



# La Voie du changement

**SPÉCIAL BIOTAO**  
**la Voie de l'écologie  
& du changement**

**Nature  
& société**



**Quelle naissance  
pour quelle  
humanité ?**



**Aïkido  
& écologie**

**Le Tai Ji au lycée**



**matrix**



**Le Dernier  
N° de ce  
Siècle**

N° 13  
Oct/Nov  
Décembre  
1999



# EDITAO

## Changer de siècle, changer d'esprit

**L**e « pays des révolutions et des Droits de l'Homme » a semble-t-il perdu ces deux dernières décennies de son enthousiasme... sa foi, sa verve, son cœur... Tout au contraire, il a consolidé l'autre face extrême de son visage, le « pays de la loi » (« Fa Guo », c'est ainsi que les Chinois nomment phonétiquement la France), pour structurer une société obsédée par une idéologie sécuritaire, tendant dangereusement vers l'apologie d'une pensée étatique unique. Mais comme par hasard, deux ans avant l'an 2000, une équipe métissée de foot réinsufflé de nouvelles énergies qui nous fuyaient tant : l'espoir et l'esprit de victoire ! Et comme la nature a bien fait les choses, la dernière éclipse du siècle traverse la France.

Moment d'extériorisation pour la coupe du monde (Yang), moment d'intériorisation pour l'éclipse (Yin). Le changement serait-il programmé dans les cellules de la conscience collective française ? Pour « être », serions-nous contraints de cultiver notre conscience spirituelle comme le prédisait André Malraux ?

Devant ces questions, l'équipe de rédaction de Génération TAO a choisi de s'engager et d'accompagner le changement en vous proposant un nouvel espace social et fraternel : BioTao, la Voie de l'écologie. Pour nous, le XXI<sup>e</sup> siècle est spirituellement écologique, car il devient vital de retrouver en nous cette conscience et cette sensation d'appartenir à un tout. Je reprendrai cette observation d'un grand écologiste médiatique, Nicolas Hulot : « Malgré tous les progrès techniques, l'humanité souffre d'une pénurie de conscience ». C'est cette pénurie de conscience spirituelle et écologique que le souffle de BioTao se propose de combler.

Peut-être, fidèles lecteurs, serez-vous déconcertés par notre orientation rédactionnelle ? Agréablement surpris ou déçus ? Je vous renvoie ici à notre questionnaire à la page 77 pour nous communiquer votre opinion. En effet, nous avons besoin de votre œil critique et même de l'avis de votre entourage pour aider à l'évolution de BioTao. Ce retour d'informations représente des données précieuses pour notre travail.

Si des articles vous passionnent, vous interrogez, discutez-en avec vos amis, échangez-les... Et n'hésitez pas à parler du magazine (du site aussi), offrez-le, pour que le changement ne soit pas seulement un concept intellectuel et commercialisé, mais véritablement un mouvement en action. Sans votre participation, le TAO du changement ne peut se réaliser car les petits ruisseaux font de grandes rivières...

Bon passage à tous et à toutes  
Manikoth Vongmany, Rédacteur en Chef

# SOMMAIRE

e-mail newtao@club-internet.fr



## ACTUALITÉS BIOTAO & SOCIÉTÉ

Une rubrique qui ouvre un champ de réflexion sur les sujets critiques touchant notre quotidien très médiatisé. Pour débiter, un regard socio-historique sur la relation passionnée entre l'État français et les minorités religieuses. Ensuite un article traitant de la dimension révolutionnaire du film « Matrix ». Enfin, une présentation du Falun Gong, le mouvement pacifiste qui a secoué la Chine cet été. A vous d'en faire votre propre idée.

P. 28

## ETHNO TAO



A côté du roller et du foot, quelques ados ont découvert le Tai Ji au lycée grâce aux efforts d'un prof passionné : ils ont pu goûter à une autre saveur d'éducation.

Des chercheurs « gaulois » se réunissent chaque année dans une tribu pour améliorer et approfondir leurs connaissances ensemble. Un exemple de fraternité dans une société individualiste.

p. 58

## LES « TROIS » : AÏKIDO & PHILO

Trois rencontres eurent une influence considérable sur la vie et l'œuvre de Morihei Ueshiba, fondateur de l'Aïkido. Voici le premier volet. Un panorama sur les trois « grands enseignements » chinois considérés comme la troisième grande constellation religieuse.

p. 48



## BIO TAO INFOS TAO

Courrier  
Brèves  
Manif  
The Sifou in England  
Interview J. Chenal  
Tao's Folies  
Aïkido  
Les religions chinoises  
Vocation d'un chamane

p.3 à 34

p. 35  
p. 36, 75  
p. 38  
p. 40  
p. 42  
p. 46  
p. 48  
p. 50  
p 54

## ETHNO TAO

Tribu de chercheurs  
Le Tai Ji au lycée  
Wushu international  
A la conquête des Dan  
Points de vue  
Université TAO  
Questionnaire  
Anciens numéros  
Abonnement  
Carnet d'adresses

p. 58  
p. 64  
p. 70  
p. 71  
p. 74  
p. 76  
p.77  
p. 79  
p. 81  
p. 82

# GÉNÉRATION TAO

## VOUS PRÉSENTE

Quand André Malraux (1901-1976) déclara dans une émission de télévision : «Le 21ème siècle sera spirituel ou ne sera pas», savait-il que cette formule maintes fois répétée allait suspendre des millions de consciences humaines dans l'attente de cette date fatidique, l'an 2000, pour oser amorcer un brin de changement vers le spirituel ?

Certains soutiennent que l'écrivain français aurait repris cette formule d'un historien anglais, Arnold Toynbee (1889-1975). Mais qu'importe ! L'essentiel est que cette formule orale a eu des effets socio-psychologiques indéniables sur l'évolution de la société française, à l'image des techniques d'influence comme la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) ou l'hypnose...

Nous, l'équipe de rédaction, pour répondre à cet appel lancé dans les cellules de notre inconscient collectif, nous avons cherché à entendre, à écouter... Ah ! Quelle grâce ! L'écoute contemplative de la méditation nous a fait entendre la voix de notre Terre-mère... Oui elle est là, nous murmurant sa douleur, nous parlant de sa souffrance et de sa peur de nous voir dans ce si triste état. Elle qui nous bonheurise, nous mandarine, nous arrose de ces bienfaits... Et nous ! Nous la nucléarisons, la bombardons et la polluons au point de risquer la vie de notre propre descendance !!!

Alors le TAO nous est apparu comme une réponse, un possible pouvant redonner le goût d'une responsabilité écologique...

C'est pour retrouver cette relation écologique à l'environnement que nous avons choisi de vous transmettre un texte sans époque, le cri d'un taoïste d'âme, l'indien Elan noir nous rappelant à nous-mêmes...

La rédaction



# BIO TAO

## la Voie de l'écologie et du changement



*Tout ce que fait un indien,  
il le fait dans un cercle.*

*Il en est ainsi parce que le pouvoir de l'univers  
opère toujours en cercles et que toute chose  
tend à être ronde. Dans les temps anciens,  
lorsque nous étions un peuple heureux et fort,  
notre pouvoir nous venait du cercle sacré de la nation,  
et tant qu'il ne fut pas brisé, notre peuple a prospéré.*

*Tout ce que fait le Pouvoir de l'Univers se fait  
dans un cercle. Le cercle est rond et j'ai entendu  
dire que la Terre est ronde comme une balle et  
que toutes les étoiles le sont aussi.*

*Le vent, dans sa plus grande puissance,  
tourbillonne. Les oiseaux font leur nid en rond,  
car leur religion est la même que la nôtre.  
Le soleil s'élève et redescend dans un cercle.  
La lune fait de même, et ils sont ronds l'un et l'autre.  
Même les saisons, dans leur changement,  
forment un grand cercle et reviennent toujours  
où elles étaient. La vie d'un homme est un cercle  
d'enfance à enfance, et ainsi en est-il de toute chose  
où le Pouvoir se meut. Aussi nos tentes étaient rondes  
comme les nids des oiseaux et toujours disposées en cercle,  
le cercle de la nation, nid fait de nombreux nids  
où nous couvions nos enfants selon la volonté  
du Grand Esprit.*

*Élan Noir, indien sioux oglala*

- Le couple catalyseur du changement p. 4
- Quelle naissance pour quelle humanité ? p. 7
- Les élixirs floraux p. 13
- Le goût de l'éveil p. 20
- Nature et société p. 24

# LE COUPLE

catalyseur du changement

Il existe dans  
l'univers du  
quotidien une  
voie que trop  
peu de couples  
expérimentent :

## LA VOIE

de la transformation à deux

Quand un couple se forme, il y a rencontre de deux individus différents. Chacun a une personnalité (un ego si on veut être plus précis) qui est la résultante de la mémoire de vécus différents.

Quand ces deux personnes se côtoient, il y a confrontation de 2 deux structures mentales, de 2 histoires différentes. Ces 2 personnalités ont chacune des blocages énergétiques, corporels et psychologiques différents et ceux-ci sont généralement très perturbateurs dans la vie relationnelle.

Face à ces barrières, le couple passe généralement à travers 3 phases :

- La phase de séduction
- La phase de révélation
- La phase de transformation ou de régression. C'est dans cette dernière, la plus critique, que se joue l'avenir du couple et que peut intervenir ou non le "changement".

### La phase de séduction

C'est la phase initiale, où se manifeste l'enthousiasme du début de cycle dont parle le Yi Jing, le Livre des Mutations. C'est le moment où les 2 amants font généralement des efforts personnels pour cacher leurs défauts et montrent les aspects les plus avantageux d'eux-mêmes. Pour séduire, ils se montrent plus tolérants et plus patients vis à vis des défauts du partenaire.

Le désir sexuel est puissant. Il peut entre autres donner force à la puissance imaginative, il peut même faire ressentir les défauts du partenaire comme des qualités. C'est la phase de cristallisation dont parle la carte du tendre du 17ème siècle.

### La phase de révélation

L'idée du couple est acquise (par exemple par une vie commune), la relation paraît " en sécurité ". De ce fait les protagonistes ont moins peur de faire apparaître leurs défauts sachant que la relation est fidélisée. De plus avec la vie commune, ils s'aperçoivent assez rapidement ce qu'il y a derrière le masque de l'autre, ses faiblesses bien cachées, d'autant que les relations sexuelles rendent les ressentis plus forts (on ressent l'autre de l'intérieur).

C'est dans cette phase que généralement apparaissent les notions de rapport de force, l'un dominant l'autre. La plupart du temps il est reproduit dans le rapport avec l'autre, le schéma familial avec toutes ses lacunes.

### La phase de transformation ou de régression

Les 2 conjoints se connaissent et leurs attitudes de blocage et tous leurs défauts sont mis à nu. Il n'y a plus d'échappatoires et de faux-semblants possibles. Soit les conjoints tolèrent chacun leurs défauts, ils s'acceptent tels qu'il sont mais ils ne se transforment pas. C'est le couple pépère. Soit ils n'acceptent plus ou ne supportent plus les défauts ou les blocages de l'autre. Il y a alors 3 possibilités :

#### 1 Le repliement sur soi-même :

Chaque conjoint vit dans un tube isolé de l'autre. C'est le royaume du non-dit, de la communication louvoyante. Les relations sexuelles deviennent "hygiéniques". Généralement il y a accumulation de rancœurs et aigrissement.

Une somme colossale d'énergies négatives s'accumule dans le corps et les organes pouvant causer de grands dégâts et de maladies.

Le couple peut perdurer malgré tout comme une vieille roue à plat, du fait de la pression sociale ou de contingences matérielles. Il se peut aussi qu'après des années il se sépare par lassitude.

#### 2 La révolte :

Les conjoints se révoltent l'un contre l'autre. Généralement l'effet miroir et les "parties de ping pong" jouent à plein. On ne supporte plus chez l'autre ce qui n'a pas été résolu à l'intérieur de soi-même et on lui en fait le reproche.

De plus un excès de Yin entraîne un excès de Yang et vice versa. La faiblesse d'un conjoint dans un domaine amène à révéler l'excès de force de l'autre conjoint dans le même domaine. Par exemple une trop grande passivité attire un autoritarisme exacerbé, un trop grand ordre de type maniaque attire les tendances du laisser aller, etc.)

Ce genre de relation est conflictuel. Elle entraîne dispute, rejet sur l'autre de toutes les fautes et l'absence totale de communication constructive. Elle se solde dans la majorité des cas par une séparation. Il est à noter que cette séparation amène souvent, par la souffrance qu'elle cause, une prise de conscience chez les protagonistes. Malgré tout, elle est vecteur de remise en cause et de transformation. Mais pour aboutir à ce changement de vue et d'attitude, que de cendres et de destruction !

#### 3 La transformation :

Il y a une autre voie possible que trop peu de couples expérimentent, c'est la voie de la transformation à deux. Les conjoints face à une impasse relationnelle, réalisent que pour trouver une solution réelle, ils sont contraints de regarder à l'intérieur d'eux-mêmes pour affronter et transformer leurs "démons intérieurs", à savoir tous leurs blocages non résolus, leur névrose, leurs émotions non exprimées. Ils ne cherchent plus le salut dans l'attente du changement exclusif et miraculeux de l'autre conjoint.

**Dans la majorité des cas, c'est la femme grâce à son côté Yin introspectif qui est la pionnière dans le couple.**



## Le couple catalyseur du changement

Se remettant en cause plus facilement, elle ose parler de ses faiblesses et ira plus volontiers chercher l'appui et l'aide d'une tierce personne. Il n'est qu'à voir la fréquentation des stages de développement personnel pour constater qu'elle est en majorité féminine. Sous cette impulsion, le faux équilibre du couple qui prévalait est mis à mal. Et si celui-ci veut perdurer, l'homme doit aussi se remettre en cause, sinon il se creuse rapidement un fossé entre les 2 conjoints et le risque d'éclatement est grand.

Si la volonté de se transformer est présente de part et d'autre, alors le travail de transformation par le couple peut se faire et c'est une démarche très profonde et riche. L'autre est vu comme une aide et non plus comme un ennemi, chacun ose se découvrir et se confier car il sait qu'il ne sera pas jugé. Le couple part sur des bases nouvelles et les conjoints sont alors souvent étonnés, car l'autre est vu comme quelqu'un de nouveau, voire d'inconnu et les liens s'en trouvent dynamisés.

### Le couple Taoïste

Dans le cas d'un couple Taoïste, les différents processus décrits sont identiques mais en plus ils sont généralement accélérés.

En effet une relation sexuelle profonde de type Taoïste élève sensiblement le niveau d'énergie du corps et de tous les organes, ce qui a pour effet de faire ressortir très rapidement les émotions négatives contenues à l'intérieur :

- La peur dans les reins.
- La colère, la jalousie, la culpabilité et les frustrations dans le foi.
- La haine, la cruauté et la violence dans le cœur.
- Les soucis et les sentiments de limitation de soi dans la rate / pancréas.
- La tristesse et la dépression dans les poumons.



Par exemple, il n'est pas rare, après des rapports très profonds, d'avoir des crises de larmes ou des colères très intenses. Comme on peut s'en douter toutes ces tendances peuvent rapidement empoisonner une relation.

Il est illusoire de croire qu'un couple basé uniquement sur une relation sexuelle profonde de type Taoïste (ou de type Tantrique) puisse éviter de passer à travers tous les écueils traditionnels mentionnés plus haut. Ce serait même plutôt le contraire pour les raisons précitées. Un travail sur l'émotionnel est absolument nécessaire voire souvent une aide extérieure par une thérapie appropriée.

Par contre si le couple s'engage dans la démarche de transformation à 2, le Tao lui offre une série d'outils qui associés à une communication sincère et ouverte peut grandement l'aider :

- Les pratiques de sourire intérieur et de son de la guérison sur les organes pour commencer à libérer ceux ci de leurs énergies négatives.
- Pour les adeptes plus avancés, les pratiques de fusion des 5 éléments et la méditation de Kan et Li (méditation de

- l'eau et du feu) qui transmutent les émotions négatives en énergie pure.
- Les massages des organes internes associés à l'énergie (Chi Nei Tsang) qui permet très efficacement de libérer des tensions émotionnelles contenues dans le corps et ses organes.
- L'acupuncture et les moxas qui libèrent et équilibrent des énergies stagnantes dans le corps.
- Le transfert conscient d'énergie d'un partenaire sur l'autre pour faire émerger des émotions enfouies et les faire exprimer ce qui en soit est un véritable travail thérapeutique.

Les possibilités sont très vastes et peuvent transformer la vie des conjoints en profondeur. Quelle plus grande preuve d'un amour que de se découvrir complètement devant l'autre sans peur et quel plus grand plaisir que de voir l'autre se transformer et s'épanouir ?

C'est un changement radical, profond, basé sur du long terme. Mais il nécessite un rapport de confiance absolu et d'amour véritable que bien peu savent s'octroyer. Mais c'est à cette condition seule que l'on peut devenir par le couple les enfants du TAO.

**M.F.**

# Quelle NAISSANCE pour quelle HUMANITÉ ?

Nos recherches sur le souffle nous ont amené à nous poser cette question :  
La Quête de l'immortalité taoïste et de l'éveil des bouddhistes passe-t-elle nécessairement par l'accomplissement de ce cycle alchimique que l'énergétique chinoise a nommé la respiration embryonnaire ?

**T**out d'abord nous pensons que cette « respiration » n'est pas à créer, mais plutôt à retrouver avec suffisamment de « confiance en soi » pour qu'ils nous soit possible d'explorer notre mémoire fœtale.

Ce souvenir cellulaire, laissé là et oublié le jour de notre naissance, attend d'être réactualisé par notre conscience pour se restaurer. Lorsque que nous choisissons d'entreprendre cette voie, l'éclairage par le feu d'observance va peu à peu "conscientiser" cette mémoire refoulée. L'énergie ainsi libérée va se déployer et restaurer sur son passage notre circulation énergétique autonome et indépendante de la respiration pulmonaire.

Le chemin, la voie pour retrouver ce trésor reste la mémoire de sa propre naissance.

André MALRAUX a dit : "le 21<sup>e</sup> Siècle sera spirituel ou il ne sera pas".

A l'aube de ce XXI<sup>e</sup> siècle, sans doute est-il bon de s'interroger, de nouveau, sur le commencement de la vie d'un être humain, sa naissance.

Le petit de l'homme vient "au Monde", tous "sens" en éveil, à la découverte de son environnement immédiat. Il rencontre alors pour « sa première fois », la réalité du dehors.

Or quel accueil lui faisons nous ?

Dans quel environnement arrive-t-il ?

Quel est son premier contact ?

Quel sont ses premières impressions du monde, de la Société dans laquelle il va être amené à évoluer ?

À ce sujet quels ont été les nôtres et pourquoi ne nous en souvenons-nous pas ?

## Un Peuple qui perd le sens de la naissance perd le sens de son humanité

Qu'avons-nous gardé de cette empreinte? Quelle est son influence sur nos choix de vie? Dans quelle mesure cette venue au monde ne déterminerait -elle pas toute relation à nos proches et à la société?...

Dans notre culture occidentale le terme de « naissance » désigne précisément et seulement le moment ou le nouveau-né nous apparaît dans sa toute première respiration pulmonaire, marquant ainsi la dernière phase du cycle évolutif de l'espèce humaine.

Il nous semble important de considérer l'évolution humaine comme étant perpétuellement en mouvement, et d'intégrer, en plus de l'idée d'une évolution-gestation Darwinienne, qu'il existe en nous une sorte de programmation, une mémoire de notre devenir, se libérant imperceptiblement, jour après jour, pour préparer le prochain stade de l'évolution de l'homo sapiens sapiens que nous sommes aujourd'hui. Peut-être est-il déjà en train de se présenter et de frapper à la porte de notre âme.

### Le bouddhisme conçoit la naissance en plusieurs étapes :

- période de la conception
- période du développement
- période de la vie intra utérine dite océanique
- l'apparition, (naissance dans le concept occidental).

Nous pouvons penser que chez les bouddhistes, la souffrance due à la naissance (la sortie), est certainement passée inaperçue en raison des traductions et interprétations, car l'idée de la souffrance issue de la naissance est généralisée dans le concept général de la "souffrance" (Dukkha) de la vie.

La naissance, souvent négligée et reléguée à la simple idée de renaissance, fut néanmoins l'objet de d'observations et de commentaires qu'il suffit de savoir repérer comme dans cet extrait du

*Maha pari nirvana sutra :*

*Les êtres du monde ont les idées à l'envers et l'esprit retourné. Ils s'attachent aux marques de la naissance et éprouvent de l'aversion pour la vieillesse et la mort. Les bodhisattva n'agissent pas ainsi, dès qu'ils contemplent les premiers moment de la naissance, ils y voient les défauts et les peines.*

Pour nous, cette empreinte peut se décoder par la mémoire karmique, ou par un bilan énergétique chinois de notre patrimoine ancestral. Les taoïstes ont, quant à eux, pris en compte le moment même de la conception dans l'influence déterminante de notre patrimoine (petit dessin du tao curatif) et considèrent que le fœtus se développe à partir de l'union harmonieuse du sang de la mère et de l'essence du père (le jing) pour donner naissance à l'esprit et la force de vie individuels du futur enfant (le Shen). Cette empreinte peut aussi se décoder par une lecture psycho-énergétique plus occidentale comme : le désir des

parents d'avoir un enfant ou non, de préférer un garçon ou bien une fille, de la projection de ses parents — voire de tout l'arbre généalogique — sur le nouveau né, etc.

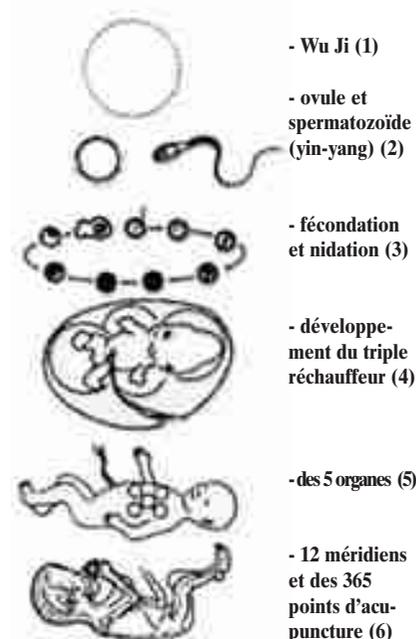
Cette dernière lecture psycho-énergétique est trop souvent oubliée par les pratiquants alors qu'elle nous apporte une interprétation plus proche de notre éducation. Elle peut donc nous aider à trouver un sens nouveau et redonner une interprétation moins exotique, plus enracinée dans notre culture, de cette formidable connaissance traditionnelle Bouddhiste et Taoïste.

Cette mémoire a été définie en occident comme le fameux « traumatisme de naissance » par Otto RANK (psychiatre dissident du courant de S. FREUD), auquel nous préférons le terme de « déterminisme de naissance ».

### Le chercheur désireux de se connaître (naître avec), se trouvera obligatoirement devant le fait de franchir ou non ce passage (un pas sage).

