécialité taijiquan, ne sera délivré tant que la délégation prévue par la loi ne sera pas accordée à la fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires.

Dans l'attente, il vous appartient de prendre contact avec le directeur départemental de la jeunesse et des sports pour étudier avec lui les mesures d'attente qui peuvent être prises dans votre club.

Restant à votre disposition, je vous prie d'agréer, Monsieur, l'assurance de ma considération distinguée.

Monsieur Claudy JEANMOUGIN  
Ecole française de Taijiquan  
BP 3002  
49017 ANGERS CEDEX 01

Le Chef du Département  
de la Prospective et de la  
Réglementation

Jean PENOT



DELEGATION AUX FORMATIONS  
Département de la Réglementation  
et de la Prospective  
DAF/1 N° 0472  
Alain LE ROHELLEC/NE  
Téléphone 01 40 45 96 53

MINISTÈRE DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
Paris, le 23 MAI 1997

Madame,

En réponse à votre lettre du 14 mai dernier, j'ai l'honneur de vous faire connaître que le règlement actuel du brevet d'Etat d'éducateur sportif, option karaté, exige que les autres spécialités de l'option soient celles faisant l'objet d'une délégation donnée en application de l'article 17 de la loi de 1984 sur les activités physiques et sportives.

Cette délégation étant actuellement refusée à la FFKAMA pour le Taiji Quan, aucun diplôme d'Etat ne peut donc être délivré dans cette discipline sportive.

La direction des sports étudie actuellement la question des arts martiaux orientaux et cherche une solution satisfaisante pour toutes les parties intéressées.

Pour ce qui concerne l'obtention d'un grade dan, l'article 2 du décret du 2 août 1993 prévoit également que la fédération chargée de délivrer les grades dan est titulaire de la délégation donnée en application de l'article 17. La délivrance d'un grade de Taiji Quan me paraît donc, en l'état actuel du droit, impossible.

Restant à votre disposition, je vous prie d'agréer, Madame, l'assurance de ma considération distinguée.

Madame Nathalie VINOUBE  
29 rue Auguste Fonteneau

49000 ANGERS

Le Chef du Département  
de la Prospective et de la  
Réglementation

Jean PENOT

## QUELLE TENUE ?

Lors des démonstrations publiques, nous sommes toujours remarqués par nos tenues très diversifiées, quand ce n'est pas leur absence, particulièrement lors de notre prestation à la manifestation annuelle de la Fédération des Tai Chi Chuan Traditionnels.

Que faire? Comment s'organiser pour donner une image autre que celle qui est reçue et qui ne correspond pas à la réalité. Il est vrai que je n'attache aucune importance aux apparences, mais, quand il y a nuisance à notre style, je pense qu'il faut plier l'échine et répondre à ce qu'on attend de nous, ou d'un groupe de Taiji quan, ou d'une école.

Nous devons répondre à deux situations :

- Faut-il avoir une tenue propre à notre style, et laquelle?
- Comment organiser les démonstrations à l'échelle nationale, voire internationale, comme celles de la FTCCT?

Une autre question demeure : est-ce que ce type de situation fait partie des prérogatives de l'Amicale?

Je soumetts donc ce sujet à la prochaine assemblée générale.

En attendant les débats, je pense personnellement que l'Amicale n'a pas à prendre de décision en ce domaine du fait qu'elle accorde à chaque association sa liberté d'expression. Fixer une tenue vestimentaire irait contre les statuts. Apparemment, ce genre de problème est à résoudre au sein du Collège des enseignants.

Se pose le dilemme de la liberté individuelle face à la recherche de l'harmonie. Ou encore, comment montrer que nous sommes un groupe organisé tout en respectant le fonctionnement de chacun. Je laisse aux experts le soin de répondre selon les lois du Dao.

*Claude*

## Taiji Quan / Qi Gong : quelles différences ?

Ce n'est ni une analyse rigoureuse, ni un sujet d'étude dont je vais traiter ici, mais simplement une réflexion à haute voix sur mes impressions de pratiquante.