Toutefois, s'il décide de faire ce pas, l'apprenti-chercheur doit savoir que par cet acte il s'engage à retraverser toute la mémoire de sa naissance contenue dans sa chair, sous forme d'empreintes inscrites dans ses tissus, ses os, ses muscles, ses fascias ou bien maintenue, retenue dans un organe malade. Ces revécus ne sont pas seulement symboliques, mais bel et bien une expérience corporelle, émotionnelle, spirituelle et transpersonnelle, réactivant et réactualisant les énergies refoulées. Plusieurs passages successifs, marqués impérativement par des actes, seront alors nécessaires pour fluidifier et

### Les étapes de la conception à l'apparition, selon les anciens taoïstes



## Un Peuple qui perd le sens de la naissance perd le sens de son humanité

libérer l'énergie stagnante, (le Qi) et transformer ce traumatisme en déterminisme de naissance et ainsi pouvoir orienter sa vie dans le sens désiré...

Dans notre recherche initiatique, nous nous sommes donc intéressés, en plus des techniques taoïstes et bouddhistes, aux techniques occidentales ayant pris en compte l'influence de l'environnement autour de la naissance et de son rôle certain dans le développement de la conscience humaine.

- Dans le domaine de la naissance, c'est F. LAMAZE, qui en 1953 fut le précurseur de la psycho-prophylaxie obstétricale, connue plus communément sous le terme "d'accouchement sans douleur". Cette "méthode" resta marginale et a même disparu du sol français.

- Ce courant évolua vers la notion d'espace psychoprophylactique, grâce à E. GALACTEROS, obstétricien, et spécialiste en psychologie et communication.

- Puis, ce fut le phénomène F. LEBOYER, avec la naissance sans violence. A son retour des Indes, il fit part en tant que médecin, de son expérience dans une autre culture, expérience qui faisait écho à Otto RANK. La naissance sans violence diminue le traumatisme de la naissance par l'accueil donné à l'enfant, par une préparation de la mère sur des principes reposant sur des bases de yoga ainsi que l'utilisation des sons.

La possibilité pour la mère de répondre à la position d'accouchement idéale selon l'écoute de son instinct.

Leboyer nous permit de prendre davantage en considération les besoins du nouveau-né à la naissance et de le respecter comme une personne à part entière.

Il n'est plus à prouver aujourd'hui scientifiquement avec l'échographie, que l'enfant vit émotionnellement dans

le ventre de sa mère, qu'il entend, qu'il sent, qu'il perçoit l'environnement extérieur.

- F. DOLTO invitait naturellement les mères mais aussi les pères, à parler à leur enfant in utero, et à la naissance, comme à une personne à part entière.

- F. VELDMAN, avec l'haptonomie, est venu nous enseigner la science de l'affectivité, l'importance du toucher comme confirmation affective du tout petit, retour aux sources du potentiel humain en matière de communication. Tout ces « Éveilleurs » ont permis la percée de nouvelles techniques initiatiques et psychothérapeutiques, toutes réunies dans le courant de la psychologie transpersonnelle et

passé presque inaperçu dans l'œuvre exploratrice de l'inconscient de S. FREUD, W. REICH et de C. G. JUNG.

Aujourd'hui, par l'observation de l'équilibre de nos postures et de la fluidité de nos mouvements, un bon pratiquant du Taiji — ou des mains affinées à une écoute subtile comme celle d'un ostéopathe, d'un fasciathérapeute, d'un énergéticien — peuvent lire, révéler et dénouer les traces de cette mémoire enfouie dans nos tissus, principalement dans le déroulement de la spirale des fascias, rétablissant ainsi la fluidité et l'harmonie de l'énergie dans nos méridiens.



de la psychologie systémique. Citons : La respiration holotropique de Stanislav GROF, le rebirthing redécouvert par Léonard ORR et le mouvement régénérateur de Itsuo TSUDA.

Ces techniques ont la particularité de prendre en considération ce moment important que représente sa propre naissance dans le déroulement de notre vie. L'importance de cet événement est

### Quelle naissance aujourd'hui pour quelle société demain ?

Dans l'histoire du monde et des cultures, le nouveau-né s'éveillait dans son contexte familial et culturel, aidé d'une matrone et à domicile. Il voyait le jour dans "un monde" entouré de ceux qui l'avaient conçu, dans ce qui allait devenir "son univers", lieu de sa formation d'être humain.



## Un Peuple qui perd le sens de la naissance perd le sens de son humanité

De nos jours, dans nos sociétés, la Naissance et la Mort, phénomènes humains, ont lieu dans des institutions spécialisées... La responsabilité individuelle en matière d'humanité est déplacée vers la responsabilité collective, sociale, institutionnelle. Bien sûr, on nous parle de "progrès scientifique" de "sécurité". Mais de quel progrès nos sociétés pourraient-elles s'enrichir si ce n'est en matière d'humanité ?

Depuis le début de ce siècle, l'information, les médias, véhiculent l'idée que la naissance est un risque, un événement médical avant d'être affectif et humain. En conséquence, les naissances ont lieu pour la plupart dans un cadre médical, institutionnel. Il est vrai que certaines naissances nécessitent l'intervention du médecin.

Mais en généralisant ce risque, nous adoptons une politique de peur à partir d'une minorité, et nous nous empêchons un autre possible, comme la création de « maisons de naissance », lieux de vie qui offriraient aux femmes dans l'attente d'être mères tout le confort, l'intimité et la sécurité médicale en cas de nécessité que notre société contemporaine se doit de leur apporter. La grossesse et l'accouchement ne sont pas une maladie. Le progrès médical a permis la diminution de la mortalité maternelle et infantile, de répondre aux exigences du dépistage, de la prévention, et le cas échéant à la résolution de la pathologie. Mais l'existence de la pathologie justifie-t-elle à elle seule de maintenir la médicalisation systématique de la naissance ?

### Le cadre médical institutionnel

Beaucoup de maternités hospitalières ressemblent à des usines à naître. Les femmes qui y viennent mettre au monde leur enfant ne connaissent forcément les sages-femmes qui les

accompagneront au moment de l'accouchement. Le médecin et la sage femme qui les a suivi ne sont pas forcément là ce jour-là. La relation de confiance intime avec l'entourage, indispensable pour favoriser une naissance dans les meilleures conditions, a disparu.

Or quand une femme arrive pour accoucher, l'accueil n'est pas toujours chaleureux. On la place dans un lit ou sur une table, avec un monitoring, allongée, en situation de passivité. Elle est souvent perfusée, prise en charge techniquement, médicalement.

- Après une péridurale, la mère est anesthésiée du milieu du dos jusqu'aux pieds, lui ôtant toute participation consciente et active. Et ce n'est pas seulement la mère qui est anesthésiée mais également son enfant.

La prescription de ce produit pendant les naissances, détruit-il le lien sacré qui unit la mère et son enfant ? Cet acte médicalisé et droguant s'immisce-t-il pour dérober l'intimité amoureuse de ce rite de passage que devrait être une naissance ?

Or c'est bien de cela dont il s'agit dans une naissance. Accueillir la Vie. Le Nouveau-Né qui mérite égard, respect et amour est séparé de sa mère à peine né, pesé, désinfecté, aspiré, emmaillotté ou mis en couveuse, puis en pouponnière. L'aspect affectif de la naissance est relégué au secondaire au nom de la Sacro-Sainte efficacité institutionnelle.

La naissance s'est désacralisée, banalisée, et à force de ne vouloir prendre aucun risque, on aboutit au paradoxe d'être incapable d'accueillir la vie.

Nous sommes en droit de nous demander quelles sont les conséquences "psycho-sociopathologiques" réelles qu'entraînent ces naissances assistées par péridurale. Quelles seront les traces de cette coupure dans les relations futures ?

Existe-t-il un lien entre la prise de drogue de notre jeunesse et les « naissances assistées par péridurale » ? Connaissant aujourd'hui les besoins du nouveau né, l'interaction des empreintes sensorielles et affectives de la naissance sur son devenir psycho-énergétique, nous ne pouvons plus cautionner ce type de pratique.

**« Les hommes de demain qui bâtiront notre future société sont ceux-là mêmes qui naissent aujourd'hui dans ces maternités ».**

### Posons nous ces questions :

Quel type d'être humain contribuons-nous à mettre au monde dans des conditions si éloignées de l'affectivité ? Pourquoi les parents seraient-ils plus à l'écoute de leur bébé, puis de leur enfant, quand ils assistent dès sa naissance à cet irrespect total de sa sensibilité, qui plus est par des professionnels détenant un certain pouvoir ?

Le pouvoir médical, institutionnel, fait écho au pouvoir religieux ou politique. Il s'agit toujours de s'en remettre à une autorité supposée savoir.

**La médicalisation systématique de l'accouchement a dépossédé les femmes de ce savoir intuitif.**

La Naissance appartient aux Mystères en rapport avec la face invisible de la Création. Ce mystère apparaît comme un rite initiatique ou rite de passage. Ce patrimoine qui peuple notre histoire et notre mythologie, et représente le pouvoir initiatique réel et symbolique



Imanou & Pol

de la naissance, risque de se retrouver dénaturé et peut-être même bafoué pour les générations futures...

Or, depuis que le monde est monde, les femmes faisaient naître jusqu'à nos jours leurs enfants avec ou sans médecins, mais presque toujours avec une autre femme, une aïeule, une matrone, ou une sage-femme. Solidarité féminine et entraide permettent un climat plus propice à la naissance d'un enfant. Naissance et Société sont étroitement liées; le type de naissance pratiqué dans différentes civilisations a toujours été le miroir du monde social. Aujourd'hui, nos naissances systématiquement assistées par un corps médical envahissant deviennent à leur tour le miroir de la tendance de notre société.

C'est pour cela que la femme porte en elle la responsabilité de l'émergence de cette conscience du déterminisme d'une façon de naître et d'une façon de vivre. Il est de la responsabilité des femmes de se réapproprier le sens à donner à ce moment béni des dieux où les femmes ne parlent pas de dieu (les mystères) mais parlent avec dieu...

Pour cela, elle doit se libérer du joug du pouvoir médical sur ce domaine qui lui appartient par droit divin puisque née femme, elle enfantera. Mais pour cela, il faudra aussi qu'elle se réveille pour écarter la mainmise de l'autorité paternelle sur ce rituel initiatique faisant partie du mystère féminin que l'homme-médecin semble ne pas supporter de voir lui échapper.

Quand la Science est séparée d'une éthique respectant l'humain, on sait qu'elle est capable du pire.

Sans doute, le plus grand mal de notre société est-il la difficulté à communiquer, à s'ouvrir à notre réalité sensible et spirituelle, tous englués que nous sommes dans la matérialité.

L'accueil du bébé passe par l'ouverture du cœur, par l'émergence d'un concept de réalité faisant appel au meilleur de chacun.

## Nous devons changer le visage de la Naissance, car c'est de la Naissance d'une Société qu'il s'agit.

Et nous terminerons aujourd'hui en laissant les lecteurs réfléchir sur cette phrase :

### Un Peuple qui perd le sens de la naissance perd le sens de son humanité.

En France aujourd'hui, M. ODENT s'est expatrié et a été accueilli en Angleterre, F. LEBOYER s'est retiré en Inde. Par contre, l'Haptonomie a réussi son implantation dans les maternités françaises. B. MONTAUD, auteur du "Testament de l'Ange" et témoin des derniers jours de Gitta MALLAZ (auteur de "Dialogue avec l'ange"), anime des stages de préparation à une autre naissance et développe un concept de N.B.E. (Near Birth Experience), expérience proche de la naissance à l'image du travail autour de l'accompagnement des mourants, la Near Death Experience, "expérience proche de la mort" où la dimension sacrée de l'esprit est intégrée aux rites de passages.

### I.R. & P.C.

#### Bibliographie :

- **Pour une naissance sans violence**, de Frédéric Leboyer, Edition du Seuil.
- **L'accompagnement de la naissance**, de Bernard Montaud, Edition Edit'as.
- **L'haptonomie**, de Frans Veldman, Edition PUF.
- **Le Cri primal**, d'Arthur Janov, Edition du Rocher
- **le Jeu cosmique ; la Respiration holotropique**, de Stanislav Grof, Edition du Rocher.
- **Le Rebirthing**, de Léonard Orr, Edition Guy St Jean.
- **L'école de la respiration**, de Itsuo Tsuda, Edition Courrier du livre.





# Un nouveau concept de vêtement

Pantalon 100% coton à porter en ville, pendant les loisirs ou à l'entraînement, assure un confort exceptionnel dans tous les mouvements liés à la pratique des arts martiaux. Ce pantalon élégant et raffiné porte des idéogrammes chinois «Tai Ji Quan» brodés sur le devant de la poche. Label fabriqué en France.

T-shirt 120 F	
taille	& couleur
XL	noir-vert
L	noir-vert
M	noir-vert
S	noir-vert
XS	noir-vert



• T-shirt : dessin réalisé par l'artiste Claudia Carvalbo

DÔ CRÉATION

Pantalon 285 F		
taille	stature	+ ourlet
XL	1,85	1,89
L	1,80	1,84
M	1,76	1,80
S	1,64	1,68

Qté pantalon	Taille	Prix
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

Qté T-shirt	Taille	Couleur	Prix
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

Frais de port : 35 F

Livraison : 4 jours pour la France

**Total prix**

- en cas de rupture de stock, 3 semaines de délai
- T-shirt manche longue XL noir : marque *Hayn's heepy*
- autre taille et couleur : marque *Point rouge*

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : ..... Fax : .....

Pays : .....

Toute commande doit être accompagnée du règlement à l'ordre de :  
**DÔ CRÉATION 3, rue Montholon 75009 Paris. Tél. 01.45.23.02.27**

Par Dominique LE BOURGEOIS-HODGSON, thérapeute

# LES ÉLIXIRS FLORAUX



Dans diverses traditions, l'énergie vibratoire des fleurs est une formidable substance naturelle (et spirituelle !) qui favorise l'harmonisation de nos pensées et nos émotions.



## LES ELIXIRS FLORAUX

**P**eut être votre attention a-t-elle été attirée à la vue d'un petit flacon avec le mot «rescue» inscrit dessus ? Quelqu'un l'avait sorti de sa poche pour vous inciter à en prendre quelques gouttes sous la langue ou diluées dans un verre d'eau. Chose curieuse, le goût avait la saveur de l'alcool ... celui que l'on sert avec le café ou après un bon repas.

Ce geste proposé faisait suite à un contre temps où vous vous étiez senti un peu secoué par de mauvaises nouvelles ou même par un impondérable au volant de votre voiture, vous laissant tout chaviré ! C'est alors que votre compagnon de route vous a sorti son flacon. Vous avez peut être refusé, ne sachant pas ce qu'il contenait et cela vous a paru suspect. Ou bien vous avez accepté sous le couvert que puisque c'était naturel ce devait être par conséquent inoffensif. De plus vous ne pouviez pas refuser à cette personne de «bonne volonté».

Déjà dans les réactions décrites à la prise ou non de ce flacon il ressort plusieurs fleurs possibles : la personne méfiante, craintive de ce qu'elle ne connaît pas correspond à MIMULUS. - Si c'est de l'appréhension sur l'origi-

ne et les résultats que la prise de ce produit pourraient alors avoir, nous trouvons ASPEN (tremble).

- Si vous aviez refusé avec colère craignant d'être empoisonné ou de suspecter les bonnes intentions de la personne, vous auriez sans doute besoin de HOLLY.

- Enfin si cette colère n'est que l'expression d'un scepticisme, cela indiquera plutôt BEECH (hêtre).

### Ces fleurs s'adressent donc à l'attitude mentale, à la réaction émotionnelle face à un événement, une maladie.

Dans le cas présent la prise de gouttes avait été acceptée de peur d'offenser la personne, n'osant pas dire «non». Le choix se porte sur AGRIMONY (aigremoine).

Quelles sont donc ces fleurs nommées également élixirs floraux, essences de fleurs (ce terme prête à confusion avec les huiles essentielles qu'elles ne sont pas) ? Les plus connues sont les fleurs de Bach mais il y en a d'autres dont on parlera plus loin.

On peut les décrire comme des infusions de fleurs au soleil ou à l'ébullition (quoique certaines ne soient pas produites de cette façon). Cette sorte de préparation véhicule l'énergie vibratoire des fleurs et se rapproche ainsi de l'homéopathie. Mais leur action s'adresse plus particulièrement à nos émotions, nos attitudes d'esprit, nos tendances de caractère. La prise des fleurs rétablit l'harmonie de nos humeurs et de nos pensées.

### D'où nous viennent-elles ?

L'origine de l'utilisation des fleurs, qu'elles soient immergées dans l'eau et exposées au soleil ou non, remonte à la nuit des temps. Que ce soit pour guérir, accompagner des rituels de cérémonies ou certains gestes de la vie quotidienne. Aujourd'hui, nous perpétuons cette tradition parfois sans nous en rendre compte. N'envoie-t-on pas à la maîtresse de maison un bouquet de fleurs pour la remercier de son hospitalité ? Le bouquet de la mariée envoyé dans les airs et qui l'attrape se marie dans l'année. A Hawaï, à la descente d'avion, les voyageurs sont accueillis avec une guirlande de fleurs. Pensons aussi à l'expression : "dites le avec des fleurs".

Toutes les civilisations et cultures au

travers du temps comme par exemple les Egyptiens, les Minoens de Crète, les peuplades du Pacifique et de l'Océanie, en particulier les aborigènes d'Australie, sans oublier l'Inde, ont toujours cru qu'une énergie vitale, une étincelle de vie était enfouie dans chaque espèce qui participe à la Nature.

Les Sages ou Shamans de ces pays soulignèrent l'importance de la profonde interaction entre le corps, l'esprit et l'âme. Que cette force de vie en abondance dans la Nature qui circule en toute chose, apporte avec elle une signification, on pourrait dire une symbolique de santé et de bonheur. La façon d'atteindre cette harmonie intérieure, affirmaient-ils, était de respecter la Nature à travers toutes les myriades de sa manifestation.

En Inde, un système de médecine vieux de plus de cinq mille ans du nom de AYURVEDA (science de la vie) est encore appliqué de nos jours. Dans ce système, les fleurs avaient une signification spirituelle comme le Lotus en particulier. Celui-ci continue d'être utilisé dans les cérémonies de guérison Ayur-Védique. Les pétales, selon la Tradition, sont éparpillés sur la surface de l'eau remplissant des coupes ; celles-ci sont bues et les fleurs sont prises pour oindre certaines parties du corps de la personne nécessitant des soins.

Pour les Egyptiens, le Lotus est le premier témoignage de l'apparition de la vie sur terre. Il est dit qu'au milieu de des pétales du lotus se déployant un par un, sortit de son centre le Dieu suprême représentant le domaine de l'intellect, se révélant ainsi aux Hommes.

En Australie, les aborigènes préparent encore aujourd'hui l'arrivée d'un enfant avant l'accouchement de la

mère ; en creusant un trou dans la terre, ils le garnissent de fleurs de BOAB sur lequel la mère va mettre l'enfant au monde.

**L'élixir de fleurs de BOAB préparé par le producteur des élixirs floraux du Bush australien est utilisé pour se libérer des schémas émotionnels et mentaux familiaux qui se transmettent de génération en génération.**

Un peu plus près de chez nous, en Russie, existe une tradition de guérison par les fleurs pratiquée par les shamans du Caucase, dans une région appelée Koldum. La plus grande partie des fleurs qui poussent là sont uniques à cette région. Utilisées en essence ou en teinture mère, il est dit que même le terrible Genghis Khan en provenance de Mongolie, les prescrivit à ses hommes pour leur donner des forces.

Dans notre tradition, il faut remonter au début du moyen âge, à Hildegarde de Bingen, bénédictine du XIIème siècle, visionnaire et mystique. Elle nous émerveille par l'originalité de ses écrits en particulier «DE ARBORIS» où elle décrit les propriétés de plus de deux cents plantes dont l'Arnica. C'est elle qui mentionne pour la première fois les propriétés de la Rosée (eau récoltée sur des grands linges fins étendus dans les champs au petit matin), apportant une perception nouvelle de la conception énergétique des plantes. Cette rosée était conservée



**Il existe 38 remèdes dans les fleurs de Bach dont le fameux "rescue" conseillé en cas de choc émotionnel, en attendant les soins nécessaires**



## LES ELIXIRS FLORAUX



L'auteur (à gauche), Dominique Le Bourgeois-Hodgson, lors d'une conférence

dans des flacons et administrée dans certaines thérapeutiques.

Cette tradition fut reprise fin 15<sup>ème</sup> début 16<sup>ème</sup> siècle par Philippus Auréus Théophrastus Bombast von Hohenheim de son nom véritable, plus connu sous celui de Paracelse. Suisse allemand d'origine, médecin comme son père, mystique, alchimiste et chercheur. Il parcourut l'Europe, visita les différentes écoles de médecine, l'Afrique du Nord et peut être plus loin jusqu'en Asie afin de connaître les formes de soins de son temps.

C'est Paracelse qui parla de QUINTESSENCE de la plante, propriété de la rosée également appelée «arché», souffle de vie. C'est une force qui est obtenue par la juxtaposition des quatre éléments : eau, feu (le soleil), air et la terre (représentée par la plante) qui, mise en contact des uns et des autres, crée un cinquième élément ou quintessence. Ce souffle de vie est de même nature que la vie qui circule en nous et qui nous anime. Edward Bach en 1929, reprendra ce principe pour préparer ses fleurs.

Paracelse établira aussi la doctrine des signatures ; système de mise en parallèle entre la plante, sa forme, sa cou-

leur, son odeur, en correspondance avec la personne à qui on doit l'administrer. Parfois la plante représente un organe ou un état émotionnel que l'on essaye de faire correspondre. Paracelse préconisait également une dose minimale d'un médicament pour obtenir un effet maximal.

### Les découvertes d'Edward Bach

Ce sont toutes ces notions qui interpellèrent le docteur Bach. Médecin, physicien, immunologiste et patholo-

giste britannique né en 1886 près de Birmingham. Il fit ses études et travailla à Londres à l'University College Hospital (1913). Il ouvrit son cabinet à Harley Street. C'est en 1916, avide de comprendre et de cerner les causes des maladies chroniques qu'il constata aussi que des bacilles, agents prophylactiques du milieu intestinal concernés dans le maintien de la santé, devenaient eux-mêmes des agents de maladie lorsque s'opérait un changement du milieu intestinal suite à une altération du moral du patient.