Pourquoi un tel sujet et un titre si ronflant ? Parce que, après neuf ans de Taiji, je me suis plongée dans l'étude du Qi Gong et que cette pratique m'apporte de nouvelles interrogations issues de sensations et de ressentis différents. Quels rapports ont donc ces deux disciplines ? Sont-elles complémentaires ou différentes dans leur but, leur apprentissage, leurs effets ? Voilà quelques-unes des questions qui me traversent l'esprit et auxquelles j'aimerais apporter un début de réponse.

### Vue d'ensemble

Le Qi Gong désigne des exercices nombreux et variés dont la pratique régulière permet de retrouver ou de conserver l'équilibre indispensable à une vie harmonieuse sur tous les plans : physique, psychique et spirituel. Le Qi Gong, c'est l'apprentissage de la voie de la fluidité, l'art de la circulation de l'énergie interne. A l'évidence, le Taiji Quan s'inscrit dans le même ordre d'idées...

Tout comme il existe de multiples écoles et styles de Taiji, il n'y a pas non plus un seul Qi Gong mais des Qi Gong, de diverses origines (bouddhiste, hindouiste, taoïste, tibétaine, etc...), ou encore de diverses destinations : on distingue ainsi le Qi Gong des lettrés (pour la conservation de la santé), celui des religieux (afin d'atteindre l'illumination), des médecins (à des fins curatives), celui des guerriers (à des fins martiales) ou encore celui du peuple (dans le but général d'entretenir le corps et l'esprit). Autre subtilité : certaines catégories de Qi Gong se divisent en exercices externes ou internes. Au final, le Qi Gong regroupe donc toute une panoplie de techniques qui ont les mêmes bases même si elles ne s'adressent pas forcément aux mêmes pratiquants.

Ces bases, ainsi que les buts poursuivis, sont similaires à celles étudiées dans la pratique du Taiji Quan. Pour le Qi Gong comme pour le Taiji Quan, il est prioritaire de développer le Qi à l'intérieur du corps, de le mobiliser et de le faire circuler. Ces deux disciplines ont donc pareillement la vertu de maintenir la santé, de prolonger la vie, de réguler les problèmes physiologiques chroniques, d'apaiser le corps et l'esprit...

Si les buts sont identiques, les moyens d'y parvenir et les effets immédiats de la pratique me semblent en revanche différents.

### La pratique

L'apprentissage du Taiji quan et du Qi Gong passe pareillement par des étapes obligées : prise de conscience du corps, recherche de l'équilibre, étude de la respiration, du mouvement, contrôle du mental, etc... Il me semble néanmoins que la pratique du Taiji demande, à un plus haut degré, de développer des vertus élémentaires de volonté, patience et persévérance. L'étude et la compréhension du Taiji Quan, en effet, s'avèrent particulièrement longues et laborieuses.

Les exercices de base, les treize postures, les trois duans de la longue forme, le tuishou, le sanshou, les armes (épée, éventail, bâton, sabre, perche), le nei gong, tout cela représente beaucoup de temps et de travail, un énorme investissement personnel et une pratique régulière si l'on veut dépasser la simple frontière d'une gymnastique agréable et rentrer dans un autre état de conscience. D'autant que, même à un niveau superficiel, l'apprentissage du Taiji Quan exige une grande volonté d'apprendre pour mémoriser les mouvements de la forme, acquérir le délié du corps et évoluer avec un minimum d'aisance. C'est une rude tâche. Tous ceux qui s'y sont essayés en ont fait l'expérience...

S'engager totalement dans la pratique du Taiji quan, en rechercher la profondeur, c'est se remettre en cause, se découvrir imparfait, s'interroger sans relâche et avancer avec humilité... A mon avis, ce long travail ne peut aboutir que si l'on a un professeur très compétent à ses côtés, qui puisse provoquer une évolution et une meilleure compréhension de la pratique.