Par la suite, il dynamisa ses vaccins en remèdes homéopathiques nommés nosodes. Il établit aussi un lien entre la toxémie intestinale et la psore de Hahnemann. Pourtant il restait insatisfait de la provenance de ses nosodes et de la leur préparation. Il était convaincu que toute guérison devait se faire en douceur et sans souffrance. Ses nosodes produisaient parfois des aggravations temporaires des symptômes ; il chercha donc à remplacer ses nosodes par des plantes de polarité



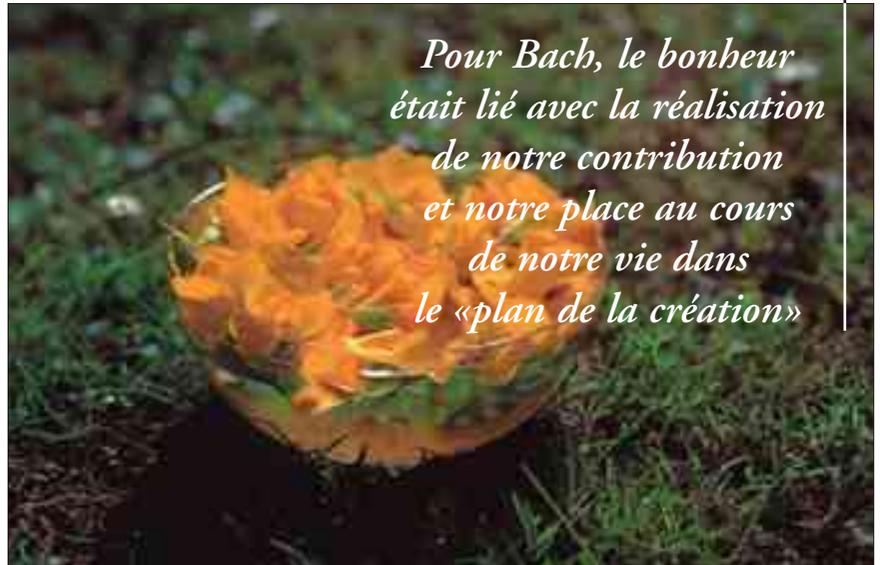
La scléranthe, un des 38 remèdes floraux découverts par Bach

positive. D'autre part, il souhaitait trouver dans la nature les remèdes correspondant à ses nosodes pour stimuler cette force curative qui existe en nous et qui, lorsqu'elle circule, nous permet de surmonter n'importe quelle difficulté ou maladie. Cette force apparaissait lorsque nous étions motivés, conscients de notre but dans l'existence, ou animés d'un grand amour.

En 1930, il quitta Londres pour mettre au point son nouveau système. Il développa la méthode d'enseillement et simplifia la récolte de la rosée en immergeant les fleurs cueillies et déposées dans un bol en verre rempli d'eau de source, puis placé au milieu d'un endroit ensoleillé non loin de là où la plante poussait. Laissées exposées pendant trois à quatre heures, les fleurs étaient jetées et l'eau conservée avec du cognac. Plus tard il établira la méthode d'ébullition pour les fleurs des arbres ou lorsque le soleil est trop discret.

E. Bach ne laissa que peu d'écrits. Deux fascicules furent publiés avant sa mort en 1936. Dans le livret «guéris-toi, toi-même», il écrit : «La maladie physique n'est pas due principalement à des causes physiques mais à certaines humeurs ou états d'esprit qui s'ils s'établissent, perturbent le bonheur de tout individu. Ceci a pour conséquence le déséquilibre des fonctions des organes du corps et altère la santé car l'esprit possède un contrôle absolu sur le mental et physique de tout être humain».

Nora Weeks fut son assistante et collaboratrice qui l'accompagna dans ses recherches à partir de 1930. Elle continua avec un grand dévouement et



Méthode d'enseillement

conviction à développer son oeuvre. J'ai eu la grande chance et le privilège, non seulement de la connaître, mais d'être aussi son amie pendant plusieurs années jusqu'à sa disparition en 1978.

Elle rapporte ces mots de Bach dans son livre «Les découvertes médicales d'Edward Bach» (p.60 version anglaise) : «Les remèdes utilisés en médecine soulagent les symptômes de la maladie, mais ils ne s'adressent pas à leur cause, l'Humeur. Le patient est laissé sans aide pour s'élever au-dessus de ses préoccupations et problèmes». Pour lui, il était primordial de soigner la personne et non la maladie. Tout son système repose sur ce principe.

Pour Bach, ce qui amenait la guérison était le retour à l'Unité (le bonheur), la résolution du conflit entre la personnalité et l'être supérieur ou âme. Ce point d'unité est identique à la force vibratoire de l'élixir floral ou Quintessence de Paracelse.

Il découvrit 38 fleurs qu'il classifica en sept groupes dans la lignée de ses nosodes plus un composé de cinq fleurs : le fameux «rescue» du début de cet article pour tous les états de

perturbations passagers face aux événements de la vie quotidienne. Les fleurs 1-de la peur, 2-de l'incertitude, 3-de la difficulté d'être dans le moment présent, 4-de la solitude, 5-du désespoir et de la douleur morale, 6-de l'hypersensibilité, 7-de ceux qui sont préoccupés du bien être d'autrui.

Cette classification est en relation étroite avec notre cheminement humain. Lorsque nous pensons à notre passage sur terre de la naissance à la mort, c'est la nature même de notre condition humaine d'avoir à faire face à certaines remises en question à des intervalles plus ou moins réguliers ; les élixirs floraux apportent non seulement le soulagement mais aussi la clarté nécessaire pour les effectuer en toute quiétude.

Tout ce qui vit est susceptible des fleurs de Bach ; les animaux, les fleurs, les enfants. Ces derniers sont particulièrement sensibles à l'effet des élixirs. Les maladies infantiles sont souvent précédées par un changement comportemental. Il suffit de l'identifier et de donner le remède correspondant. Aujourd'hui, les remèdes de Bach ne sont plus les seuls sur le marché.





## LES ELIXIRS FLORAUX

### LES ELIXIRS DE **FLEURS** DU DR BACH



sont la garantie de la  
marque originale  
"Fleurs du Dr Bach"

*"Le manque de confiance  
en soi, la peur, le doute,  
la culpabilité, le chagrin,  
le pessimisme peuvent être  
dépassés et laisser place  
au meilleur de vous."*

**LASSERRE S.A.**

Importateur - Distributeur officiel  
B.P. 4 - 33720 ILLATS

Tél. : 05.56.62.57.00 - Fax : 05.56.62.46.23

E-mail : lasserre.sa@wanadoo.fr

#### COUPON - REPONSE

Points de vente et documentation  
sur simple demande.

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : .....

Ville : .....

Pour citer les plus connues : Les F.E.S. dites californiennes créées aux Etats Unis dans les années soixante dix par P.Kaminski et R.Katz au nombre de 244. Les «Master's Flower Essences» de L.Devi, élixirs de fruits et de légumes au nombre de 20. Enfin dans les années 1980, I.White en Australie avec 50 puis maintenant 63 fleurs de Bush ont gagné rapidement du terrain en efficacité et intérêt en ce qui concerne leur répercussion sur le système glandulaire.

#### Les raisons du succès

Comment expliquer une telle prolifération d'élixirs floraux ? Quelles en seraient les raisons, le commercial mis à part ?

E.Bach en expliquant son système avait écrit, se référant à Hahnemann : «de nouvelles maladies pourraient survenir dues aux altérations des circonstances de la civilisation, et de nouveaux remèdes devront être trouvés.».

Ma grand-mère qui était pleine de sagesse et de bon sens disait : « à côté du mal, il y a toujours du bon.». A côté d'une plante nocive, il y a toujours une autre plante, tout près, qui guérit. L'ortie, par exemple a son antidote, le plantain qui pousse non loin de là.

Pour ce qui est de leur utilisation, d'une grande simplicité, quelques gouttes suffisent sous la langue ou dans un verre d'eau lorsqu'on en sent le besoin, quotidiennement, deux à trois fois par jour jusqu'à ce qu'on obtienne un changement d'état d'esprit désiré.

La place des élixirs floraux est partout présente dans notre vie ; que ce soit au cours de notre cheminement spirituel, de développement personnel.

Ils apportent un soulagement à notre détresse, un appui et un soutien lors de tout traitement, qu'ils soient allopathique, homéopathique, d'acupuncture ou autres thérapies énergétiques ou manuelles.

Je finirai par ces quelques lignes d'E. Bach tirées de son ouvrage ("guéris-toi, toi-même" chapitre 6 p.36) :

*"La vie ne nous demande pas des sacrifices inimaginables ; elle nous demande de parcourir notre chemin avec de la joie dans notre coeur et d'être une bénédiction pour ceux qui nous entourent, afin que lorsque nous quittons cette terre, nous la laissions un tant soit peu meilleure. Alors nous aurons accompli notre devoir."*

Tel est mon désir.

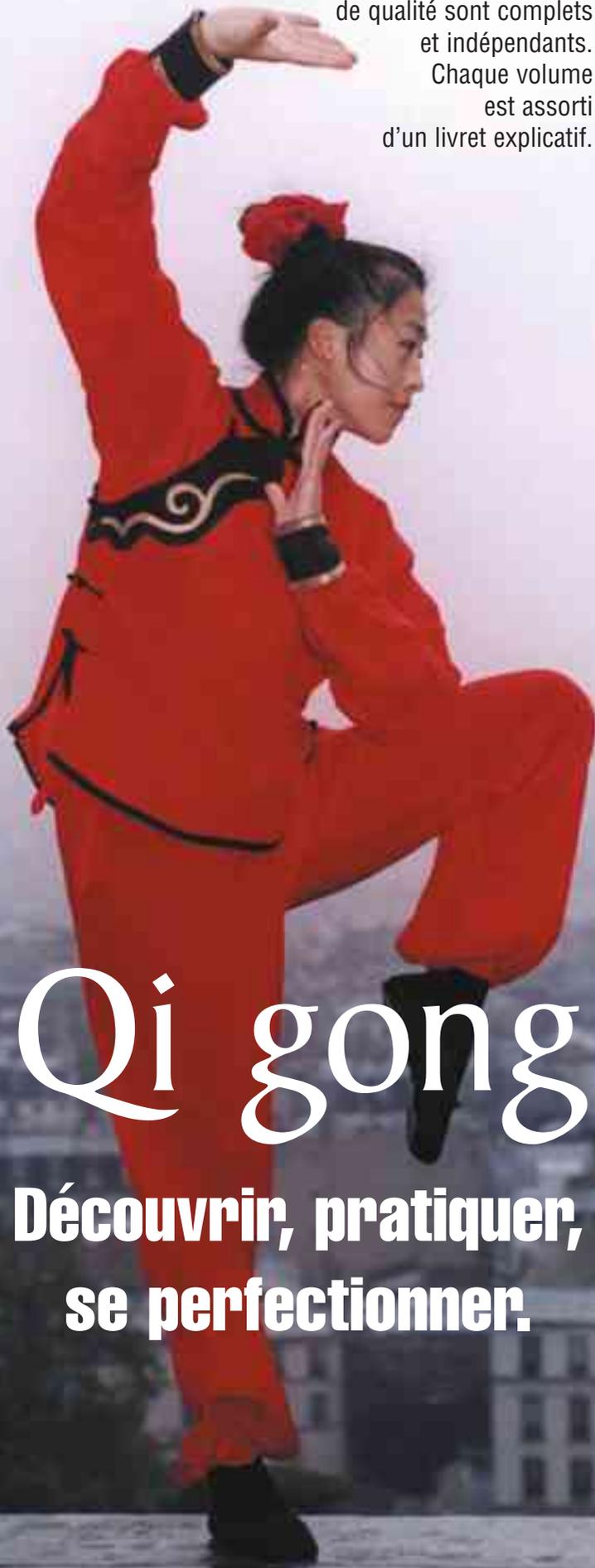
**D.L.B.H.**

\*Pour tout renseignement supplémentaire et consultation, Dominique Le Bourgeois-Hodgson 9, rue Falguières 75015 Paris tél :01.43.06.47.01



## TAO DIFFUSION

vous présente  
différentes méthodes  
pour acquérir et approfondir  
votre pratique quotidienne.  
Ces 6 volumes de k7 vidéos  
de qualité sont complets  
et indépendants.  
Chaque volume  
est assorti  
d'un livret explicatif.



# Qi gong

**Découvrir, pratiquer,  
se perfectionner.**

### Volume 1

**Le Qi gong de l'amaigrissement & anti-stress** est une méthode pour équilibrer les émotions et calmer l'esprit et le mental présentée par **Mme Ke Wen** responsable de la formation des professeurs à l'école «les temps du corps» et membre du conseil technique de la fédération Tai chi Qi Gong. (Durée 75mn)

### Volume 2

**Nei Yang Gong - Qi Gong pour nourrir l'intérieur.**

**1ère partie:** «Qi Gong taoïste pour laver les moelles». Méditation en mouvement pour purifier le corps, par le **docteur Zhao Liang Ting**, du centre national de Qi Gong de Beidaihe.

**2ème partie:** «Qi Gong pour nourrir l'intérieur. Deux enchaînements de 6 mouvements puissants pour renforcer les quatre membres, les os et les tendons, et régulariser les organes en tonifiant l'énergie et le sang. Présentée par **Mme Liu Ya Fei**, responsable de l'enseignement du Qi Gong au centre national de Qi Gong de Beidaihe (Chine). (Durée 60mn)

### Volume 3

**«Quatre méthodes de base du Qi Gong - Qi Gong des 49 mouvements».** Les quatre méthodes de base travaillent les trois éléments les plus importants dans le Qi Gong: le mouvement corporel, la respiration et la concentration de l'esprit.

Le Qi Gong des 49 mouvements nourrit en harmonisant les 5 organes, renforce le système immunitaire et le sang. Cette méthode thérapeutique peut entretenir la bonne forme énergétique, et également fortifier la santé des personnes affaiblies. Présenté par **Maître zhang Gang De**, de l'université d'éducation physique de Pékin, fondateur du Dao Yin Yang Sheng Gong. (Durée 78mn)

### Volume 4

**« Qi Gong général- Qi Gong pour tonifier les poumons».**

**Mme Ke Wen** nous présente deux enchaînements du Dao Yin Yang Sheng Gong créée par **Maître Zhang Gang De**.

- Le Qi Gong général est la méthode la plus répandue du Dao Yin Yang Sheng Gong. Il fait circuler l'énergie dans le corps, assouplit les articulations et entretient les fonctions des organes. C'est une excellente méthode de base du Qi Gong.

- Le Qi Gong pour nourrir les poumons et renforcer l'énergie comprend 8 mouvements qui visent à les purifier et faire circuler leurs énergie dans tout le corps. Cette méthode est un excellent entretien de la vitalité. (Durée 60mn)

### Volume 5 NOUVEAU

**3 Méthodes pour les organes Rate - Reins - Foie.**

- «Qi Gong pour renforcer la rate et l'estomac» et améliorer le fonctionnement digestif.

- «Qi Gong pour tonifier l'énergie originelle des reins», l'enchaînement complet forme un travail énergétique puissant développant la résistance et l'immunité du corps autant que sa capacité sexuelle.

- «Qi Gong pour renforcer le foie et la vésicule biliaire» joue un rôle essentiel dans l'équilibre de la digestion et de la circulation sanguine. Présenté par **Maître zhang Gang De** (Durée 72mn)

### Volume 6 NOUVEAU

**Qi Gong Coeur-Tendons & Muscles.**

-Les Qi Gong renforcent le coeur et l'appareil circulatoire.

-Qi Gong pour assouplir les tendons et fortifier les muscles. C'est une excellente méthode pour entretenir le système ostéo-articulaire, et prévenir les affections rhumatismales des membres ou du rachis. présentée par **Mme Ke Wen**. (Durée 55mn)

## TAO DIFFUSION

36 rue du docteur foucault 92000 Nanterre  
tel. 01 47 24 08 84 fax. 01 47 21 44 24

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Je commande les vidéos k7 suivantes :

k7 n°1 180F

k7 n°4 180F

k7 n°2 180F

k7 n°5 200F

k7 n°3 200F

k7 n°6 180F

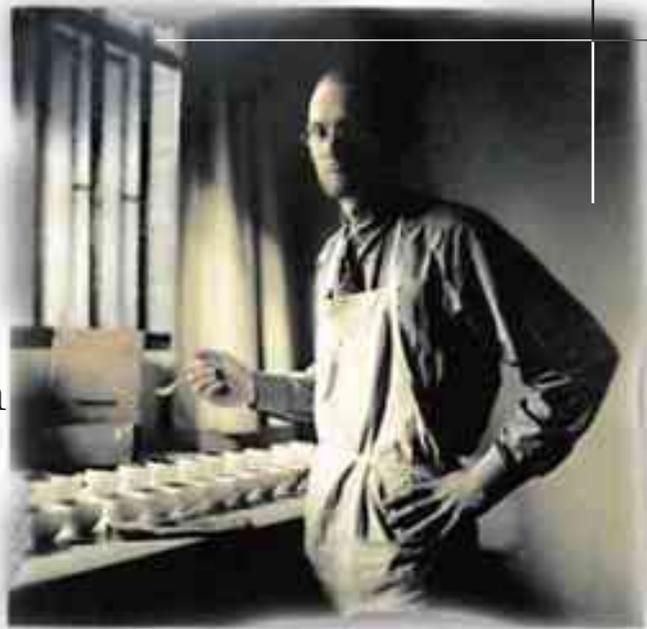
+ 30F de port

Ci-joint un chèque de \_\_\_\_\_ F à l'ordre de  
TAO DIFFUSION



# LE GOÛT DE L'ÉVEIL

Mes Maîtres de thé  
m'ont enseigné qu'un  
homme se révèle à  
sa façon de préparer  
et de boire le thé...



Portrait de Jean Montseren  
par David Coulon

Mon heureuse rencontre avec l'équipe de Génération Tao fut parmi ces rares moments d'une existence où l'on vit pleinement. Ces quelques minutes dans une vie où, selon l'expression conjointe d'Albert Camus et de Lord Byron, l'on a réellement la perception de vivre ...

Notre projet commun fut, chers amis lecteurs, de vous proposer une rubrique présente dans chacun de vos prochains GTA0 intitulée "le goût de l'Eveil".

Mais pourquoi faire appel à un dégustateur de thé ? Peut-être parce qu'un dégustateur pratiquant a une expérience particulière du goût et que le thé est en soi une boisson de l'Eveil. Et si l'Eveil avait un goût ? Nous intitulerons

donc notre rubrique "Le goût de l'Eveil". Ce titre demeurera, lors de nos pérégrinations, comme un phare ou une étoile directrice.

Il ne reste plus qu'à partir, tous ensemble, confiants dans cette aventure et, l'intérêt d'une quête étant dans son cheminement et non dans l'objectif atteint ou non, de partager rubrique après rubrique un peu de ce simple bonheur qui donne... de la saveur à nos vies.

Voici donc l'heure, avant notre départ, des présentations : le thé et le dégustateur. Puisque la lumière est née de l'ombre commençons par la nuit... plus précisément la nuit des temps : l'origine du thé et de son "découvreur":

un homme qui, à la recherche de l’Eveil, rencontra le thé.

### **Le vagabond de l’Eveil**

Un homme était parti de son village à la recherche de l’Eveil. Après de longues années, d’épreuve en épreuve, il était devenu un vagabond, un indésirable de nos bourgades. Un soir il se posa dans une forêt dense. Il fit un feu et pensa à tout ce qu’il avait vu, vécu et compris: des morceaux de lumière, de vérité... mais rien d’un Eveil. Il se décourageait un peu lorsqu’il entendit, en haut d’un arbre, un oiseau chanter : *“J’ai la dernière vérité. J’ai la dernière vérité. Elle est à celui qui viendra la chercher...”*

L’homme entreprit alors de monter tout en haut de cet arbre. L’escalade était difficile et dangereuse. Au fur et à mesure qu’il grimpait vers cette dernière vérité, il devait lutter contre le vertige. Il se guidait au chant de l’oiseau sans jamais l’apercevoir. Il parvint enfin à la cime et, baigné dans une somptueuse lumière dorée, il vit le soleil se coucher, les étoiles apparaître mais nul oiseau. Toutefois la voix, sortant de nulle part et de partout à la fois, lui dit:

*“Tu es venu accueillir une dernière vérité alors reçois-la et pars l’offrir aux hommes qui te croiront.”*

A ce moment toutes ses questions se changèrent en réponses et ses réponses en questions. La lumière devint ombre et de l’ombre naquit la lumière. Tous

ces morceaux de vérités éparses s’assemblèrent pour former une vérité nouvelle multiple et entière. Ainsi sa dernière vérité devint sa première. Son cœur se mit à sourire et son sourire à dire les mots de son cœur. Alors, sans redescendre de l’arbre, éveillé et léger, il put continuer son chemin chevauchant quelques vents d’une sauvage sagesse.

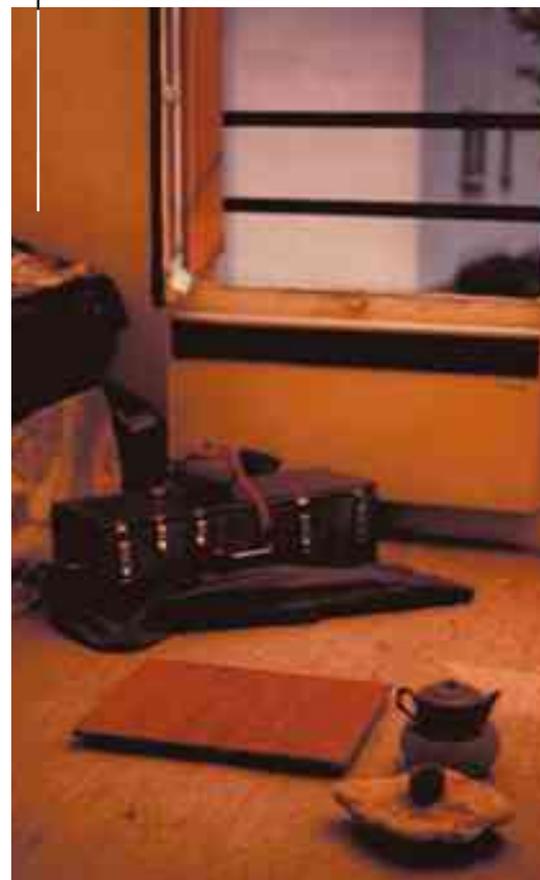
Depuis, cet arbre du passage, de la métamorphose, qui était un théier sauvage, est vénéré. Certains d’entre-nous offrent ou reçoivent quelques unes de ses feuilles, attentifs à tout ce qu’elles pourraient, dans l’éclat doré d’une tasse, nous dire ou nous chanter, sensibles à tout appel.

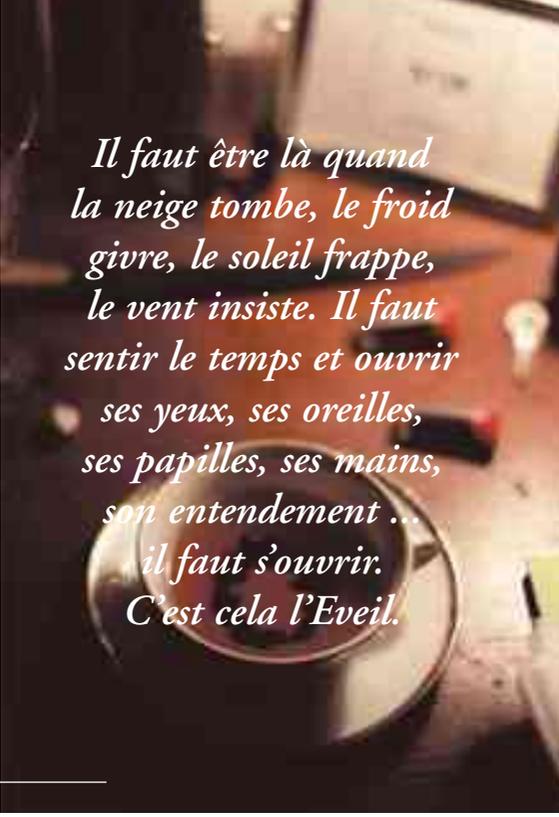
### **Le dégustateur : un homme de terrain**

Le dégustateur, professionnel ou/et philosophique, est amené à pratiquer de nombreux exercices spirituels et se doit d’avoir un vécu du mystère de l’existence et des états de révélation.

Car le métier de dégustateur est un métier d’arpenteur. Bien sûr, on arpente le monde en allant de jardin en jardin. Mais, surtout, on arpente “le jardin”... celui qu’il nous est donné à cultiver.

Arpenter signifie également prendre la mesure par ses pas. C’est pourquoi il faut être sur le terrain : toucher l’écorce des arbres, sentir les fougères au matin, se promener la nuit dans une zone industrielle déserte, écouter le fleuve couler, suivre les notes d’un piano parvenant d’une fenêtre ouverte, regarder luire le pavé mouillé, partager, marcher ... et encore marcher ... Sans cette mesure, prise à





*Il faut être là quand  
la neige tombe, le froid  
givre, le soleil frappe,  
le vent insiste. Il faut  
sentir le temps et ouvrir  
ses yeux, ses oreilles,  
ses papilles, ses mains,  
son entendement ...  
il faut s'ouvrir.  
C'est cela l'Eveil.*

chaque instant, vous ne pourrez goûter votre thé car il lui manquera une chose, une seule, mais la plus essentielle: le goût de la vie. Mais qu'est-ce que le goût de la vie ?

### **Le goût de la vie**

On raconte que Confucius, Lao-Tseu et Bouddha étaient réunis autour d'une jarre contenant du vinaigre, ce dernier représentant la vie. Chacun y trempa son doigt et goûta. Pour Lao-Tseu cela lui paraissait doux, aigre pour Confucius et amer pour le Bouddha. Puis vint un quatrième homme, un visiteur imprévu mais qui fut toutefois convié à cette dégustation. Il goûta et, pour lui, la vie fut salée. De ce sel que nous recherchons mais qui en excès rend tout immangeable. De ce qui servait à récompenser les hommes (origine du mot "salaire") mais que nous retrouvons aussi dans nos peines... et le goût de nos larmes. Ce quatrième homme aurait même dit un jour à ses compagnons: "Vous êtes le sel de la terre".

Lequel de ces quatre "dégustateurs" avait raison ? Tel cet homme qui face à la flamme vacillante d'une bougie dit : "*La flamme bouge*". "*Non*", répond un autre, *ce n'est pas la flamme, c'est le vent qui bouge*". "*Ce n'est ni la flamme ni le vent, c'est votre esprit qui bouge*." ajouta un troisième. Enfin, une quatrième personne dit: "*Ce n'est ni le vent, ni la flamme, ni votre esprit*..."

Les présentations étant faites nous voici désormais prêts. A chaque nouveau numéro de GTA0 nous abordons, comme un entretien entre nous, ce que le thé et la dégustation peuvent nous enseigner de notre existence et de ses énergies. Commençons maintenant par le début: notre rapport au monde ou, simplement, un après-midi sur les berges du canal du Midi.

### **Premier entretien : notre rapport au monde**

Aujourd'hui, assis sur les bords du canal du Midi, me vient une question: que *fau aici* \*\*?

J'aurais pu rester enfermé chez moi à m'occuper d'activités quelconques : jouer avec le chat, tailler les haies, faire la sieste ou bien écouter de la musique. J'aurais pu me consacrer à quelques travaux considérés comme de la plus haute importance ou doués, paraît-il, d'un pouvoir contraignant, sérieux, raisonnable et supérieur : remplir un formulaire administratif, faire une démarche, régler les détails de ma prochaine conférence, répondre à un Monsieur le Président ou demander quelque chose à la secrétaire du Directeur. J'aurais pu satisfaire un élan d'amitié, une soif de partage entre bonne compagnie ou simplement reprendre contact, après des mois, avec un ami du bout de la ville ou du bout du monde.

Non, rien de tout cela. Pas aujourd'hui. Je suis venu aujourd'hui contempler les reflets du canal, au pied d'un arbre, avec du jambon pour me faire sourire et une bouteille de Chasselas pour inviter à la danse de bien timides émotions. Ce peut-il que ce choix soit insignifiant et que ces instants, simples, forts et fluides, n'aient pas une valeur propre ? J'ai fait ici un choix de civilisation ou, plutôt, un choix de ma civilisation.

C'est ce que l'on est en mesure d'appeler "lo vejaire al mond" ou "son rapport au monde".

En fait chacun de nos gestes, ainsi que nos gestes non exécutés, participe à l'élaboration de notre relation avec les

saisons, les lieux, les autres, notre vie, nos temps (divers passés, improbable présent et futurs supposés), nos paradoxes, nos motivations... bref, le monde.

Rapport d'entente, d'illusion, d'indifférence, d'humanité, d'amour ou à problématique ... tout est là, ici et maintenant, dans notre façon de nous tenir ou non, d'être sur les bords de la Garonne ou au cinéma, d'y accorder une importance ou non. Oui notre vie se révèle quotidiennement et non, à mi-temps, lors d'événements exceptionnellement cérémoniaux ou cérémonialement exceptionnels.

d'Arlequin, leur argument annoncé comme irréfutable et soi-disant frappé du bon sens: les gestes seraient hiérarchisés ... il y aurait des gestes supérieurs et d'autres inférieurs. En quelque sorte on vivrait intensément et pleinement à prier dans un temple, y compris avec un coeur empli de mauvaises intentions, et on vivrait dans l'anodin et le superficiel à rencontrer un vieil ami sincère et bienveillant lors de quelques instants dépouillés et habités de mille attentions.

Non, si la vie est par moment mineure, c'est qu'elle est souhaitée ainsi. La Voie, qui est peut-être simplement un

peut nous apprendre de nous-mêmes et du monde que nous percevons, et dans lequel nous évoluons, l'acte même de boire un thé ? Que se passe-t-il lorsque je le trouve fleuri et astringent ... ou lorsqu'il me rappelle une époque de mon enfance ? Quelles sont nos attentes et où sont les limites de ce que nous sommes prêts à accepter ? Qu'est-ce que la prise de conscience de ceci peut bien modifier ? Quelles sont les énergies sollicitées lors d'une dégustation ?

C'est ce que nous verrons prochainement. Nous nous entretiendrons de la Voie du thé et, également, des messages et du vécu de la dégustation. D'ici là n'omettons pas que dans notre façon de boire un thé, d'apprécier ou non ces lignes ou bien de finir cet article sur les bords du canal du Midi se joue un combat contre les forces de la désespérance et de l'absurde: notre rapport au monde. D'aquí enlà, tralalhem aquò\*\*\*.

*“Du haut de la terrasse, pour dire adieu:  
Fleuve et plaine perdus dans le crépuscule  
Sous le couchant reviennent les oiseaux  
L'homme, lui, chemine, toujours plus loin”*

**Wang Wei (701-761)**

**J.M.**

Prochain entretien: Apprenons à nous “déclencher”

\* Un jardin ou «garden» ou encore «estates» est une plantation de thé ... l'équivalent des «châteaux» ou «crus» du vin.

\*\* en occitan : que fais-je ici ?

\*\*\* en occitan : d'ici là, travaillons ceci.

L'auteur: Jean Montseren est tea-taster (dégustateur de thé professionnel) par vocation. Sa profession l'a amené à travailler dans divers pays d'Asie et d'Europe. Compagnon de la Voie du thé, il donne également de nombreuses conférences, séminaires et sessions de formation. Il est l'auteur du “Livre du thé” (éditions du Rocher, 1998) et du “Nouveau guide de l'amateur de thé” (éditions Solar, 1999).

Rens. Jean Montseren BP5 92270  
Bois-de-Colombes. Fax 01 47 60 22 89  
Email : JMontseren@aol.com

*La Voie, qui est peut-être  
simplement un juste  
rapport au monde,  
n'est pas exceptionnelle  
mais la substance même  
de la vie quotidienne*

Mes Maîtres de thé m'ont enseigné qu'un homme se révèle à la façon de préparer et de boire le thé. Ceci me rappelle Confucius qui nous prévenait que les hommes ne savent rien cacher. Cette idée a peut-être le charme d'une évidence, ami lecteur, mais elle est pourtant loin d'être acceptée. Combien de fois ai-je entendu des gens nier, refuser, réfuter qu'on puisse lire en eux comme à livre ouvert à leur façon de dire bonjour ou non à la caissière lorsqu'ils font les courses. Sortant, pour défendre masques et manteaux

juste rapport au monde, n'est pas exceptionnelle mais la substance même de la vie quotidienne.

Pour un goûteur de thé, tel que je suis, ayant bénéficié d'un enseignement prodigué par des Maîtres de thé, tout ceci est, par le sentier du thé, d'une réalité bien vivante.

S'il n'y a pas de hiérarchie dans les gestes, quelle est donc la valeur d'une cérémonie du thé ? Quand commence-t-elle et où finit-elle ? Qu'est-ce que



La vision  
taoïste du  
yin-yang et  
la théorie  
des 5 éléments  
nous aident  
à mieux  
comprendre  
la relation entre  
la nature et  
notre société

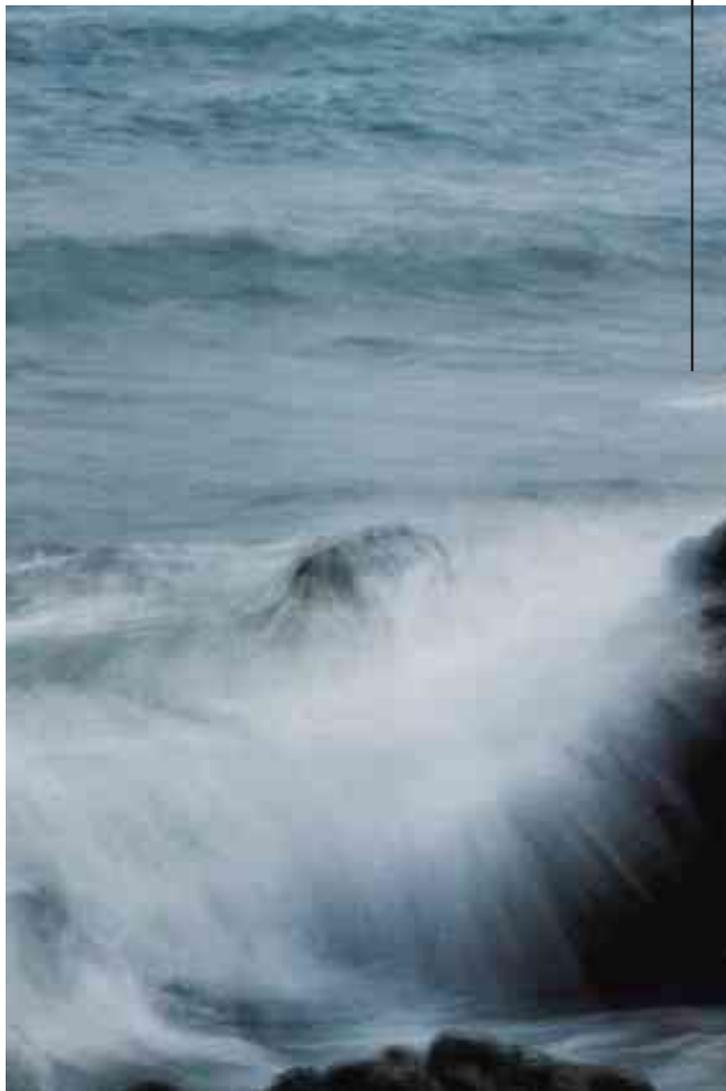


Photo de Jean-Marc Lefèvre

mon jardin dans le  
ant moi la mer étale  
ement, est agitée et  
assaut les côtes nor-  
nce d'avoir une mai-  
ande de visibilité de  
féru d'astronomie je  
re ce phénomène en  
tours, mes cinq sens



Et chose surprenante, tout est calme. Cette tranquillité qui précède un moment important est toujours remarquable. C'est le Yin qui annonce le Yang. La cause et l'effet reliés par un point commun qui se trouve être leur intensité. Ainsi, plus le calme est important plus l'action qui en résulte est violente. La sagesse populaire l'exprime d'ailleurs par le proverbe suivant : méfie-toi de l'eau qui dort. Je me laisse emporter par cette méditation et à cette béate contemplation de la Nature. Le soleil darde ses rayons ; il est beau ; à l'instar du renard dans le livre de Saint Exupéry, qui demande au petit Prince de le prévenir du moment de leur rencontre afin d'avoir le temps de s'habiller le coeur. Le soleil a rendez-vous avec la lune, alors le voilà vêtu de ses vêtements de lumière.

Comment les pères de nos pères ont-ils vécu ce fabuleux phénomène ? Le soleil qui commence à se faire grignoter par un disque noir ! Le Yin obscur qui vient altérer le Yang lumineux. Puis la température qui chute et cette lumière laiteuse, irréelle et pénétrante apportant subitement le sentiment de crainte. Soudain le noir bleuté, et les étoiles qui apparaissent. D'un seul coup tout se mélange. Joie et peur, chaud et froid, le Yin et le Yang sont pour un court instant à égalité dans leur potentiel énergétique.

L'espèce humaine est raisonnante, réfute en se gaussant de ses connaissances tout ce qui peut influencer le corps. Dire que les astres gouvernent les mouvements énergétiques et vous voilà bon pour l'échafaud ! Pourtant ceux qui, comme moi, ont assisté à cette rencontre céleste, ne peuvent se

cachez la vérité. Les sentiments ont été confus et la crainte était dans le cœur de chacun en même temps que joie d'être là. Nous prenons dès lors conscience de notre petitesse et de la fatuité de nombreuses quêtes humaines. La Nature se révèle à nous dans toute sa force et sa splendeur. Nous savons que cette nature est un livre ouvert à tous ceux qui souhaitent s'enrichir. Pourtant nous sommes des illettrés car nous la bafouons et la détruisons pour satisfaire des besoins primaires. En observant ces arbres, ces fleurs et cette étendue d'eau, il me vient à l'esprit des mots lancés par un chef indien lors de la capitulation à Seattle devant un quelconque général :

**- Quand vous aurez détruit les fleurs et les arbres, quand vous aurez tué tous les animaux, quand vous aurez asséché toutes les rivières, alors peut être comprendrez vous que l'argent ne se mange pas.**

### *Y a-t-il un taoïsme de la Nature ? Non ! La Nature, c'est le Tao.*

C'est sur cette constatation, sur cet apophtegme que se construit l'énergétique et la compréhension de l'Homme (avec un grand H). Le ciel est en haut et rond. Notre tête de même. La terre est en bas et carrée, nos pieds aussi. Le soleil est Yang et gouverne une énergie appelée Wei (énergie de défense). La lune est Yin et gouverne l'énergie Long (énergie nourricière).

Tout sur terre se soumet aux lois cosmiques.

Seulement voilà, là où les arbres, les animaux les eaux obéissent en s'adaptant aux lois dites naturelles, l'Homme, lui se croit au-dessus et ne respecte pas les cycles naturels. Toujours dans l'agitation et la précipitation il marche en regardant ses pieds, c'est à dire la terre, la matière, l'argent. La fièvre le gagne à penser ce que sera demain. Il ne se rend pas compte de la chance qu'il a de vivre cet aujourd'hui.

Les énergies Long et Wei ne sont pas constantes dans leur intensité. Il y a nécessairement un mouvement sinusoïdal. Elles respectent par-là le mouvement apparent du soleil et de la lune : un lever, une culmination, un coucher et un minimum. Il y a des hauts et des bas. Des moments de plénitude et d'autres de vide. Mais " l'homme-qui-marche-les-yeux-en-bas " rejette ces cycles de vie. Là où tout dort, comme en hiver, l'homo sapiens, pas sapientis du tout, continue à courir après des chimères. Là où le soir il est instamment prié de ne pas transpirer afin de ne pas affaiblir son Yang originel, on voit des fourmis bipèdes envahir les salles de sports en tout genre. Et plus on transpire, plus on est content. La belle affaire des vendeurs, la mauvaise affaire de son corps.

Les exemples ne manquent pas. Bref, l'Homme n'est pas dans le Tao. Pourtant quelques irréductibles tentent d'ouvrir les yeux de ceux qui dorment, et de faire lever la tête à ceux qui



regardent le sol. Les moyens proposés sont judicieux et méritent notre respect. Toute action visant à savourer pleinement la vie et le moment présent doit être applaudie. Je crois aussi qu'il est nécessaire de connaître parfaitement les cinq éléments de l'énergétique traditionnelle chinoise afin de comprendre cette Nature et cette Société qui s'affrontent dans un duel sans merci. Ceci dans le but, non de les diviser encore plus mais bien de chercher les moyens de coexister.

Il est fondamental d'avoir à l'esprit que la Nature et la Société sont des éléments vitaux et indissociables. La première est Yin, la seconde est Yang\*.

Voici succinctement quelques réflexions taoïstes soumises à votre sagacité.

Première loi de l'Energétique : le Yin nourrit le Yang ; le Yang protège le Yin. En d'autres termes, la nature nous offre de quoi manger et subvenir à nos besoins. En échange nous devons la protéger.

Deuxième loi : Quand le Yang augmente, le Yin diminue. Quand le Yin augmente, le Yang diminue.

Nous sommes dans le cas numéro un. Lorsque la société augmente tant par la natalité que par les constructions bétonnées et autres, alors la nature cède la place.

Troisième loi : Dans le schéma des cinq éléments, le Bois et le Feu sont Yang, le Métal et l'Eau sont Yin. La Terre est neutre.

Grâce à cette troisième loi, nous avons les outils nécessaires à la compréhension de notre problème et à sa solution. Il nous faut d'abord situer notre «société» dans les cinq éléments. Nous savons qu'elle repose sur l'argent et il est aisé de la placer symboliquement à l'élément Métal.

Ce faisant nous avons un double aspect intéressant. En effet le Métal à une

composante "psychique" : projection dans le futur. Nous sommes bien là dans le monde que nous connaissons de la spéculation.

Il a aussi une composante "physique" : quand le Métal est bloqué, il occasionne des troubles tels que l'obésité, le repli sur soi, des problèmes respiratoires (j'étouffe).

Voyons maintenant la solution à ce conflit. Le Métal étant Yin il faudra donc y mettre du Yang (cf. deuxième loi). Nous aurons le choix entre le Bois et le Feu. Pour des raisons trop longues à expliquer ici la solution sera le Bois. Voyons pourquoi.

Le bois à une composante "psychique" : l'inconscient collectif. C'est Moi par rapport aux autres. Je suis et j'existe ici et maintenant. C'est le fourneau des grandes idées. Sa composante "physique" : la colère, l'action physique.

Pour résumer ce schéma, nous pouvons dire que la solution de notre tristesse et mal-être se trouve dans le comportement suivant : s'ouvrir aux autres en leur parlant. Ne pas craindre d'être jugé. Le seul juge étant soi-même. L'inconscient collectif, c'est aussi l'échange des grands idéaux comme des petits.

Accepter ses colères comme celles des autres. Elles sont nécessaires à la résolution de tous les conflits. Les colères mauvaises conseillères sont celles qui sont rentrées depuis des années et qui se transforment au fil du temps en aigreur puis en rancœur (réfléchissez bien sur ces deux mots qui ont une saveur particulière). Enfin, agissez.

**L'action c'est le mouvement et donc la vie.  
Toute action est bonne même si les résultats attendus ne sont pas ceux escomptés.**

Pour être complet dans notre démarche symbolique, il faut aussi s'occuper réellement de la nature. Les choix sont variés : planter des arbres ou jardiner, adhérer à des associations qui la défendent, etc.

Il est vain de croire que les dés sont jetés. Tout le monde participe à la construction de la société. Nous en sommes responsables. Peu importe qu'elle ait glissé vers le Yin. A tout un chacun de poser sa pierre Yang pour que l'édifice soit un idéal d'humanité et non un méga-supermarché de la vie et de la consommation.

Certains argueront avec plaisir que tout ceci est farfadèses et billevesées. A ceux-là je répondrai qu'il existe une quatrième loi de l'énergétique : A l'extrême du Yang, celui ci devient Yin et inversement.

Ainsi, la société peut effectivement aller au "bout" de son chemin car à ce moment elle basculera dans le Yin, c'est-à-dire que la Nature reprendra le dessus. Ce scénario doit plaire aux cyniques stoïcistes et à ceux qui interprètent mal la doctrine du Taoïsme dont le thème principal est le non-agir. Mais cela est une autre histoire.

J.M

\* L'auteur développe une vision personnelle de la société en jouant sur la relativité Yin-Yang. Ainsi l'eau est habituellement représentée comme Yin par rapport au feu Yang. Mais l'eau devient Yang par rapport à la glace Yin, puis elle redevient Yin par rapport à la vapeur qui est Yang.

\*\* Pour vos réactions suite à l'article, E-mail : [motte.jean@wanadoo.fr](mailto:motte.jean@wanadoo.fr) ou tel. 01.46.68.03.17

# Centre d'Arts Corporels **Génération TAO**



## Wutao

Pol Charoy & Imanou

Libérez le mouvement par ce Qi Gong contemporain fondé sur l'ondulation de la colonne vertébrale et la fluidification des énergies.



## Yoga du son

Patrick Torre

Développez votre voix et votre conscience en chantant les sons sacrés des traditions spirituelles.



## Danse de l'éventail

Chrystel Del Pino

Entre danse et combat, la danse de l'éventail allie puissance et grâce.



## Qi Gong

Anna Miassedova

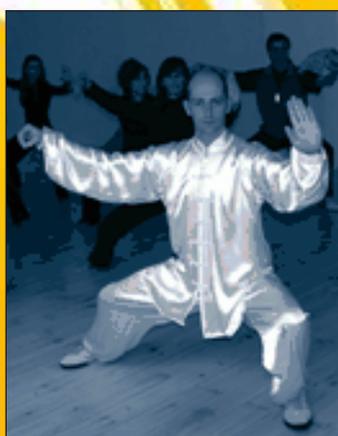
Harmonisez vos énergies par une pratique issue de l'enseignement de Mantak Chia.



## Tai Ji Quan style Yang

Jean-Michel Chomet

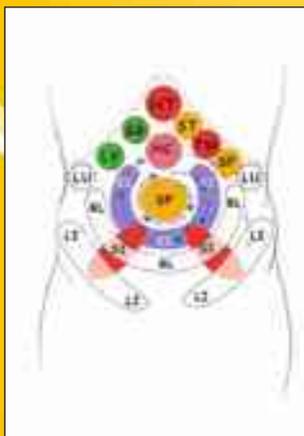
Le Taiji, art millénaire, permet l'étude de la fluidité et des transformations du mouvement et du contact.



## Tai Ji Quan style Chen

Arnaud Mattinger

Le style Chen de Taiji est le style originel. Souple et rythmé, il est l'alliance idéale de la philosophie martiale et de l'harmonie.



## Chi Nei Tsang

Martine Scrive

Un cours unique qui mêle harmonieusement le Qi Gong des émotions et le massage des organes internes.



## Mouvement sensoriel

Martha Rodezno

Apprendre à écouter et à improviser en laissant la part de poésie entrer et sortir de notre champ imaginaire.

**Et aussi : LOCATION DE 3 SALLES** *semaine & week-end*



**1 salle de 115 m<sup>2</sup>**

Lumineuse, au calme, spacieuse, parquet naturel non vitrifié, chaleureuse. Rare.