On l'a vu, les Qi Gong sont également multiples : Qi Gong pour les yeux, pour le foie, les reins, pour les muscles, étirement des 12 méridiens, 6 sons thérapeutiques, Wai Dan et Nei Dan Qi Gong, Wu Dang Qi Gong, Zhi Neng Qi Gong, Qi Gong des 5 animaux, etc... Ce choix fait à la fois la complexité et la simplicité du Qi Gong.

Complexité parce que le Qi Gong paraît difficile à saisir dans sa diversité. Le "flou artistique" qui entoure le Qi Gong est quasi-légitime. Nul ne sait ce que recouvre exactement ce terme générique et les pratiquants occidentaux moins que quiconque ! Néanmoins, et quelles que soient les difficultés inhérentes à la théorie et à la pratique d'un style de Qi Gong particulier, les principes de base concernant le Qi sont très simples et valables pour tous les styles.

Une simplicité que l'on retrouve dans la pratique du Qi Gong. Bien qu'infiniment varié, le Qi Gong peut en effet se résumer à un exercice ou à une famille d'exercices. On peut donc se limiter à la pratique d'un seul mouvement ou d'une seule série de mouvements (exemple les Ba Duan Jin) dans un but d'entretien et de meilleur état général.

L'apprentissage du Qi Gong me paraît donc plus facile et rapide que celui du Taiji, du fait, sans doute, qu'il n'y a pas d'évolution dans l'espace, de déplacements du corps, ni d'enchaînement aussi complexe et aussi long que celui des trois duans. Selon mon expérience d'enseignante, il est plus facile de faire mémoriser une série d'exercices sur lesquels on va travailler longtemps que d'apprendre les premiers mouvements de la longue forme du Taiji.

Mes élèves sont d'accord sur ce constat. Pour eux, le Qi Gong est plus facile à apprendre et à retenir, il demande moins d'efforts. Et en tant que pratiquante, j'ai moi-même appris bien plus vite les Ba Duan Jin (8 trésors) que le shi san shi mais peut-être est-ce dû aux années de pratique de Taiji Quan qui m'avaient déjà dégrossie et inculqué les bases de la compréhension corporelle et psychique (?).

### Les effets

Ce sont surtout les effets du Qi Gong qui ont déclenché mes réflexions. Très rapidement, le Qi Gong m'est en effet apparu comme une discipline terriblement puissante.

*"Il faut être extrêmement bien enraciné et équilibré pour ne pas se laisser envahir et déstabiliser par des crises émotionnelles"*. Cet avertissement prémonitoire d'un maître de Qi Gong n'a pas manqué de me toucher de plein fouet. En effet, j'ai été "désarçonnée" par le Qi Gong dès les premières séances. Après trois jours de pratique, j'éprouvais systématiquement une grande fatigue générale, accompagnée de migraines et d'engorgement digestif, bref j'étais mûre pour 24 heures de lit.

Voilà, après neuf ans de Taiji, de quoi me poser des questions sur la puissance du Qi Gong ou sur mon propre niveau de pratiquante de Taiji. Lors de l'apprentissage du Taiji, je n'ai jamais éprouvé de telles sensations de malaise et d'inconfort. Mes débuts ont certes enlevé des blocages et mis l'accent sur des tensions corporelles, mais ils n'ont jamais provoqué ces états de "crise" caractéristiques et répétés.

A l'inverse, mes premiers pas en Qi Gong, bien que modestes et nécessairement imparfaits, ont suffi pour mettre l'accent sur la piètre régulation de mon Hsin (mental émotionnel) et sur mes faiblesses organiques. Sans même parler des sensations de montée et de circulation de l'énergie dans tout le corps que je n'avais jamais éprouvé avec tant d'intensité en pratiquant le Taiji...