**1 salle de 80 m<sup>2</sup>**

Lumineuse, silencieuse, parquet en chêne massif, poutres apparentes, encore plus zen !

**1 salle de 100 m<sup>2</sup>**

Salle avec tatamis entièrement consacrée à la voie de l'art dans le martial : Nan Quan, Chang Quan...

**Cours et stages Paris & Province toute l'année. Demandez notre documentation.**

**144 Bd de la Villette • 75019 Paris (m° Colonel Fabien ou Jaurès)**

**tél : 01 42 40 48 30 • [www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com) • [centre@generation-tao.com](mailto:centre@generation-tao.com)**

Jean-Luc Berlet, Docteur en philosophie  
et auteur du livre «Le complexe de Dieu»

## L'inquisition est de retour

Nous avons tous plus ou moins entendu parler de la Sainte Inquisition, organe répressif de l'Eglise censé imposer la pensée unique catholique du Moyen-Age jusqu'à l'âge classique. Le mot Inquisition évoque surtout la chasse aux sorcières et le bûcher, et est à juste titre devenu le symbole de l'intolérance religieuse. Ce qu'on sait moins, c'est que ce terrible organe de répression est né à l'occasion de "l'affaire cathare" au 13ème siècle. Le roi de France a demandé le concours de l'Eglise pour justifier son génocide dans le sud de la France. Soulignons que la France a été surnommée «la fille aînée de l'Eglise» à l'époque de premières croisades. A ses débuts, l'Inquisition devait donc servir exclusivement à la lutte contre l'hérésie cathare. Il est inutile de rappeler que l'Inquisition a largement outrepassé ses prérogatives d'origine pour persécuter tous ceux qui "ne pensaient pas correctement"... Dans l'affaire du procès de Jeanne d'Arc, l'inquisition s'est retournée contre la France en accusant son héroïne nationale d'hérésie et de sorcellerie avec pour sanction le bûcher des anglais. Ce retournement "karmique" tragique aurait dû davantage faire réfléchir les dirigeants successifs de notre pays qui n'ont eu cesse de répéter les mêmes erreurs...

Ce bref rappel historique n'était utile que pour fustiger le comportement inquisitorial de l'Etat français actuel. Précisons en outre afin d'éviter tout malentendu que cette nouvelle inquisition n'a plus rien à voir avec l'Eglise catholique en tant que telle. Depuis Vatican II, l'Eglise a largement fait son "mea culpa", le récent pardon du pape le confirmant.

*En fait, tout se passe comme  
si l'Etat laïque français avait  
repris à son compte toute  
l'intolérance religieuse du passé.*

Désormais, l'Etat français cherche à imposer son point de vue laïque et républicain par toutes sortes de moyens détournés. Les nouvelles victimes de cette inquisition larvée sont les nouvelles religions minoritaires et les médecines alternatives, les unes comme les autres étant taxées systématiquement de sectes. Secte est aujourd'hui le terme péjoratif par excellence. Certes, il existe des mouvements "sectaires" dangereux contre lesquels il faut lutter, mais ce qui est scandaleux et malhonnête c'est l'amalgame qui est fait sur la question. Or, cette technique de l'amalgame est orchestrée par l'Etat français



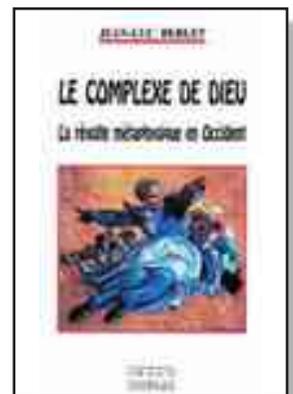
avec le soutien de multiples "lobbies". Il s'agit de discréditer toutes les initiatives échappant au contrôle de l'Etat en leur accolant l'étiquette de secte. Tandis que les nouveaux mouvements religieux sont taxés de sectes indépendamment de toute considération sur leur contenu, les médecines parallèles sont arbitrairement freinées dans leur nécessaire développement. L'Etat français tient jalousement au contrôle des âmes et des corps de ses citoyens. Il ne parvient décidément pas à se défaire de son autoritarisme centralisateur, hérité tout au long d'une histoire sanglante. En fait, la nouvelle inquisition comme l'ancienne sont révélatrices de tendances paranoïaques...

**J.L.B.**

\*Pour approfondir le sujet, je vous renvoie au livre de Joël Labruyère "L'ETAT INQUISITEUR : la spiritualité en danger", aux Editions des 3 Monts.

**LE COMPLEXE DE DIEU**, la révolte métaphysique en Occident, par Jean-Luc BERLET aux Editions Imago Exergue 135F

«Aujourd'hui, l'aspiration de l'homme à la maîtrise totale du monde et à l'absolutisation de ses désirs s'incarne principalement dans la saturation technologique et dans l'omnipotence de l'argent. Mais, paradoxalement, c'est aussi là que, tel le monstre de Frankenstein, le rêve de divinisation de l'homme lui échappe en lui confisquant sa liberté et sa créativité.»





Le Monde, samedi 11 septembre 1999

### **Lutte contre les sectes et défense des libertés**

Les menaces ne manquent pas sur l'équilibre actuel entre chasse aux sectes et protection des libertés. Car les sectes redoublent d'agressivité (...) et dans le gisement des nouvelles thérapies et des entreprises de formation, elles prospèrent, masquées derrière des étiquettes innocentes.

Mais l'actuel climat de psychose anti-sectes a aussi ses limites. Il est entretenu par des élus qui cèdent à une émotion légitime après des drames comme celui de l'Ordre du Temple Solaire. Puis par des cercles psychiatriques ou médiatiques où l'amalgame tient lieu d'investigation. Enfin, par des associations antisectes, où il n'est pas rare de trouver les représentants d'une France "rationaliste" et d'une France "catholique", réconciliés pour défendre le "religieusement correct". Les premiers sont présents parmi les rédacteurs des rapports parlementaires (...). Les seconds se retrouvent plutôt dans les Associations de Défense de la Famille et de l'Individu (ADFI).

Contre le discours de stigmatisation des sectes, des avocats, des universitaires et des historiens tirent des sonnettes d'alarme. En l'absence de toute définition juridique de "secte" et de critères incontestables de "dangerosité", les risques d'arbitraires existent.

Henri Tincq

La Vie Naturelle - n° 152/Septembre 99

### **Le rapport parlementaire sur les sectes, une menace pour les libertés fondamentales**

[Ce rapport] constate que "la notion de secte, particulièrement difficile à définir dans le langage courant, est totalement inconnue du droit français". A défaut de définition juridique, l'étymologie précise que «le terme «secte» peut être rattaché à deux racines latines; l'une se



rattachant au verbe suivre, l'autre au verbe couper». Tout groupe qui suit une pensée non officielle ou, au contraire, se coupe de la pensée officielle peut donc être tenu pour sectaire... Et ce n'est pas une plaisanterie !

(...) Dans les pratiques portant atteinte à l'intégrité physique, le rapport place au même niveau les mauvais traitements, les coups et blessures, la séquestration, les agressions sexuelles, la non-assistance à personne en danger... et l'exercice illégal de la médecine, souvent cité comme un des facteurs essentiels de la dérive sectaire. C'est-à-dire l'exercice d'une médecine différente par une personne non reconnue par l'Ordre des Médecins, l'inamovible institution créée par Pétain sous l'occupation. Ce qui est très commode pour accuser de dérive sectaire toute personne et même tout médecin qui pratique l'une des thérapies non conventionnelles, homéopathie, acupuncture, ostéopathie, chiropractie, naturopathie, etc., reconnues dans la plupart des pays d'Europe mais partiellement ou totalement interdites en France, afin de le poursuivre au même titre qu'un violeur ou un tortionnaire.

De plus, il est proposé de «créer un Haut conseil des cultes qui serait composé d'une trentaine de personnes nommées par le Premier ministre (...). Son avis s'imposerait au bureau des Cultes». Cette Inquisition serait évidemment toute puissante: «Il conviendrait, en conséquence, d'amender légèrement la loi du 9 décembre 1905 en indiquant que la qualité d'association culturelle est reconnue par le ministère de l'Intérieur sur l'avis conforme du Haut conseil des cultes composé selon les modalités définies ci-dessus»...

Par la même occasion, il est prévu, un peu plus loin, et pour les mêmes raisons, de modifier l'article 13 de la loi du 1er juillet 1901 relative au contrat d'association; à mots couverts, il s'agit de remettre en cause la «loi de 1901» sans que personne ne se sente directement concerné.

Martine Monnier



Par Dominique  
RADISSON

### **EXTRAIT DE LA RECOMMANDATION 1412 DE LA COMMISSION PARLEMENTAIRE EUROPÉENNE**

L'Assemblée rappelle sa Recommandation relative aux sectes et aux nouveaux mouvements religieux dans laquelle elle a estimé inopportun le recours à une législation majeure pour les sectes au motif qu'elle risquerait de porter atteinte à la liberté de conscience et de religion garantie par l'article 9 de la Convention européenne des Droits de l'Homme ainsi qu'aux religions traditionnelles.

L'Assemblée réaffirme son attachement à la liberté de conscience et de religion. Elle reconnaît le pluralisme religieux comme une conséquence naturelle de la liberté de religion. Elle considère la neutralité de l'Etat et une protection égale devant la loi comme des garanties fondamentales pour éviter toute discrimination et invite donc les autorités étatiques à s'abstenir de prendre des mesures fondées sur un jugement de valeur relatif aux croyances.

L'Assemblée invite les gouvernements des Etats membres (...) à encourager une approche des groupes religieux empreinte de compréhension, de tolérance, de dialogue et de résolution des conflits; à prendre des mesures fermes contre toute action qui constitue une discrimination ou qui marginalise les groupes minoritaires, religieux ou spirituels.



# MATRIX OU LA PEUR DU CHANGEMENT



**L**e film "Matrix", qui a récolté plus de 800 millions de francs au box-office américain, a finalement débarqué en France. Et cette œuvre cinématographique n'aura laissé personne indifférent. La controverse va bon train ... Pourquoi ?

## La peur du changement

Il faudrait voir "Matrix" comme le changement trop rapide imposé par notre société transposé dans un film. En effet, l'impact des nouvelles technologies sur notre quotidien ne monte pas en flèche, mais plutôt de plus en plus vite, comme la courbe d'accélération d'une fusée. A l'aube de ce 21<sup>ème</sup> siècle, le changement est omniprésent. Ne pas croire à la théorie de l'évolution de Darwin, ce serait renier notre société, au point où nous en sommes rendus. "Matrix" a été essentiellement créé par ses concepteurs pour que les spectateurs réagissent face au changement peut-être trop rapide qui s'opère depuis quelques années, et enfin pour les mettre en face de la réalité. Nous ne pouvons plus ignorer le fait que nous évoluons trop vite. "Matrix" a beau donner une image un peu caricaturale de notre situation actuelle (un homme découvre la "vérité" sur notre condition d'être humain), le film reste réaliste si nous l'analysons plus en profondeur.

Oui, l'être humain a peur. Il se méfie de l'évolution. En plus de cela, de plus anciennes générations ont été éduquées avec encore plus de conservatisme que les plus jeunes générations. Et cette peur du changement et de la nouveauté ne date pas d'hier : dans la préhistoire, dans les premiers regroupements d'homo habilis et d'homo erectus, les problèmes de consanguinité

**Notre société se transforme ... Et nos réactions face à Matrix traduisent nos vraies réactions face à ce changement.**

étaient dus à l'endogamie. On se mariait entre membres d'une même tribu. Bien sûr, de nos jours, l'humanité s'est davantage tournée vers l'extérieur. Mais la peur demeure un mécanisme de défense très utile, inscrit dans nos gènes depuis la nuit des temps. "Matrix" peut donc heurter plus profondément les personnes qui craignent davantage ce changement. Il s'attaque directement à leurs fondements et à leurs valeurs, alors que des individus déjà très ouverts d'esprit et moins conformistes et conservateurs se sentent plutôt "frôlés" que heurtés.

## La révolution par le corps

Les cascades, les combats, omniprésents dans "Matrix", participent elles-aussi au changement. Les concepteurs du film ont longuement réfléchi, et ont compris qu'il serait difficile de faire une révolution sans révolution physique, l'un n'allant presque jamais

Trinity dans un taolu de l'aigle matricien

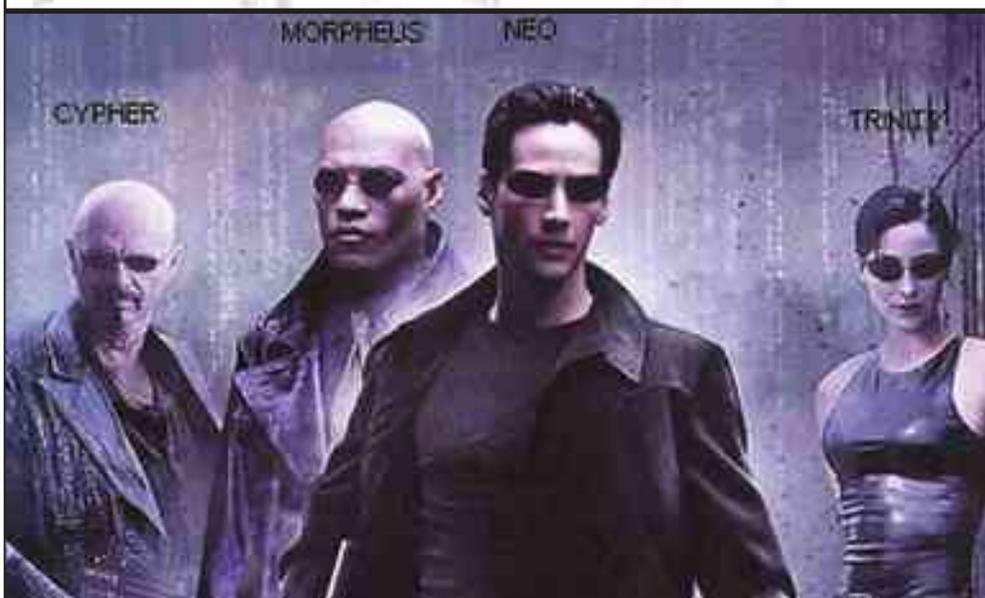




PAR JEAN-PHILIPPE PALOUX (15 ANS )

sans l'autre. En 1789, comment les Français ont-ils mené à bien la Révolution française ? Physiquement, en prenant les armes en masse : "Aux armes, citoyens ... Formez vos bataillons ...". C'est essentiellement là que se fait la différence entre révolution et évolution. Les "révolutions tranquilles" n'existent pas et les personnages de Matrix sont initiés au combat, les scènes peaufinées. Les acteurs se sont entraînés quelques mois avec un grand maître de Kung Fu, afin de se mettre en forme pour le tournage et d'acquérir des compétences suffisantes pour exécuter un bon nombre de cascades. La différence entre les scènes de combat d'un film d'action classique et celles de "Matrix" saute aux yeux. Il est rare, pour des personnes très peu férues du cinéma de Hong Kong, de voir des scènes si prodigieuses. Le changement est si rapide. Cette forme de cinématographie des combats n'existait pas il y a seulement cinq ou six ans. Le film "The Black Mask" (Le Masque Noir) avec Jet Li appartient à la même lignée. L'action repose sur un jeu aérien extraordinaire de comédiens suspendus par des cordes. Son originalité est telle que l'expression "Rope Game" est apparue dans le lexique du cinéma de Hong Kong. On peut s'attendre aujourd'hui à voir de plus en plus de films inspirés, avec des techniques se raffinant sans cesse ...

À quelques semaines de l'an 2000, qui pourrait être un tournant dans l'histoire de l'humanité, nous devons nous positionner face au changement : devons-nous continuer à évoluer, à une cadence toujours de plus en plus rapide, ou retourner au conservatisme du début du siècle ? De plus en plus, on s'aperçoit que les sociétés deviennent trop peuplées et anarchiques, mais est-ce dû au changement ? Impossible à dire. Il serait si facile de prendre une décision ... Alors, mutation ou conservatisme ? Foncer et tenter de guérir les plaies du monde par la technologie ? Ou stopper net le moteur des machines en se disant qu'on a déjà assez causé de dégâts ? Ce n'est pas le choix le plus facile. Mais heureusement, "Matrix"



**Matrix de Andy et Larry Wachowski**

Un jeune pirate en informatique découvre peu à peu qu'un monde virtuel a remplacé la réalité : une humanité programmée et bercée d'illusions sert de nourriture à la Matrice. En compagnie d'un groupe de résistants qui voient en lui un nouveau messie, Néo (Keanu Reeves) tente d'enrayer le processus.

est apparu à temps sur nos écrans pour que nous nous interroguions. Le monde change. Que déciderons-nous ? Quel sera notre futur ? Un film à voir, ne serait-ce que pour vous faire réfléchir, mais aussi pour vous faire réagir.

**J.-P. P.**

\* Deux sites dédiés à Matrix ont retenu notre attention. Une galerie avec de multiples liens : <http://thematrix.acmenicity.com/oracle/57/gallery.htm> et un étonnant site dont la page de présentation s'intitule «**Tao of Matrix**» : <http://www.stormloader.com/thematrix/>





## En 1992, la Chine découvre un maître de Qi Gong charismatique : Li Hongzhi, fondateur du Falun Gong

Depuis, de plus en plus d'amateurs de Qi Gong se sont sentis attirés par la singularité de sa méthode. Elle est aujourd'hui pratiquée par cent millions de personnes en Chine et dans le monde entier. Cette année, le gouvernement chinois a décidé d'en interdire la pratique. Enquête au-dessus de tout soupçon ... Une enseignante de Falun gong nous parle de sa méthode et de son fondateur.

### Falun, la Roue de la Loi

Egalement appelé Falun Dafa, le Falun Gong est un système avancé très



ancien de pratique du Qi Gong. Son enseignement insiste sur le développement du XingXing (qualité de l'être) qui joue un rôle crucial dans l'accroissement du Gong. Le niveau du Gong correspond à celui du XinXing. Le Falun Dafa peut, non seulement faire croître rapidement la force du Gong et son pouvoir, mais aussi améliorer la condition physique, épurer la pensée,

et promouvoir les qualités morales de l'individu. Les exercices, composés de séries de cinq mouvements, sont simples et faciles à apprendre. Ils sont considérés comme particulièrement efficaces et performants. Le pratiquant bénéficie de la protection du "corps de la loi" du maître qui le met à l'abri de toute interférence néfaste provenant de l'extérieur.

par YU HONG SHI,  
pratiquante de Falun Gong



Chine (R.P.C.) à Shenyang regroupement pacifique de 10 000 personnes

## Le Falun Dafa développe le Falun\* (Roue de la Loi), lequel est une entité de sagesse, d'intelligence et de haute énergie.

\*selon les dires de son  
fondateur (note du journal)



En France le même état d'esprit règne dans les rassemblements du Falun Gong

La rotation du Falun (voir diagramme p.32) se synchronise avec la rotation du cosmos et en possède les mêmes caractéristiques. Quand le Falun, installé dans le bas du ventre du pratiquant par Maître Li Hongzhi, tourne dans le sens des aiguilles d'une montre (rotation interne), il absorbe automatiquement et dégage de l'énergie cosmique ; ce qui doit aider le pratiquant dans sa pratique. Quand le Falun tourne dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (rotation externe), il relâche de l'énergie, vide le corps des éléments mauvais et purifie le Benti (corps physique). Le Falun fonctionne selon son propre mouvement de rotation et place le pratiquant dans un état de pratique permanent : "La loi cultive le pratiquant pendant qu'il ne pratique pas" ; ce qui résout la contradiction entre le temps de pratique d'une part, et le travail et l'étude d'autre part.

### Extrait de l'interview de Maître Li Hongzhi (le 25 juillet 1999 sur Radio France International)

**Le journaliste :** Quel est votre point de vue sur les actions et mesures de répression prises contre le Falun Gong par le gouvernement chinois ?

**Maître Li Hongzhi :** Le Falun Gong n'est qu'une pratique populaire de pratique du Qi Gong. Les gens pratiquent une demie heure ou une heure avant d'aller travailler. Il n'existe aucun danger pour la société ou le pays. Je

demande seulement aux pratiquants d'exiger plus d'eux-mêmes. Il leur faut absolument accorder de l'importance au De (vertu) et se comporter selon le principe : "Zhen, Shan, Ren". Ce que nous faisons ne doit pas causer du tort à autrui. Je ne comprends pas pourquoi on s'obstine à attaquer le Falun Gong si ce n'est que les pratiquants sont inscrits en grand nombre au parti communiste. Est-ce par crainte que le parti communiste puisse être ébranlé ?

**Le journaliste :** Le gouvernement chinois proclame que le Falun Gong est une organisation illégale qui déstabilise la société et porte atteinte à la sécurité du pays, mais vous-même et les pratiquants de Falun Gong affirmez toujours ne pas intervenir dans la politique et ne jamais vous opposer au gouvernement.

**Li Hongzhi :** Je leur dis d'abandonner l'attachement au pouvoir et à la politique, car un pratiquant ne devrait, ni intervenir dans la politique, ni y être entraîné. Certains se sont inquiétés pensant que se désintéresser de la politique était aller à l'encontre du gouvernement. Aujourd'hui, les pratiquants réclament seulement la libération de leurs amis, car ils n'ont commis aucun délit. Ils ont seulement été arrêtés parce qu'ils pratiquaient le Falun Gong.

**Le journaliste :** Après la suppression de Falun Gong annoncée par le gouverne-

ment chinois, vous avez souhaité rencontrer les dirigeants de Pékin, même s'il vous faut rentrer en Chine au risque de votre vie.

**Li Hongzhi :** Je pense que tous ces événements ont causé du tort au gouvernement chinois. Ces cent millions de personnes sont toutes issues du peuple chinois. Parmi elles, qui n'a ni amis, ni parents ? Si vous leur causez du tort, cela ne concernera-t-il pas tout le peuple chinois ? Aucun crime ou délit n'a été commis. Ces personnes ne seront-elles pas mécontentes du gouvernement et de ses dirigeants ? Leur prestige ne sera-t-il pas entamé ? Que sera l'avantage pour le pays ? Quoique subisse le Falun Gong, ce n'est rien à côté de ce que se fait subir le gouvernement. Pourquoi s'obstiner à utiliser des moyens répressifs et ne pas choisir la voie du dialogue ?

**Le journaliste :** Personne ne blâme le principe "Vérité, Compassion, Patience" que vous avez énoncé, mais certains pensent que dans le Falun Gong, il existe des idolâtries, des croyances aveugles et des superstitions fanatiques.

**Li Hongzhi :** Il y a cent millions de personnes qui sont en bonne santé et certaines parmi elles ont guéri de graves maladies grâce à la pratique du Falun Gong.





## Falun Gong la roue tourne

**Pour ces gens, je pense qu'il existe un fort sentiment de gratitude envers le Falun Gong et le professeur, mais ce n'est pas de la vénération.**

Avec l'Europe le mouvement devient mondial. Ici l'Allemagne.



**Le journaliste :** Dans la situation actuelle, quel serait le résultat idéal à votre avis, et le pire que vous souhaiteriez éviter ?

**Li Hongzhi** Je souhaite une résolution pacifique du problème mais je m'inquiète vraiment parce que les pratiquants de Falun Gong ont encore des attachements d'hommes ordinaires. Je souhaite que le gouvernement les considère comme son peuple et non comme son ennemi.