Quant à mes élèves que je familiarise progressivement à quelques exercices de Qi Gong, ils ressentent également des grosses chaleurs et des tensions insupportables dans les épaules qu'ils n'ont jamais connues en pratiquant le Taiji Quan.

Pour conclure, le Qi Gong me semble bien plus simple d'approche et de pratique que le Taiji Quan tout en procurant des sensations et des effets beaucoup plus puissants. Cela n'enlève rien au plaisir que je ressens à pratiquer et à enseigner le Taiji Quan mais cela m'interroge diablement : le Qi Gong est-il réellement plus puissant ou suis-je si limitée dans ma pratique du Taiji que je n'ai pas su en déceler les effets qu'engendre le Qi Gong ?

Je suis encore en pleine recherche et je sens bien qu'il me faudra un jour explorer et entreprendre ce débat de façon précise, détaillée et élaborée. A suivre, en somme...

Françoise PONGY

## § REVUE DE PRESSE §

LA CHRONOBIOLOGIE CHINOISE  
G.FAUBERT/P.CREPON  
COLL ESPACES LIBRES  
ALBIN MICHEL

On lira avec beaucoup d'intérêt cet ouvrage écrit par G.FAUBERT et P.CREPON. Grâce à leur connaissance de l'énergétique chinoise ainsi qu'à leur expérience des arts martiaux orientaux, les auteurs ont su présenter de façon claire et abordable, l'art de vivre que représente la chronobiologie chinoise. Celle-ci se résume pour l'homme à s'adapter aux différents rythmes de l'univers.

A tout moment, nous sommes sous les influences de ces rythmes qui se confondent avec les manifestations de l'énergie: *Yin-Yang*, 4 saisons, 5 mouvements, 6 énergies...etc. La complexité du système est telle qu'à l'extrême, il devient un véritable casse-tête chinois!!!

Le respect de ces rythmes dans notre vie quotidienne influe sur notre santé et notre état psychique, améliorant notre relation avec ce qui entoure et avec nous-mêmes. Les pratiques, comme le *Tai Ji Quan*, la méditation, les arts martiaux traditionnels dans leur ensemble font partie intégrante de cet art de vivre. Un chapitre entier leur est d'ailleurs consacré et plus particulièrement au *Karaté-Do* (Il est vrai que le *Karaté* diffère en bien des points du *Tai Ji Quan*, mais nous n'ignorons pas que la source est la même...) c'est pour cela que le passage traitant du sens caché des *Katas* saura nous intéresser...

TAI JI QUAN  
ART MARTIAL ANCIEN  
DE LA FAMILLE CHEN  
T. DUFRESNE et J. NGUYEN  
BUDOSTORE

Retour aux sources avec cet ouvrage écrit par *Thomas DUFRESNE* et *Jacques NGUYEN, YANG LU CHAN* ne détiennent-ils pas son art de la famille *CHEN* !

Outre la partie concernant la théorie du *Tai Ji Quan*, nous trouverons une intéressante étude historique des origines du *Tai Ji Quan* ainsi qu'une présentation des principales figures de cet art. La fin de ce volume est consacrée à une histoire du monastère de *SHAOLIN*, berceau des arts martiaux.

REVUE TAO YIN  
Santé, Arts de vivre et tradition d'Asie

Comme le souligne son rédacteur en chef, il s'agit de « chinoiserie », avec l'humour qui le caractérise. Vous trouverez, entre autres, des rubriques sur le folklore, la philosophie, l'histoire, la pharmacopée, la cuisine, la culture, la tradition, l'art, la psychologie et les arts martiaux évidemment !

Alors courage, fouillez, chez votre libraire préféré, vous le trouverez certainement !  
Déjà trois numéros sont sortis...

Thierry LAMBERT.

ALLONS ENSEMBLE AUX USA!

Tournoi de tui shou "A Taste of China", 1998.