**Le journaliste :** Vous dites qu'il y a cent millions de pratiquants, mais les autorités chinoises ont déclaré qu'il y en avait seulement vingt millions.

**Li Hongzhi :** S'il y a peu de personnes pratiquant le Falun Gong, il est possible que le gouvernement n'ait plus peur. Le chiffre de cent millions est la conclusion donnée par le bureau de la sécurité publique. Puis il a annoncé qu'il était de l'ordre de soixante-dix millions de personnes. Cela dépasse le nombre des

membres du parti communiste. Si l'on veut attaquer le Falun Gong sans que la communauté internationale n'y prête attention, on parle de vingt millions de pratiquants. Quel que soit le nombre, il est avancé par le gouvernement. La machine de propagation lui appartient et le Falun Gong n'a aucun droit pour s'exprimer.

**Le journaliste :** Au début des années 90, vous avez émigré aux Etats-Unis. Pour quelles raisons ?

**Li Hongzhi :** Je ne voulais pas causer d'ennuis au gouvernement. J'ai su que le grand nombre de pratiquants allait provoquer son mécontentement. J'ai pensé qu'il valait mieux quitter le pays, pour qu'il subisse moins de pression.

### Portrait de Li Hongzhi

Li Hongzhi est né le 13 mai 1951 à Gongzhulin, dans la province de Jilin en Chine. Dès l'âge de quatre ans, il commence son enseignement auprès de grand maîtres bouddhistes et taoïstes. Maître Quan Jue lui confie les trois paroles de sagesse bouddhique : "Zhen (Vérité) - Shan (Compassion) - Ren (Patience)". "Zhen" signifie être honnête, ne pas tricher et ne jamais mentir ; "Shan", aider les faibles et les plus démunis ; "Ren", affronter les épreuves, être tolérant et résister à tout sans ressentiment. Plus tard, un grand maître taoïste lui transmet la voie du tao. Il lui apprend la boxe, l'épée et la lance, et des exercices internes, notamment la méditation. Il poursuit seul son apprentissage pendant l'adolescence et approfondit sa pratique. En 1970, Li réalise la loi mystique profonde transmise par le grand maître Li Jiang. Depuis 1974, Li a ainsi reçu l'enseignement de plus de vingt maîtres bouddhistes et taoïstes. Il est arrivé à un stade avancé de compréhension de l'univers et de l'être humain. Après son illumination en 1984, il constate tristement que les conditions de vie de ses congénères ne cessent de s'accroître tandis que leurs qualités spirituelles s'appauvrissent. Il décide de se consacrer

au bien-être du genre humain et de créer une pratique appropriée à l'homme ordinaire. Guidé

par tous ses maîtres et tenant compte de ce qu'il avait soigneusement appris depuis tant d'années, il crée le Falun Dafa et gagne rapidement une réputation internationale. Li ne perçoit aucun argent ni n'autorise ses élèves à en percevoir en échange de leur enseignement. Il considère que le Falun Dafa doit exister pour la salut de tous, sans différence de nationalité, religion ou croyance.

**Y.S.**

Pour plus de renseignements, consulter les ouvrages de Li Hongzhi exposant le Falun Dafa : "Chine Falun Gong" et "Zhuan Falun". Aussi le titre aux éd. Trédaniel. Voir également l'article sur le Falun Gong dans le magazine "Actualité des religions" du mois de septembre ... Un autre point de vue pour une meilleure compréhension du problème.

En France, contacter Ming Fa : 01 45 70 88 52 et sur le web : <http://www.compapp.dcu.ie/bzhu/falun.htm!ikjh,hhhhh>.  
En Belgique, Me Yuhong Shi tel/fax : 00 (32) 2 734 03 08  
En Grande Bretagne, Peter Jauhal Tel :00(44) 171 630 8867



# Courrier des lecteurs

**Suite à la lettre de démission de Pol Charoy du Comité Directeur de la FTCCG (Génération TAO n° 12 p. 65), des témoignages de sympathie et de fraternité nous ont été transmis dont celui de notre confrère et rédacteur en chef du magazine Tao Yin.**

Pour M. Pol Charoy,  
Directeur de Publication

Salut cher confrère,

Il semble qu'il soit temps de laisser de côté le différend qui a pu opposer, par erreur, nos publications respectives. Il semble que la saine concurrence ait toujours été plus souhaitable que le monopole. De notre côté nous n'avions, à l'origine, aucune idée derrière la tête en créant Tao Yin, ni en utilisant le terme Tao qui, il faut le convenir, ne nous appartient pas plus qu'à un autre... OK.

D'autre part, nous avons appris votre démission du Comité Directeur FTCCG (Fédération de Tai-chi Chuan et Chi Gong). Cela ne m'étonne pas. En effet, j'ai jadis démissionné pour les mêmes causes de la FFTCCT (Fédération Française de Tai Chi Chuan Traditionnel), que j'avais aussi contribué à créer... et il n'y avait aucune raison pour que quelque chose ait pu changer dans l'attitude des dirigeants de droit divin de cette fédération.

De notre côté, bien que nous soutenions l'action de l'autre fédération de "Qi Gong" afin que cette pratique demeure libre et ne subisse aucune mainmise, fut-ce du Karaté, du Kung-Fu ou du Taijiquan, nous demeurons, avec près de 40 associations réunies dans une Convention Nationale des Arts Classiques du Tao, autonomes.

Il serait temps que tout ce bordel cesse enfin et que l'on commence à respecter la pratique, les pratiquants et les enseignants dans un souci démocratique.

J'ai constaté avec plaisir que vous citez la devise de notre République : Liberté, Égalité, Fraternité... Or, dans le processus actuel de reconnaissance des "fédérations", on est loin du compte : pas d'élections réelles, pas de programmes, pas de contestation des équipes en place depuis la nuit des temps et qui s'auto-proclament sans le moindre souci démocratique, etc..

Je conteste donc la validité citoyenne de ces pseudo-fédérations qui fonctionnent comme des républiques bananières et ne tiennent aucun compte de la représentativité des Associations qui sont, pourtant, censées former une fédération. Il conviendrait de tout remettre à plat une fois pour toute. Il est par exemple scandaleux que chaque association déclarée ne soit pas reconnue comme une personne morale à plein titre, et ceci sans tenir compte du nombre totalement bidon des pseudo-membres...

Ayant été Directeur Technique Nationale à la FNBC (Fédération Nationale de Boxe Chinoise) devenue après mon départ la FFKWS (Fédération Française de Kung Fu Wu Shu), je ne vous apprendrai rien sur les combines concernant les licences et le gonflage permanent des effectifs. Que chacune des "fédérations" fasse ainsi le ménage devant sa porte et qu'elles se retrouvent, ensuite, au sein d'une éventuelle confédération où chacun serait respecté. C'est utopique mais le seul moyen de faire sortir les pratiques chinoises du ghetto dans lequel elles s'enferment par la faute et l'aveuglement de quelques-uns (et unes) ne recherchant que revanche et pouvoir sur autrui.

Dans le cas contraire, nous entretiendrons toujours et encore une forme de résistance qui sera de plus en plus forte vis à vis de ces tentatives autocratiques et hégémoniques. Nous avons résisté pendant plus de 20 ans à

la FFKAMA (Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires) de Delcourt, nous pourrions résister encore un certain temps à la FTCCG et à ses sbires.

PS : L'itinéraire que vous avez décrit, je l'ai également vécu à peu près point pour point, et j'ai également payé cette indépendance. Donc je connais le cheminement. La seule différence est que j'avais déjà donné dans la compétition de TKD en 1973 avec un 3e Dan à Séoul. J'ai fait mon choix en 1976 et abandonné une place de jeune cadre dynamique avec voiture de fonction pour me consacrer à ce qui me semblait essentiel. J'ai donc dans ce domaine encore un peu d'avance et ne m'étonne plus de grand chose. Mais j'ai toujours bon espoir car je ne suis plus tout seul. Amitié confraternelle.

GEORGES CHARLES,  
RÉDACTEUR EN CHEF  
DU MAGAZINE TAO YIN

**Nos deux magazines, Génération Tao et Tao Yin, ont décidé d'entamer une relation de paix après deux ans et demi de malentendus et de conflits en résultant. Nous espérons des 2 côtés que notre initiative servira d'exemple aux futurs projets concernant l'avenir des arts chinois en France, milieu miné par de multiples conflits empêchant son essor naturel, à l'instar du succès des arts japonais dans le monde entier.**

LA RÉDACTION

Je suis content que Pol Charoy ait pris conscience que le Taiji est aussi un état d'être... Il ne faut surtout pas s'entourer de gens qui profitent des disciplines pour se faire reconnaître. Dans notre regroupement, je ne me suis jamais mis en avant, j'ai mis notre discipline en avant. C'est un point très important. Tous les groupes qui voudront

profiter d'une quelconque discipline pour chercher à se faire connaître se tromperont toujours. Et partout...

JACQUES CHENAL,  
RESPONSABLE NATIONALE  
DES ARTS MARTIAUX CHINOIS À LA FFKAMA

Je vous écris suite à la parution du manifeste dans le NGT n° 12. Pratiquant et enseignant le Qi Gong, j'ai ressenti à travers vos mots une grande déception. Cette déception, je l'ai eue il y a quelques temps. J'étais impatient il y a trois, quatre ans, quand le Qi Gong essayait de prendre ses marques officielles, de voir unifier nos arts qui sont issus de la même essence. Quel bonheur il y a un an de nous retrouver dans une seule fédération, avec le tai ji, notre cousin.

J'ai dû vite déchanter à mon niveau régional, quand j'ai vu ce que vous avez constaté. Alors je suis allé voir la FFQGD, une fédération de requins disait-on. Quelle différence! Les décisions à prendre étaient finalisées par un vote. Quelle démocratie! Je passe sur les sous-entendus des éventuels problèmes que l'on pourrait me faire si j'allais à la FFQGD. Votre décision de quitter la FTCCG me reconforte dans ma décision de ne pas continuer avec cette fédération. La sérénité qui en suit, je vous la donne.

Recentrez-vous sur notre magazine pour qu'à travers lui nous puissions retrouver toute votre énergie.

JEAN-PIERRE BENGEL  
D'ETUPES

**Bonne chance à tous ceux et toutes celles qui œuvreront dans une intention fraternelle pour le bien du TAO dans les institutions liées au domaine des arts chinois. Que la force du TAO soit avec vous.**

LA RÉDACTION

# Brèves

**Directeur de publication et de rédaction**  
Pol CHAROY

**Directrice Artistique**  
Imanou RISSELARD  
**Rédacteur en chef**  
Manikoth VONGMANY  
**Secrétaire Générale de Rédaction**

Delphine L'HUILLIER

**Chef de studio**  
Dominique RADISSON

**LES RÉDACTEURS**

**Calligraphie**

SUN Wendi

**Site Internet :**

[new-generation-tao.com](http://new-generation-tao.com)

Dominique RADISSON

**Communication**

Sandrine TOUTARD

**Biotao la voie de l'écologie**

Marc FRÉJACQUES,

POLIMANOU

D. HODGSON-BOURGEOIS

Jean MONTSEREN

Jean MOTTE

**Infos**

Alain van LECKWYCK

Evelyne MARC

Ali HAMOU

**Ethno Tao**

Delphine L'HUILLIER

Jean-Jacques SAGOT

**Wushu**

SUN Gen Fa,

Bruno CONTAT,

Michel TEXERAU, YUAN

Honghai, Eric CAULIER

**PHOTOGRAPHIES**

Fred SERRALTA

Jean-Marc LEFEVRE

**CORRESPONDANTS**

**ETRANGERS**

BELG. : F.X. TRAN, Paul MAES

CHINE : SUN Gen Fa

Docteur JIAN, KE Wen

Canada : J.-P. PALOUX

**CRÉDIT PHOTOS ET**

**ICONOGRAPHIES**

Frédéric LEBOYER,

éd. Seuil, Juan II,

Guy Trédaniel éd.

Luce CONDAMINE, Damien

HAMON, David COULON

**PUBLICITÉ**

Pol CHAROY

06 60 29 10 00

**Suivi de fabrication B.E.R.G.**

Christian FERRET

**imprimerie**

**B.E.R.G.**

**ISBN** N° 1278-3803

**Commission paritaire**

n° 1199 K 77577

**distribution MLP**



**Les Editions du TAO**

3, rue Vulpian, 75013 Paris

Tél. : 01 45 35 24 64

Fax : 01 45 35 24 66

Pub : 01 45 35 24 64

**e-mail :**

[newtao@club-internet.fr](mailto:newtao@club-internet.fr)



## Taoïsme et spiritualité

Enseignement philosophique et spirituel taoïste chamanique diffusé par P.R. Dubois.

Séminaires les 16 et 17 octobre, 20 et 21 novembre, les 18 et 19 décembre 1999.

Soins et massages sacrés taoïstes par P.R. Dubois.

Séminaire du 7 au 8 novembre.

Conférence-atelier à la librairie *les 100 ciels*, 23, rue F. Miron, 75004 Paris à 19h30 sur "le Taoïsme originel et le chamanisme". Places limitées.

Le 22/10/99

**Rens. 06.60.23.52.63 ou 01.43.38.73.85**



## Accompagnement à la grossesse et à la créativité artistique

L'asso. *Ah le Prinetemps!* animée par Viviane Lefèvre (auxiliaire puéricultrice et comédienne), Catherine Laporte (sage-femme formée à l'acupuncture et au rebirth) et Renate Faulhaber (artiste plasticienne et gestalt-thérapeute),



organise des ateliers pour vous accompagner pleinement dans ces moments importants de la vie, que

sont la grossesse et la (re) naissance. (9/10, 19/10, 6/11 et 23/11).

Aussi au programme des ateliers d'arts plastiques liés à la spontanéité des mouvements corporels pour mieux explorer la créativité présente en chacun de nous (10/10, 7/11, 12/12 et 9/01).

**Rens. 01.69.20.65.14 tel/fax : 01.43.47.00.97**



## Atelier de clown

« Chacun a un clown caché au fond de lui. C'est cet être innocent qui sommeille en nous, qui vit dans l'instant présent et qui apparaît lorsque tombe le jugement de soi... » Ateliers et stages à Paris avec François Mérinis, art-thérapeute et praticien en Rebirth.

**Rens. : 01.70.00.40.01**



## Élixirs floraux

Auteur de l'article du mois, Dominique Le Bourgeois-Hodgson assure des consultations à Paris.

**Rens. : 01.43.06.47.01**



## Géobiologie

Pour vous aider dans votre relation à votre environnement : Patrick MERCIER, thérapeute et géobiologue, réside dans le sud-ouest où il poursuit un travail de recherche sur la géographie mégalithique et celle des lieux de culte.

**Rens. : 06.86.64.26.22**



## Avis de recherche

Aperçue pour la dernière fois à Nankin, Dominique Colliot a disparu. Si elle réapparaît, contacter Francine FEVRE, 15, rue des Ecluses CHAUCRE 17190 St Georges d'Oléron **Tél. : 05.46.76.73.20**



## Energétique traditionnelle

Stage pratique d'Energétique Traditionnelle du jeudi 21 octobre 1999 au dimanche 24 octobre 1999. Lieu : Lagorce près de Libourne (33) - Mise en situation sur des patients avec encadrement de professeurs diplômés. - Stretching postural avec professeur diplômé.

- En soirée, table ronde et discussion des cas ou autres. Niveau requis : ouvert à tous praticiens ou étudiants en acupuncture (minimum troisième année). Places limitées.

**Contact : J. MOTTE au 01.46.68.03.17**

**E mail : motte.jean@wanadoo.fr ou centreimhotep@wanadoo.fr**



## TAO YIN magazine

Nos frères de Tao Yin, sous la direction de Georges Charles comme rédacteur en chef, vous ont concocté un numéro 16 sur les dimensions sacrées et psychologique des

pratiques orientales. Une grande place est réservée à la méditation bouddhique. Autres articles sur : deux articles sur « la psychologie des 5 éléments » et « Jung et le sacré » ainsi qu'un portrait sur « Krishnamurti, l'anti-sectaire ».



Une floraison de sujets est ici traitée : Feng Shui et coureurs, macrobiotique, l'esprit du karaté, les pierres et cristaux en médecines traditionnelles, l'oniromancie... **35 F chez votre libraire**



## Yi Jing

Le Groupe Djohi-Paris, asso pour l'étude et l'usage du Yi Jing (B.P. 322, 75229 Paris CEDEX 05) propose des réunions autour de la théorie sur les « familles » d'hexagrammes nucléaires. Pour les dates, contactez : **J.-P. De Leeck tel. 01.30.30.20.88 ou Pierre Faure (01.48.07.11.76)**



## Feng Shui

L'association française de Feng Shui organise des séminaires de formation en vue de nous aider à mieux comprendre comment adopter ce

vénéral art à nos modes de vie occidentaux tout en nous guidant dans cette recherche d'harmonie avec notre environnement. Du 15 au 17/10 et du 19 au 21/11 à Cergy/Paris.  
**Rens. 01.30.38.54.47**  
**ou email : pierrette.charbonnel@virgin.net**

### **1er congrès mondial Qi Gong**

Le Premier congrès mondial du Qi Gong a eu lieu du 9 au 14 septembre 1999 à Hambourg (Allemagne). Un compte rendu est prévu pour le prochain numéro.  
**Rens.**  
**Ya Dong,**  
**20 rue Chalgrin**  
**75016 Paris,**  
**Tél. fax :**  
**01.45.02.10.97**

### **Taijiquan**

Eric Caulier, 5e Dan, anime une journée le 24/10 sur les bases et fondements du Tai Ji style Chen, de 10h à 16h à Mons. Eric sera aussi présent le 20 octobre à 20 h pour une conférence à la librairie *Les 100 ciels* 23, rue François Miron, 75004 Paris  
**Tél. Fax :**  
**00.32.65.84.63.64**  
**00.32.65.84.44.90**

### **Infos culturelles**

Nous vous suggérons un site complet à consulter pour tout ce qui touche à l'Asie :  
**www. Eurasie.net**

### **Conseil du Sifou**

Un couple d'amis français m'a fait découvrir un petit resto vietnamien, cheap, copieux et délicieux, situé au kiosque du Grand Rond à Toulouse, en plein centre ville, en face des magnifiques jardins des plantes. Mon cœur était méfiant (vous savez, les conflits interminables entre chinois et vietnamiens), mais l'accueil délicat de la maîtresse des lieux, Hélène Huynh, et le goût des plats ont séduit mon palais si difficile ! C'est délicieux, pas cher et copieux. Leur cuisine



a un tel succès à Toulouse qu'Hélène et sa famille ont ouvert depuis 2 ans un autre resto à 5 minutes du kiosque.  
 « Chez Moi », 3 rue des Frères Lion à Toulouse  
 Tél. : 05.62.73.01.69.  
 Une bonne raison de faire des Week-ends à Toulouse

### **Qi Gong**

 L'association *Les Temps du Corps* organise toute l'année des stages et ateliers de Qi Gong à Paris et Nanterre, animés par Ke Wen et Bruno Lazzari.



Au programme :  
 • Daoyin Yangsheng Gong, Qi Gong pour nourrir l'intérieur, 5 animaux.  
 • Amaigrissement, antistress, Qi Gong des yeux, animé par Ke Wen, les 16/17 octobre à Paris.  
 • Qi Gong des enfants, pour enseignants et parents, animé par Laurence Cortadelas à Nanterre, les 16/17 octobre.  
 • Initiation au Qi Gong, animé par Bruno Lazarri, à Paris, le 20 novembre.  
**Tél. 01.47.25.79.14**

### **Stress, un ami pour la vie, par Jenni Adams**



Vous avez entre les mains un guide pratique pour coopérer avec le stress. Il propose des solutions créatives qui s'adaptent à tous les modes de vie pour résoudre les problèmes quotidiens.  
**Les Éditions de l'Éveil**  
 (Brèves suite p. 77)

# TAI CHI CHUAN

K7 vidéos du Grand enchaînement des 108 mouvements  
 Style YANG



*Jean-Jacques Galinier & Katy Barcelo*

Volume 1 *La Terre & l'Homme*  
 Volume 2 *Le Ciel*

+ livret avec description détaillée des postures à l'intérieur pour chacune des K7

*Deux cassettes vidéo d'une grande qualité pédagogique et esthétique pour découvrir ou perfectionner votre pratique du Tai Chi Chuan en vous apportant une nouvelle relation avec votre corps, votre environnement et votre espace intérieur. Forme 108 du style Yang, Dao Yin Qi Gong, travail à deux, commentaires au rythme des mouvements...*

**179 FF l'une ou 319 FF les deux**

Frais de port : 20 FF pour une cassette, 28 FF les deux

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

Tél. ....

Choix .....

Règlement à l'ordre de :

**GRAND ROND PRODUCTION**

9 rue des Potiers 31 000 Toulouse

Tél. : 05 61 63 15 38 Fax : 05 61 63 14 38

# Nouvelles de Belgique



## Réseau Belge des Arts Internes Chinois

Trois à quatre fois par an, le Réseau organise des rencontres d'un jour pour découvrir les aspects de l'enseignement d'un ou plusieurs de ses membres ou d'un enseignant invité. Cela permet également aux enseignants belges d'apprendre à se connaître, en toute ouverture, dans le respect des particularités de chaque école. Cette journée est accessible à tout enseignant d'arts internes chinois (taijiquan, qi gong, bagua zhang, xingyi quan, etc.) et à leurs élèves avancés. Une réunion réservée aux membres du Réseau suit cette journée de pratique.

A l'occasion de la rencontre du 6 juin dernier, une vingtaine de personnes ont eu le plaisir de découvrir les quatre styles majeurs de taijiquan, présentés



Eric Caulier expose les différences entre les écoles de Taijiquan

par Eric Caulier, membre du Réseau, enseignant et formateur d'enseignants, auteur du livre "Voyage au coeur du Taijiquan" (éd. Trédaniel) et qui a obtenu en mai dernier le 5e Dan en Wushu à Pékin. Eric nous a présenté l'historique et les caractéristiques de chacun

du Tai Chi et du Qi Gong qui aura lieu le samedi 8 avril 2000.

Sur Internet en anglais : <http://www.worldtaichiday.org>; en anglais et français : [http://ourworld.compuserve.com/homepages/KAN\\_LI\\_DAO/O/kld12wtcd.html](http://ourworld.compuserve.com/homepages/KAN_LI_DAO/O/kld12wtcd.html).



Georgette Caulier démontre les principes du style Chen

des styles avec beaucoup de clarté et de profondeur, et nous en a fait vivre certains aspects en reprenant la séquence "tirer sur la queue de l'oiseau" avec l'aide de deux assistantes.

Le Réseau déploie petit à petit sa notoriété, et va se constituer en association sans but lucratif pour le début de l'année prochaine. Il a aussi posé sa candidature à la Fédération Européenne de Taijiquan et de Qi Gong et coordonne la partie belge de la Journée Mondiale

**INFORMATION :** La dernière rencontre a eu lieu le dimanche 26 septembre autour du thème : "Qi Gong, les bases de l'enseignement de Mantak Chia", animée par Yvette Lethem, instructeur certifié de Healing Tao.

**Rens. : Réseau Belge des Arts Internes Chinois, c/o Alain van Leckwyck - avenue Heydenberg 100/7 - 1200 Bruxelles (Belgique) - Tél. fax : 00 32 (0) 2762 44 17 - e-mail : KAN\_LI\_DAO@compuserve.com**

# Ting Jing, principe d'écoute

Installé dans un grand gymnase, le tatamis reçoit les élèves de Michel Dussauchoy et des habitants de L'Île d'Yeu venus assister à un stage de Tai Ji Quan et d'Aïkido.

L'échauffement est commun aux deux disciplines et de l'orteil aux cervicales, tout est passé en revue. Chaque geste est commenté par le professeur et même pendant l'échauffement, c'est Ting Jing que l'on travaille. Ting Jing, c'est le premier principe, c'est l'écoute de son corps, de sa respiration, "la vague du souffle, le corps respire par tous les pores de la peau". On tient ses chevilles : le souffle résonne dans le dos. "Ne pas forcer son corps : juste être à l'écoute" est la phrase que nous avons le plus entendu lors des échauffements.



La culture de Michel Dussauchoy et sa curiosité font de l'échauffement un voyage dans les différentes écoles chinoises et japonaises : Qi Gong, gymnastique taoïste, eutonie. Nous prenons contact avec tout le corps avant de réviser les déplacements de base et les pas d'Aïkido et de Taiji. Là aussi, il nous bombarde d'informations sur les différences et les points communs entre Aïkido et Taiji de l'école Yang ou Chen, voire le Xing Yi et le Ba Gua. Pour tout ce qu'il montre, il observe l'intérêt de chacun : Ting Jing c'est

aussi mettre en relation les uns avec les autres grâce à l'écoute.

Après les déplacements, nous faisons le lien avec nos deux mains : l'étude du Taiji Gun (bâton) nous apprend la relation mains-centre : "Ce n'est jamais une main seule qui fait le mouvement, celle-ci ne peut appuyer si celle-ci ne tire pas". L'interdépendance est flagrante au bâton. Le travail du centre aussi. Autre instrument traditionnel : le ballon. Les mouvements sont semblables à ceux du Taiji Bang (bâton court) mais le toucher et le contact sont très différents.

Aïkido-Taiji Quan, même combat... Le travail du contact à deux est matérialisé par le ballon et l'on s'aperçoit alors que Ting Jing c'est encore l'écoute du partenaire, de ses réactions, le contact permanent.

*Tui-shou et  
Aïkido ont ceci  
en commun :  
la non-écoute  
de l'autre  
amène le  
conflit et la  
"sanction  
immédiate".*

Nous apprenons le Dalu ; là encore l'écoute de l'autre est permanente. On "colle" avec nos jambes, bras, centre : "Il faut se mettre jusque dans les pieds du partenaire — explique-t-il — et la différence entre ce contact et celui de l'Aï-

kido c'est que l'on fait tout en Aïkido pour que l'autre puisse chuter, tandis qu'en Taiji on fait tout pour que l'autre ne puisse pas s'en sortir en chutant".



L'aspect martial du Taiji Quan est essentiel à son étude, car un bon mouvement est un mouvement compris. On ne fait rien par hasard, la justesse va de pair avec la compréhension. L'étude des atemis en Aïkido résulte de la même volonté à ne pas reproduire des gestes, même à la perfection, mais à savoir ce que l'on fait et pourquoi. Ainsi le Tao lu prend-il une autre saveur.

Qu'avons-nous vu encore ?  
Mille choses... et l'éclipse solaire (très taoïste) pendant laquelle nous avons interrompu le stage, Ting Jing à l'écoute de l'univers ?



**Sandrine Toutard**

Renseignements :  
Michel Dussauchoy,  
5, rue de la Vistule, 75013 Paris.  
Tél. : 01 44 23 86 32

infos



# The Sifou in England

Le cousin d'un ami de Hong Kong de mon oncle hélas décédé est prêt à me recevoir dans sa demeure à Londres. Je prends l'Eurostar avec la peur de me noyer dans l'eau. Ces occidentaux avec leur technologie, ils sont quand même gonflés pour déranger l'ordre naturel des choses. Un train dans un tunnel sous l'eau!!! Rien de mieux pour affronter mes peurs ancestrales localisées dans mes reins, organes reliés à l'élément eau dans la théorie des 5 éléments.



Un centre de médecine chinoise en face de la gare de Bath



Gerrard Street, une rue animée par les artistes

Avec mes techniques de Qi Gong cultivées depuis l'aurore de ma vie, je suis quand même paré à toutes les situations! On ne me fera pas reculer sur ma décision! Quand Sifou dit, Sifou fait! J'y vais! Il y en a des milliers de passagers qui ont traversé l'eau avant moi, pourquoi arriverait-il quelque chose à mon train à moi? Un accident, une explosion dans mon train à moi? Jamais, je suis protégé par mes ancêtres et mes génies. En plus mon karma est purifié grâce à mes bonnes actions. Au fait il ne faut pas que j'oublie d'aller prier avant le départ, c'est mieux qu'une bouée de sauvetage. C'est la sagesse chinoise : mieux vaut prévenir que guérir....

(...) Pendant ces 20 minutes, j'ai été un peu stressé mais on n'a même pas l'im-

pression d'être sous la mer. Ils sont vraiment très forts ces occidentaux! L'épreuve initiatique passée, il faut que je m'habitue à regarder à droite pour traverser le « street ». Oh surprise! L'ambiance est cool ici! Mon corps se sent à l'aise dans cette foule, tout circule, les pelouses sont accessibles au public pour une pause et une bonne petite sieste, les conducteurs de bus sont de diverses ethnies (indien, pakistanais, noir africain, chinois, etc.), c'est le melting pot. Moi qui m'attendais à des gens distants et froids, mon vieux corps se détend et se régale à parcourir les pelouses et les parcs. Contrairement à Paris, les jardins sont ouverts en permanence et n'ont pas de grilles interdisant l'accès... Les bâtiments et les jardins sont visuellement moins beaux qu'à Paris, mais mon corps se sent intérieurement plus relax, plus cool... Je voyage d'un bus rouge à l'autre avec mon day ticket. C'est libre! Mais bon la vie est quand même plus chère que dans la capitale française.

C'est incroyable! Chinatown (dans le district Soho) est indiqué sur des panneaux, il y a même des pavillons chinois qui délimitent le quartier. Quelle animation informelle! Ca bouillonne de Qi! Une rue piétonne (Gerrard Street) qui est la colonne vertébrale du quartier, des restos, des supermarchés, des librairies, des musiciens dans la rue, des tatoueurs de calligraphie...

*...et des centres de médecine chinoise avec leur enseigne donnant sur la rue!!!*

C'est pas possible, j'hallucine! Je prends vite une photo pour montrer cela à mes copains pratiquants de Médecine Traditionnelle Chinoise et d'acupuncture en France, eux qui sont persécutés par l'Etat et le grand Ordre des médecins. Ca va peut-être leur donner de l'espoir avec l'ouverture de l'Europe.

Je vous épargne le récit de mes retrouvailles avec mes hôtes. Pendant ces quelques jours, ils m'ont fait visiter les alentours et surtout la belle ville de Bath réputée pour ses influences romaines. Magnifique! Ce qui est étonnant c'est que les pratiques alternatives s'affichent dans les rues dans toutes les villes que j'ai visitées : centre de méditation à côté d'une auberge de jeunesse, centre de médecine chinoise en face d'une gare, conférences sur la spiritualité, des tas de books et de magazines sur le Feng Shui, les médecines parallèles, l'écologie, la spiritualité, etc. J'ai même aperçu une publicité pour des cours de méditation dans le métro!!! Imaginez cela à la RATP! Les minorités





Une boutique de médecine chinoise dans les rues de Londres

alternatives et spirituelles s'affichent. C'est pas seulement le pays du libéralisme économique, c'est aussi celui du libéralisme de l'esprit! Quel exemple de tolérance! Soyons heureux, vivons alternatifs en Angleterre!

Avant de vous laisser préparer le passage à l'an 2000, j'aimerais vous transmettre l'expérience de ma little vie. Je sais que l'an 2000 représente un moment important pour vous occidentaux! J'ai traversé beaucoup de choses dans ma vie pour atteindre ma little sagesse : j'ai connu le pouvoir de l'Empereur comme mandataire du Ciel, les guerres sino-japonaises, la famine, les exodes, l'arrivée du communisme, la découverte du féminisme, la révolution culturelle, l'exil loin de la terre de mes ancêtres, des petits métiers pour survivre en France alors que j'étais vénéré pour mon statut de lettré en Chine, des naissances et des décès, des séparations et des retrouvailles, etc., tout ça je l'ai vécu et inscrit dans ma petite âme! Moi j'ai subi des changements, des révolutions dans ma vie présente, mais vous qui vivez dans une démocratie en paix, vous pouvez choisir votre changement, votre révolution intérieure sans passer par un événement tragique et violent comme mon pauvre peuple. Vous avez cette chance, ne laissez pas passer cette occasion, profitez-en pour vous changer! « Be cool »! Paroles d'ancien, mais pas encore d'ancêtre!

# Rencontre et union au sommet

## Le 19 septembre 1999 sera une date à retenir dans l'histoire des arts martiaux chinois en France.

En effet, depuis 20 ans coexistaient deux entités représentantes du kung fu wushu (FFKAMA et FKWS) qui aujourd'hui sont réunies en un seul groupe. Remercions au passage le Ministère de la Jeunesse et des Sports et monsieur GARSON, Pdt de la FFKAMA, qui ont œuvré pour cette réalisation malgré les "obstacles" historiques. Cette rencontre avait pour objectif la sélection des équipes de France (technique et combat) en vue des prochains championnats du monde à Hongkong début novembre 1999.

La partie SANDA comprenait plusieurs catégories de poids allant des moins de 60 kg à 90 kg; les combats ont été de bonne qualité et animés d'une ambiance amicale et martiale. La partie technique malheureusement écourtée a confirmé la bonne santé du wushu au sein du nouveau "groupe France" même s'il reste beaucoup à faire au niveau international. En conclusion, cette matinée conforte l'idée qu'il aurait fallu fusionner depuis longtemps sans perdre de nombreuses années comme on l'a fait!

Nous constatons encore une fois le manque d'information et de communication, car cette manifestation aurait mérité une meilleure médiatisation — notamment auprès des clubs — pour inaugurer cet événement tant attendu.

Ali  
HAMOU

### LA SÉLECTION Championnat du monde nov 99 à Hong Kong

La liste des sélectionnés pour les championnats du monde à Hongkong en novembre est la suivante :

#### Combat

- 60 kg :  
TOCQUEVILLE Frédéric  
- 70 kg : ROUSSEAU Cyrille  
- 80 kg : ATTELY Stéphane  
- 85 kg : TOULZA Mathieu  
- 90 kg : TAGHBALOUT  
Karim

#### Technique

MARIE-LUCE Eddy  
LAROCHÉ Simon  
ZERROU Farès  
TURAN Bulent  
ALINO Frédéric  
CAZOR Gauthier  
CHUNG Marc  
NGO Mathieu

Bonne chance à toute l'équipe!

*Nous comprenons que les dirigeants de la FKWS et de la FFKAMA n'aient pas souhaité la médiatisation et la publicité pour une première rencontre des compétiteurs afin de préserver l'éthique sportive.*

La rédaction

infos

## Jacques CHENAL, artisan et défenseur d'une politique fédérale respectueuse du Journal Officiel

Souvent désigné du doigt dans les questions fédérales, l'actuel responsable national des arts chinois au sein de la FFKAMA nous plonge aux origines de la structuration des A.M.C.\* en France. Pour mieux le connaître...

*Jacques Chenal, pouvez-vous nous parler de votre parcours de pratiquant et de dirigeant?*

J'ai commencé les Arts Martiaux Chinois (A.M.C) en 1967 avec Me HOANG Nam et suivi par la suite trois autres professeurs. En 1979 la FFKAMA s'est intéressée aux A.M.C. Le directeur technique de l'époque, Guy Sauvin, m'a convoqué à la fédération pour me rencontrer. Suite à cette entrevue, je lui ai montré physiquement ce qu'étaient les A.M.C. Il m'a alors demandé si cela m'intéressait de les structurer en France. Après un temps de réflexion j'ai accepté.

Je tiens néanmoins à souligner qu'une personne, M. Willy Pham Loi, avait essayé de structurer cela avant

moi. A cette époque, 200 licenciés A.M.C étaient recensés au sein de la FFKAMA. J'ai été à la base de toutes les structures qui existent, comme l'organisation des championnats de France, coupes d'Europe. J'ai même cumulé,

*Pas d'équipe autour de vous?*

Au début, personne, bien évidemment.

Je suis le fondateur de toutes les structures qui existent actuellement et j'en suis fier. Des élèves m'ont par la suite rapi-

depuis cette époque l'intérêt des professeurs et des pratiquants en A.M.C.

En 1984, j'ai eu la chance de rencontrer Me Wang Weiguo grâce à qui nous avons pu établir un pont culturel et technique avec la Chine populaire, ce qui a été un départ important pour les A.M.C. en France. Nous avons été invités à participer à la première coupe mondiale organisée par et en Chine. La Chine, qui n'avait pas de sport national, a beaucoup investi pour le développement des A.M.C dans le monde.

*Quelle a été votre politique, votre idée directrice, pour développer les A.M.C au sein de la FFKAMA?*

Ce qui m'intéressait était que tous les licenciés soient dans la légalité et puissent, de ce fait, passer des grades et diplômes officiels, et bénéficier d'une bonne formation. La FFKAMA était délégataire pour notre discipline. C'est ce qui nous a sûrement différenciés d'autres fédérations qui ont davantage cherché une reconnaissance personnelle et financière.

Contrairement aux critiques à mon égard, j'ai pensé aux licenciés plutôt qu'à moi. Il est possible que je le regrette maintenant (rire et amertume). Si vous observez bien, vous



Jacques Chenal animant des démonstrations d'Arts Martiaux Chinois dans les années 80

à l'époque, plusieurs fonctions : entraîneur de l'équipe de France, responsable de l'arbitrage, responsable des grades; j'ai aussi effectué de nombreuses démonstrations, stages et cours pour faire connaître notre discipline. Je continue actuellement. Je suis vice-président de la fédération européenne de WUSHU et membre de la commission mondiale.

dement secondé et remplacé. Une de mes règles de conduite étant qu'on ne peut pas organiser à long terme sans confiance entre collaborateurs. Très rapidement, d'autres compétences nous ont rejoint à la direction. J'ai été observateur au comité directeur de la FFKAMA pendant plusieurs années avant de m'y faire élire. J'ai défendu

remarquez que je ne me suis jamais mis en avant dans des publicités, quelles qu'elles soient.

*Quels avaient été les moyens mis en œuvre à l'époque? Aviez-vous un budget important?*

Non, bien sûr. Au départ je n'avais aucun budget. Ce n'est qu'en 1994 que j'ai obtenu mon premier budget de la fédération de Karaté. Cependant, je parvenais toujours à trouver un terrain d'entente avec l'ex-président, M. Jacques Delcourt, qui, contrairement à ce que l'on pense, nous a beaucoup aidé pour le développement des A.M.C.

*On arrive à un point sensible qui est la répartition du budget. Quelles sont vos sources de financement? Proviennent-elles des licences?*

Suite à un protocole avec le président Delcourt, sur une licence à 145 francs, 85 étaient attribués aux A.M.C, et 21 à l'organisation des compétitions dans les ligues.

Afin de mieux structurer notre discipline, nous avons créé une association qui s'appelait : Union Nationale des A.M.C,

transformée par la suite en FUFAMCE. Elle nous a permis d'avoir une autonomie budgétaire. A l'époque, on disait que les A.M.C coûtaient de l'argent à la FFKAMA. Pourtant, 850 KF. ont été économisés durant notre autonomie. Bien sûr, tout cet argent a été reversé à la FFKAMA.

*Quel intérêt d'avoir reversé ces économies à la FFKAMA?*



*En Chine en 1986, Jacques Chenal en costume accompagné de l'équipe de France et de M. Garson (à sa gauche), l'actuel pdt de la FFKAMA*

Je suis un ancien chef d'entreprise, la gestion, je sais faire. Nous avons créé la FUFAMCE pour gérer notre budget. Nous voulions investir dans des locaux, matériels et personnel, pour, à terme, devenir autonomes. Les structures d'une fédération passent obligatoirement par des économies. Je ne pensais pas seulement à l'année en cours mais aux années à venir. Suite à la demande de la

## Par Manikoth VONGMANY

FFKAMA pour que la FUFAMCE quitte les structures du Karaté, j'ai été contraint de restituer cette somme à la FFKAMA.

*Comment est donc réparti ce budget? Dans un communiqué (voir Génération Tao n° 12 p. 25), une association, ALLIANCE, vous demande une transparence sur une somme de 2,4 MF versée à la FUFAMCE.*

illégalement 1,2 MF par saison. Ces chiffres sont complètement erronés. La FUFAMCE n'a fonctionné au sein de la FFKAMA qu'une saison et demie, comme je vous l'ai expliqué auparavant, nous avons restitué la totalité de notre budget. A la FUFAMCE, nous avons un cabinet d'expertise comptable, ainsi qu'un commissaire aux comptes. Dernièrement, le Ministère de la Jeunesse et des

Tout d'abord, il faut savoir que le groupe ALLIANCE n'est constitué que de licenciés de la FFKAMA m'ayant demandé à cette époque des postes de cadres; mais il ne suffit pas de demander pour obtenir, encore faut-il en avoir les compétences physiques, et dans tout rassemblement, il y a toujours un groupe d'aigris...

Selon les accusations de cette association, nous aurions dépensé

Sports (MJS), suite à ces accusations, a demandé une contre-expertise de nos comptes par le commissaire aux comptes de la FFKAMA. A ce jour, et jusqu'à preuve du contraire, les comptes de la FUFAMCE sont irréprochables. On a pu constater que 80 % du budget de la FUFAMCE étaient dépensés pour le "sportif", ce qui comprend : l'entraînement de l'équipe de France, l'organisation

## Interview Jacques CHENAL

des compétitions nationales (coupe, championnat) et internationales, déplacement des athlètes, arbitres, entraîneurs, locations de salle, assistance médicale, etc. Les 20 % restants sont des dépenses d'ordre administratif.

Je tiens à souligner que depuis que je suis à la FFKAMA, je n'ai jamais perçu un centime de salaire ni de défraiements camouflés. Je suis un vrai bénévole. C'est pour cela que certaines accusations me désolent un peu. Maintenant, beaucoup de gens ont du mal à imaginer les Arts Martiaux sans business. Eh, bien ! cela existe encore, j'en suis la preuve vivante.

*Mais alors quels sont les avantages de la fonction ? Qu'est-ce qui vous a motivé à devenir président ? Est-ce votre désir d'être pionnier, votre passé de dirigeant en tant que chef d'entreprise qui vous ont poussé ?*

Je suis bénévole et j'insiste. Je suis quelqu'un qui aime aller jusqu'au bout des choses. On m'a demandé de m'occuper des A.M.C. J'essaie de respecter mes engagements, toujours en suivant la légalité. Avant moi, il y avait 200 licenciés, et aujourd'hui, mon équipe et moi-même avons réussi à réunir 15 000 licenciés environ. Croyez moi, cela fait plaisir !

Les seuls avantages de ma fonction ont été d'avoir voyagé dans le monde entier avec l'équipe de France, et de pouvoir de temps à autre manger au restaurant, comme tout responsable. De plus, au début des A.M.C, c'est mon entreprise personnelle qui en finançait le développement !

*Pouvez-vous donner des informations aux lecteurs sur la situation fédérale actuelle et à venir dans les A.M.C ?*

A la demande du nouveau président de la FFKAMA, la FUFAMCE n'est plus rattachée à la FFKAMA. Néanmoins elle continue son existence. Actuellement, la FFKAMA a la délégation de pouvoir pour le KUNG-FU et, comme par le passé, nous représentons les affinitaires de cette fédération. La FKWS, avec ses 3 000 licenciés, dirigée par Dan Schwarz, vient de nous rejoindre au sein de la FFKAMA. Néanmoins, la FKWS continue son existence en dehors de la FFKAMA. Tous les licenciés de part et d'autre participeront aux compétitions des deux fédérations. Pour les championnats du monde qui se dérouleront en Chine au mois de Novembre, une équipe commune sera élaborée.

*Si je reviens au communiqué d'AL-*

*LIANCE, pourriez-vous donner des précisions sur les conditions de votre élection comme président de la FUFAMCE ?*

C'est simple. Comme toute association, il y a eu création d'un comité et cela à la demande de l'ancien président de la FFKAMA. Afin d'obtenir un protocole d'accord, quelques responsables et moi-même avons créé la FUFAMCE. A ce jour, aucune licence financière n'a été demandée pour la FUFAMCE. Afin d'organiser une assemblée générale légale, nous avons structuré les ligues en association FUFAMCE. Il faut savoir que le MJS, à une époque, reconnaissait la FUFAMCE, puisqu'on nous avait convoqués, ainsi que les FFGDA, FQG, FTCCT, FKWS, afin de nous regrouper dans une même fédération (Tae Kwan Do).

*Avec toutes ces années d'expérience, créer une entreprise, un mouvement en France, est-ce facile, difficile ?*

Que ce soit facile ou difficile, ce n'est pas le plus important. Je serai toujours critiqué par ceux qui auront loupé leur grade, leur diplôme, leur sélection, leur ambition. Je pense qu'on est arrivé à une étape importante pour les A.M.C. Jusqu'à ce jour, le MJS n'a pas

toujours tenu compte de notre existence légale et a donné caution à des groupes illégaux, mais, que voulez-vous ?

*Avez-vous de l'espoir pour l'avenir des Arts Chinois et l'ensemble des pratiquants ? Que pensez-vous de la coupure entre interne et externe ? Ne risque-t-on pas de perdre cette dimension culturelle et spirituelle comme dans le Karaté ?*

J'espère qu'avant 2001, tous les groupes A.M.C pourront s'entendre. On ne peut pas continuer à diviser les A.M.C en interne et externe comme cela existe actuellement. C'est un non-sens, une méconnaissance des A.M.C. Tout est lié quelque part. Ainsi, dans le brosse du genou du Taichi chuan, vous retrouvez l'interne et l'externe ; le Taichi est un art martial. Je souhaite que tous les groupes s'unissent afin de constituer enfin la Fédération Française des A.M.C. J'espère faire partie de ces nouvelles structures, ayant prouvé mon savoir-faire tant sur le plan technique qu'administratif. Je crois avoir encore beaucoup à donner aux A. M. C.