Je serai aux USA en juillet 1998 aussi ai-je décidé d'en profiter pour prendre part au plus important tournoi de tui shou américain qui a lieu chaque année en Virginie, la première semaine de juillet. Réflexion faite, je me suis plu à imaginer une équipe *ARAMIS* puis chemin faisant une équipe de l'Amicale. C'est cette dernière idée que je vous proposerai dans ces quelques lignes.

1) Pourquoi ce tournoi?

C'est tout simplement le plus important qui permet donc de rencontrer parmi les meilleurs pratiquants américains, tous styles confondus. De plus, comme c'est souvent le cas durant les compétitions, nombreuses sont les occasions de pousser avec des aficionados (spectateurs, professeurs, etc) hors champ. Occasions donc de partager, de découvrir.

Par ailleurs, cet événement est combiné avec des ateliers dirigés par des grands noms chinois du TJQ; autres découvertes.

2) Pourquoi le tui shou?

C'est un domaine où certains de nos membres ont brillé par le passé mais la visibilité internationale de notre style semble s'être évanouie depuis, y compris les élèves de *M. Wang* à Taiwan. Ne serait-ce pas une bonne occasion de remettre les choses en marche?

En outre, le tui shou est non seulement une vitrine importante pour une école mais il est également source d'enrichissement pour la pratique globale.

3) Pourquoi une compétition?

Parce qu'elle permet de se mettre à tous les niveaux en situation extrême et génère donc un questionnement implacable sur sa propre pratique, source de grands progrès.

4) Une équipe de l'Amicale, pour quoi faire?

Tout d'abord, l'extrême plaisir de vivre en groupe une passion, de réunir des gens autrement dispersés.



Consolider la présence et le dynamisme de l'Amicale.  
Cultiver ses richesses dans ce domaine.  
Permettre aux néophytes une expérience difficile avec un environnement plus sécurisant.  
Un perfectionnement général dont les bénéfices seraient plus aisément diffusés.

5)Quels types de participants?

J'en voyais deux:

- pratiquants expérimentés qui participeraient pour "la gagne".
- néophytes qui chercheraient une première expérience.

Monique Perron (Reims) m'a judicieusement suggéré un troisième type:des non compétiteurs qui souhaiteraient bénéficier de la préparation uniquement pour progresser dans le tui shou.

6)L'organisation

Si ce projet motive certains de nos membres,je suggère de mettre rapidement au point un programme d'entraînement sur l'année (un ou plusieurs coordinateurs en Fr.,Sui. ou Bel. serait nécessaire... des volontaires?).

Ce pourrait être un entraînement assuré d'abord au niveau de chaque association,dans la mesure du possible,relayé ensuite par des stages (inter)nationaux assurés par les plus expérimentés (nécessité de la séparation des sexes?).On pourrait aussi envisager 2 ou 3 stages exceptionnels sous la direction de Lauren Smith,par exemple,qui a déjà participé à ce tournoi(?).

7)Sponsoring de l'Amicale:

Je suggère la fourniture des maillots et l'inscription au tournoi.

8)Autres suggestions,avis,etc?

Si le projet motive certains d'entre vous,il faudrait très rapidement se mettre en branle pour l'entrainement.

9)Je devrais recevoir sous peu les règlements de la compétition (apparemment→pas fixe et pas mobiles restreints).

Toutes les personnes intéressées peuvent me contacter rapidement par fax 886 4 350 15 12 ou par e-mail :ser@S867.thu.edu.tw

Serge Dreyer.

## INFORMATION STAGES INTERNATIONAUX

### TAI CHI CALEDONIA du 22 au 29 mai 1998

Ce stage d'une semaine est organisé par le groupe de Bob Lowey. Il se déroule sur la côte ouest de l'Ecosse dans un Château très certainement hanté.

Les participants peuvent s'inscrire pour le week-end, du lundi au jeudi, ou pour l'ensemble du séjour.

Ce qui différencie ce séjour des Rencontres Jasnières, c'est que les intervenants sont tenus de faire un enseignement complet sur un sujet précis. C'est-à-dire, que durant tout le séjour, il y aura une continuité.

Nous sommes incapables de vous donner de plus amples informations pour l'instant en dehors de ces dates. Pour le moment, réservez votre séjour et attendez le prochain bulletin qui vous présentera les intervenants avec leur atelier, et les différents tarifs.

### TOURNOI DE TUISHOU AUX STATES début juillet 98

Les américains organisent un tournoi de Tuishou la semaine qui précède l'arrivée de Maître Wang à New-York.

Nous pensons qu'il serait intéressant que notre style soit présent à cette manifestation. Présent, et bien présent, ce qui signifie qu'une préparation sérieuse est nécessaire.

Lauren Smith a participé à ce tournoi et connaît bien le règlement. En dehors des préparations individuelles, il serait intéressant que l'Amicale organise un stage préparatoire en invitant Lauren Smith comme animateur. Il n'est pas interdit de penser que d'autres stages pourraient s'organiser avec d'autres animateurs.

Nous demandons que ce projet soit à l'ordre du jour de la prochaine Assemblée Générale de l'Amicale. En attendant cette date, bonne préparation.



DUTCH OPEN  
PUSH HANDS AND FORMCOMPETITION

TAIJIQUAN

Saturday November, 22nd 1997  
De Vechtsebanen  
Mississpidreef 151-161  
3565 CE UTRECHT  
030-2627878

The Dutch Taiji Foundation is organizing the Dutch open taijiquan competition for form and push-hands on the 22nd of November 1997.

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

- Form
- Push-hands
- Weapon form

The costs amount to Hfl. 40,- for one entered participation. Participation on each extra item will cost f 10,- each, with a maximum of 4 enterings. The costs for the public and for your own enthusiastic fans amount Hfl. 12,50.

We would like to receive your registrationform on November 1st, 1997 at the latest. After receiving your registration form we will send you the full rules for the competition on request. The rules of the 1996 Dutch open competition are still applicable.

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

As foreign competitor, we will enable you to pay the amount for participation in cash on the day itself.

We would like to inform you that the event begins at 8.30 hrs and that it is impossible for the organisation to let you participate in case you report later than at the latest 9.00 hrs with the tournament organizer.

If you desire further information on and reservations of accomodations in Utrecht you can contact the Tourist Information Utrecht on telephone number: 06-34034085. The complex of the Vechtsebanen can be reached by public transport from central station Utrecht by bus line 7.

We hope to see you on November 22nd at 'de Vechtsebanen' in Utrecht either as competitor or as a spectator.

Kind regards

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

Registrationform

Taijicompetition November 22nd, 1997

Stichting Taijiquan Nederland  
Postbus 13 264  
3507 LG UTRECHT

Begin: 8.30 hrs Open for audience from 10.00 hrs

Name: \_\_\_\_\_ M/F \*

Adress: \_\_\_\_\_

ZIP Code: \_\_\_\_\_ Place: \_\_\_\_\_

Age: \_\_\_\_\_

I practice taichi for \_\_\_ years. Style: \_\_\_\_\_ Teacher: \_\_\_\_\_

I register for:

Formcompetition

I practice the style : *Chen/Yang/Wu/Other* \*  
(One participation per category, seperate judgment per category)

Weapons form

I participate with the weapon: *stick/taichisword/broadsword/fan/*

*different nl.* \_\_\_\_\_ \*  
Multiple participations possible. Overall judgment for weapons category (one price).

Push hands competition *fixed step/moving step/both* \*

All categories

Weight: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Signature: \_\_\_\_\_

Send me yes/no \* rules for the competition (dutch version).

Costs are Hfl. 40,- for one entered participation. Each extra participation ad. f 10,-. Maximum of 4 participations.

(\* = strike which does not apply )

The tournament organizer and the Dutch Taiji Foundation are not liable for material or immaterial damages during or resulting from the tournament.