\*AMC : arts martiaux chinois



la porte ouverte sur la Connaissance



## Médecine Traditionnelle Chinoise

Organisme de formation N° 01 207 02 113

- Acupuncture et moxibustion • Pharmacopée
- Diététique • Tui Na (massages)
- Yang Sheng (prévention et longévité)
- 
- Enseignement sur Paris, Marseille, réparti en week-ends de septembre à Juin
- 
- Un cycle fondamental pour acquérir les notions essentielles
- Une formation avancée réservée aux praticiens
- 

A retourner à l'école U MEN  
57 Cours Mirabeau - 13100 Aix en Provence

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
Code postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_  
Téléphone \_\_\_\_\_

Déjà recevoir une documentation gratuite

## Institut d'Energétique et d'Acupuncture Traditionnelles Chinoises



# I.E.A.T.C.

Vous aussi, devenez

## ACUPUNCTEUR TRADITIONNEL

20 ans d'expérience  
Des centaines de praticiens formés

Médecine Traditionnelle Chinoise

Formation complète en 3 ans  
pratique et clinique

Et aussi cours théoriques  
par correspondance

FRANCE ET SUISSE

28, av. Georges-Clemenceau 92330 SCEAUX

☎ 01 47 02 51 00

✉ [www.ikanka.com/IEATC](http://www.ikanka.com/IEATC)



# 3615 SHIATSU

(0,37 F la minute)

Vous recherchez un enseignement structuré :

- Shiatsu familial : 100 h
- Shiatsu découverte : 250 h
- Shiatsu liberté : 100 h

Ces cours peuvent être pris en WEEK-ENDS et/ou en semaine, en journées et/ou en soirées. Notre nouvelle formule : une formation rapide intensive, facile, par modules, pour chacun de ces thèmes en fonction de vos souhaits.

ATELIERS SHIATSU A THEMES :

- Shiatsu relaxation
- Shiatsu de la personne âgée
- Shiatsu de la femme enceinte
- Shiatsu du bébé
- Shiatsu relaxation adapté aux hommes d'affaires
- Shiatsu assis. Etc...

## ECOLE DE SHIATSU

R. C Paris A671 035 277 000 19

41 Rue de Paradis 75010 Paris  
(près Gare de l'Est-Gare du Nord)

Tél. : 01 45 23 48 88

Fax : 01 42 46 83 12



inscription et consultation gratuites !!

Un cours de Taiji près de chez-vous ?  
Un praticien de médecine chinoise ?  
Une formation de Qi Gong ?  
Un soin, un massage ?

A Paris, Bruxelles ou Yaoundé ?

La réponse sur Internet !

# ANNUAIRE FRANCOPHONE des Arts Energétiques

[www.generation-tao.com/annuaire](http://www.generation-tao.com/annuaire)

# Tao's folies



## Les religions du monde par Douglas Harding

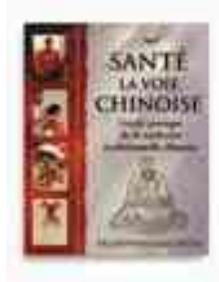
Dans ce livre, Douglas Harding nous guide jusqu'au cœur des principales religions du monde : Hindouisme, Bouddhisme, Confucianisme, Taoïsme, Zen, Judaïsme, Christianisme et Islam, dont il nous montre que loin d'être rivales, elles sont complémentaires. Il nous entraîne dans une véritable aventure à travers les différentes cultures et traditions du monde, mais en même temps, nous offre l'occasion de regarder en nous-même.

Éditions Accarias l'Original, 95 F

## Santé, la voie chinoise par le Dr Stephen Gascoigne

Ce nouveau guide pratique de la médecine traditionnelle chinoise, agréablement présenté et complet, vous propose différents thèmes : la méditation, la diététique, le qi gong, le massage chinois, les plantes médicinales, etc. Une façon de vérifier que la médecine chinoise est bien une tradition holistique.

Les Éditions de l'Éveil



## Le livre du thé par Jean Montseren

Cet ouvrage de référence a été écrit par un tea-taster professionnel, compagnon de la Voie du thé. Il présente les différents thés, les méthodes de préparation, ce qu'il faut savoir sur les théières, les vertus des nombreuses sortes de thés, et invite le lecteur à une découverte de l'esprit du thé grâce à des textes sur l'art de le goûter et les cérémonies. Ici, comme dans les dits et actes des Maîtres du thé, la justesse technique du geste et la sage clarté du propos sont deux versants d'une seule conduite.

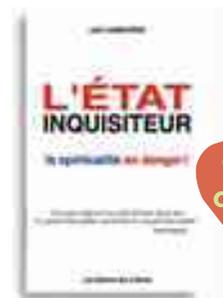
Éditions du Rocher, 120 F



## L'État inquisiteur, la spiritualité en danger

par Joël Labruyère. L'État inquisiteur est le résultat d'une enquête de trois années au travers de laquelle l'auteur explore les coulisses de ce qui est devenu une véritable « chasse aux sectes ». Il offre ici un ouvrage à contre-courant du flot médiatique et éditorial actuel. A quoi correspond la floraison de groupes spirituels et qu'est-ce qui les anime ? Pourquoi sont-ils diabolisés ? Qui tire les ficelles de cette désinformation et pour quelles raisons ? Les auteurs répondent à ces questions en analysant les différents rouages d'une mécanique à marginaliser les hérétiques. Un livre pour observer « l'exception française » sur la question des minorités spirituelles. Un travail courageux à lire absolument !

Les Éditions des 3 Monts, 110 F (tel. 0386475914 & e-mail : 3.monts@wanadoo. fr)



## Le ginseng, racine de longue vie par J-C. Chomat

En Asie, depuis plusieurs millénaires, le ginseng est l'objet d'un véritable culte pour ses innombrables propriétés médicinales : stimulation, régénération, revitalisation... Il a la réputation de freiner le vieillissement de l'organisme, d'où son surnom aujourd'hui universellement répandu : la racine de longue vie.

Editions Dangles, 93 F

## Astrologie chinoise authentique

### par Nguyen Ngoc-Rao

Le présent ouvrage traite de l'astrologie chinoise de la pure tradition, telle qu'elle est enseignée et pratiquée dans les communautés asiatiques à travers le monde. Il a pour objet de fournir un enseignement complet, solide, et surtout en stricte conformité avec la ligne officielle, c'est-à-dire avec la tradition savante, écrite.

Les Éditions du Dauphin, 150 F



De la tradition à la modernité



**Visitez le site WEB**

[www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)

Le magazine en version numérique

**Écologique**

Les articles à la carte

**Personnalisé**

Des dossiers par thèmes

**Encyclopédique**

Des leçons d'experts en ligne

**Vidéos**

Un forum et un blog

**Interactif**

L'agenda

**Stages, Cours et Formations**

Toutes nos pratiques

**Qi Gong, Wushu, Wutao...**

Une boutique spécialisée

**Pratique**

Abonnements et paiements

**Sécurisés**

Un espace privilège, des services en plus

**Le "Club Tao"**

**Entrez dans l'ère de la communauté Tao**

# Trois rencontres, trois dimensions...

**Sur la route qui conduisit Morihei Ueshiba à fonder l'aïkido, trois rencontres avec des hommes incarnant chacun une dimension technique, intellectuelle et spirituelle, eurent une influence fondamentale sur sa vie et son œuvre. Ces trois portraits, associés à trois citations du Maître, nous offrirons l'occasion de méditer sur cet art martial par essence ternaire.**

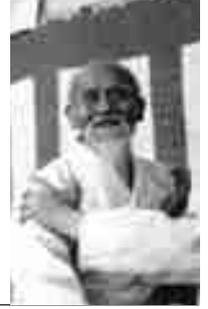
## **KUMAGUSU MINAKATA (1867-1941)**

### **la conscience écologique et globale**



Dans le Japon de la première moitié du XXe siècle, Kumagusu Minakata fut un personnage peu commun. Au regard de son œuvre, le terme le plus approprié pour le désigner est celui d'ethnologue, mais ses activités furent immenses, car c'était un véritable humaniste. Cet érudit, qui parlait dix langues couramment, produisit d'innombrables écrits et conférences ayant trait à la biologie, l'archéologie, la botanique, la minéralogie, l'anthropologie, l'astronomie, la théologie. Homme de réflexion, mais également homme d'action, il lutta toute sa vie contre l'Etablissement pour protéger l'environnement, favoriser l'instruction des masses, réduire les inégalités et rapprocher les peuples. Ses prises de position, totalement en marge du contexte socio-économique du Japon de l'époque, ont conservé toute leur pertinence aujourd'hui. On pourrait même dire qu'elles sont plus que jamais d'actualité. Elles peuvent se résumer ainsi : Minakata naît en 1867 dans la ville de Kayama. Après un parcours sco-

1. Défense de l'environnement s'appuyant sur une connaissance scientifique des phénomènes vivants.
2. Utilisation de tous les moyens (nous dirions aujourd'hui medias) possibles — écrits, conférences, correspondance, expositions, enregistrements — pour une diffusion la plus large possible de la connaissance.
3. Engagement en faveur de l'internationalisme, des échanges culturels entre nations et d'une meilleure compréhension entre les peuples.
4. Promotion d'une conscience globale universelle : la terre est une globalité, chaque chose est étroitement liée aux autres.
5. Combat incessant pour une justice sociale et plus d'équité dans la répartition des richesses entre les hommes.

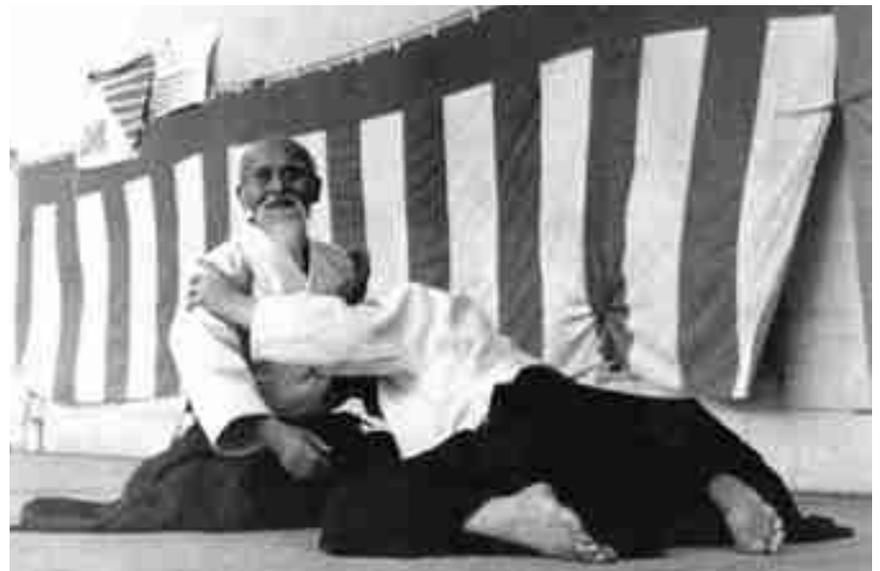


laire marqué par une soif d'apprendre immense, il part aux Etats-Unis à l'âge de 21 ans. Il étudiera deux ans au Michigan Agricultural College, puis il voyagea en Amérique centrale, aux Antilles, en Amérique latine, partageant même, un temps, la vie d'un cirque italien en tournée. Il s'établira à Londres en 1892, où il résidera huit ans, travaillant pour le British Museum au service des recherches orientales.

En 1900, il retourne définitivement au Japon, et s'installe à Tanabe en 1904. Il crée une université populaire, y donne des conférences, classe et expose les milliers d'échantillons de plantes qu'il a collectés durant ses voyages. Parallèlement à ces activités qu'il poursuivra jusqu'à sa mort, Minakata développe la seconde partie de son œuvre. Au Japon, sa popularité reste encore de nos jours liée à ses inlassables activités en faveur de l'environnement, de la justice sociale et de l'équité économique.

En 1906, le gouvernement du Meiji décida de réorganiser le réseau des sanctuaires du pays. Sous des apparences de modernisation étatique, cette réforme cachait de sordides intérêts financiers. En effet, chaque sanctuaire était composé d'un temple traditionnellement environné de forêts préservées, souvent séculaires. La fermeture d'un sanctuaire signifiait la destruction du temple et la confiscation par l'état des propriétés avoisinantes. Les zones forestières ainsi confisquées étaient vendues à des spéculateurs attirés par l'abattage et la commercialisation du bois. Minakata s'opposa violemment à cette réforme, ce qui lui valut d'être emprisonné par les autorités. Il soutenait que cela appauvrirait la faune et la flore, et par la disparition des rites locaux, fragiliserait les traditions religieuses japonaises. Soutenu par la population, il eut gain de cause, et réussit à protéger la région de Tanabe des aberrations constatées dans le reste du

pays. La rencontre entre Ueshiba et Minakata eut lieu en 1910. Minakata défendait les pêcheurs et artisans de Tanabe, exploités par les industriels



locaux. Le jeune Morihei, très épris de justice sociale, se joignit au mouvement de protestation, participant de façon active aux manifestations. L'érudit impressionna beaucoup le jeune Ueshiba, qui lui offrit ses services de garde du corps. A la fin de sa vie, il confia la chose suivante : "Minakata était un grand homme. Il m'a incité à étudier, et à considérer le monde comme un tout".

Au-delà de l'écologie et de la justice sociale, s'il est un précepte de Minakata qui marqua sans nul doute le jeune Ueshiba, c'est celui des relations entre les peuples. A une époque où l'impérialisme constituait un des fondements idéologiques du monde occidental, Minakata prônait une vision internationaliste. Il souhaitait aider à la connaissance et à la compréhension des religions et des folklores, et rêvait d'un monde de fraternité et de respect.

Comment ne pas en voir une expression émouvante lorsque, cinquante ans plus tard, Morihei Ueshiba déclara, dans une allocution préparatoire à un déplacement à Hawaï :

**“ Je vais à Hawaï pour construire un pont d'argent et de compréhension mutuelle...**

**Je veux construire de tels ponts partout afin de rassembler les êtres humains par l'harmonie et l'amour.**

**Je crois profondément que la tâche de l'aïkido est là (...). Le véritable art martial (...) inclut tous les êtres dans un même amour et travaille pour la paix de toute l'humanité ”.**

Prochain numéro :

Sokaku Takeda, le dernier des samouraïs.

Philo & TAO

# 3<sup>ème</sup> Grande Constellation Religieuse

Les Religions  
chinoises vues  
comme l'une  
des trois grandes  
constellations  
religieuses du  
monde actuel

*Les trois grands enseignements représentés à gauche par Lao-Tseu (taoïsme),  
au centre par l'enfant Bouddha (bouddhisme), et à droite par Kong-Zi (confucianisme)*

Par Dr François-Xavier TRAN,  
professeur de philosophie des religions  
à l'U.C.L. et à la F.O.R.E.L. en Belgique



*Le rituel des offrandes tient une place importante dans le culte taoïste*

**L**e prophète, le mystique et le sage. Dans la plupart des manuels traitant de l'histoire des religions du monde, on ne tient compte que des grandes religions d'origine sémitique (de caractère prophétique), et d'origine indienne (de caractère mystique), en reléguant les religions exotiques en un appendice extrême-oriental.

Or, ces religions chinoises regroupent plus du quart de la population de l'humanité. Elles avaient réussi à s'implanter en Corée, au Japon, à Taiwan, au Vietnam, à Hong-Kong, Singapour et partiellement en Malaisie, en Thaïlande, en Indonésie et aux Philippines, et enfin parmi les chinois de la diaspora à travers le monde (Hawaï, Californie, Australie...).

La première grande constellation religieuse est d'origine sémitique et de caractère prophétique. Elle englobe les religions abrahamiques : le Judaïsme, l'Islam, et le Christianisme. La seconde grande constellation religieuse est d'origine indienne et de caractère mystique. Centrée sur l'expérience immédiate de l'unité de toutes choses : elle regroupe les religions actuelles de l'Inde comme le Jaïnisme, l'Hindouisme réformé et d'autres religions hindoues

récentes. Une troisième grande constellation originaire de Chine représente le courant religieux à caractère sapientiel et dont la figure dominante n'est ni le prophète, ni le mystique, mais le sage (confucianiste, taoïste). Le taoïsme et le confucianisme s'étaient interpénétrés dans la culture chinoise et avaient façonné un nouveau concept de l'homme religieux anthropocentrique. Le Bouddhisme importé de l'Inde y trouva un terrain d'élection : il s'y était développé dans une forme libérée des déités hindoues, pour ne conserver que la quintessence d'une sagesse salvifique épurée, donnant ainsi naissance au bouddhisme Mahâyâna du Grand Véhicule. Le courant taoïste influença profondément la traduction des sutras dont les termes sanscrits trouvèrent des équivalents taoïstes : ainsi le "nirvana" fut "niepan" ou sinisé par les concepts taoïstes du «wu-wei» ou du «ji-mie» (calme et extinction).

Ce fut ce bouddhisme taoïse qui pénétra en Corée et au Japon par le Nord-Ouest de la Chine, et vers le Sud-Est, au Vietnam, en Malaisie, Singapour, et par le biais de la diaspora chinoise, partiellement en Indonésie et aux Philippines, à Taiwan, à la suite des armées

de Chiang Kai-Shek. On peut inclure la diaspora chinoise de Hawaï et de la Californie. Or, le bouddhisme le plus souvent présenté dans les livres d'Histoire des religions est celui du Tibet (le tantrisme), ou celui du Zen (et du shintoïsme). On occulte complètement le bouddhisme taoïse, de loin le plus pratiqué au monde.

*Le terme de «religion» tel que défini en Occident, ne trouverait aucun synonyme voire d'équivalence dans le vocabulaire chinois.*

Les trois grandes religions en Chine se traduisent par les trois grands «Enseignements» (jiao). Si par religion, nous entendons un ensemble de dogmes, un collège de prêtres, une hiérarchie cléricale, la Chine n'a pas de religion. En effet, dans la pratique bien connue du Culte des ancêtres, on y retrouve un ensemble de rites culturels qui relèvent à la fois des croyances populaires, taoïstes, bouddhistes et des rites confucianistes.

### **L'osmose des trois Grands Enseignements en Chine**

Déjà, dès la première dynastie des Shang (-1750 à -1050), la Chine rendit un culte au Shang-Di (Empereur d'En Haut) ; dès la seconde dynastie des Chou (-1050 à -206), apparut le culte du Ciel. L'Empereur seul offre un



*Confucius (vers 551-479 avant J.C.)*



## 3ème Grande Constellation Religieuse

sacrifice au Ciel. Son rôle consistait à unir le Ciel, la Terre et les Hommes en une harmonie parfaite. Il intercède pour son peuple. Celui-ci n'avait nul besoin de savoir si le rite était taoïste, confucéen ou bouddhiste. Ce fut déjà

dent à franchir les étapes de sept fois sept jours.

Le Taoïsme religieux s'organise aussi en «regroupements-monastères», pour hommes et pour femmes. Les adeptes y vivent ensemble pour s'encourager

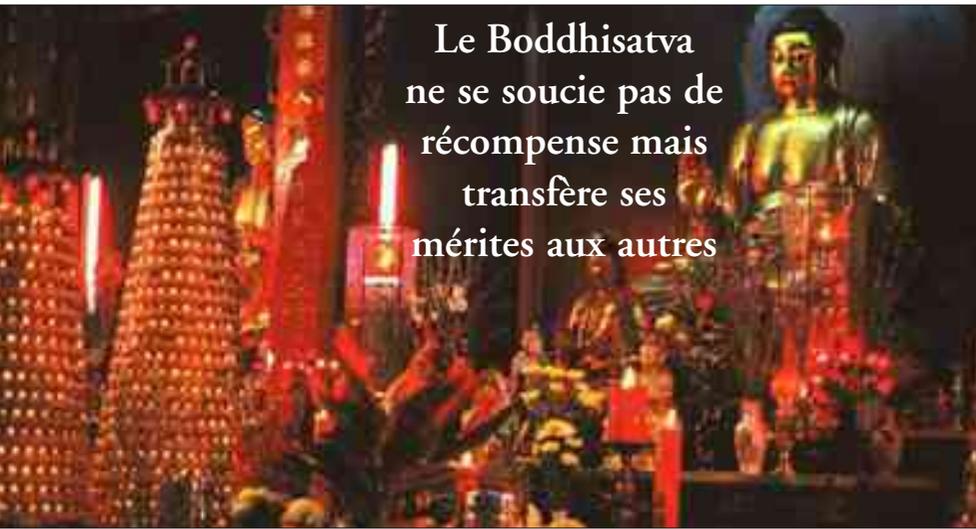
avait pénétré en Chine sous la forme du Grand Véhicule ou Mahâyâna.

Tandis que le Petit Véhicule est très individualiste et n'offre que le salut personnel, le Grand bénéficie de l'appui des Bouddhas («éveillés») et Bodhisatvas (êtres sur la voie de l'éveil) pour atteindre le Nirvâna ou pour entrer au Paradis de l'ouest (Xi-tian) du Bouddha Amida. Le Bodhisatva est un futur Bouddha, qui n'entre pas au nirvâna et fait vœu de sauver tous ceux qui comptent sur lui. Le Bodhisatva ne se soucie pas des récompenses mais transfère ses mérites aux autres.

Cet enseignement du salut avec l'aide d'un Bodhisatva devint la base de l'école de la Terre Pure (Jing-fu), fondée en Chine au 4ème siècle. Elle connut un énorme succès auprès du peuple, car sa pratique est facile et se limite souvent à la récitation répétée du nom de Bouddha (Nian-fo). Elle s'étendit rapidement au Japon sous l'appellation Amida, et forme avec l'école du Zen, les deux écoles bouddhiques principales du Japon.

La présentation du concept des Bodhisatvas dans le bouddhisme chinois aide à comprendre leur équivalent, les «Xian» dans le taoïsme, qui se disent «Immortels». L'imagerie populaire en fait des personnages fantastiques, doués du don d'ubiquité et maîtres des métamorphoses. Ils guérissent des maladies avec les simples, prédisent l'avenir, transmettent un talisman ou une recette magique de longue vie. L'apport taoïste est souvent le fondement de la religiosité populaire chinoise auquel viennent se greffer les rites confucianistes d'observance très stricte, et le déploiement souvent haut en couleurs des célébrations bouddhistes du Mahâyâna.

L'étude du Taoïsme est intéressante à plus d'un égard, car il sert souvent de trame de fond à des célébrations religieuses importantes sur lesquelles viennent se greffer les apports boud-



**Le Bodhisatva  
ne se soucie pas de  
récompense mais  
transfère ses  
mérites aux autres**

la copénétration heureuse des trois Grands Enseignements (Zhong-Jiao). Mises à part les fêtes de commémoration typiquement bouddhistes (Naissance de Bouddha, Illumination), la plupart des fêtes saisonnières dans le calendrier chinois suivent le retour cyclique du Yi- Jing (Livre des mutations), l'un des grands classiques confucianistes, fortement influencé par l'Ecole du Yin-Yang, du Pa-Kua, et des Cinq éléments (Wu-Xing), et par le taoïsme bouddhisé. Le taoïsme religieux marquait depuis des siècles les célébrations du nouvel an, des équinoxes, de la fête des fantômes, du balayage des tombes, de la fête des lanternes, de la mi-automne ... Les Dao-Shi, ou maîtres taoïstes, se spécialisent aussi dans les exorcismes, s'imposent comme sorciers-guérisseurs avec un pouvoir plus ou moins imposant selon le niveau du «Kung-fu» acquis, et accompagnent les morts dans l'au-delà par la pratique des «sept», le retour du «Won» sept jours après le décès et l'ai-

dans la pratique de certains exercices exigeant des pouvoirs cosmiques et ésotériques. Le fondement est souvent une approche psycho-corporelle comme celle du prêtre taoïste fondateur du Tai Ji au mont Wu Dang. La pratique religieuse comprenait de grandes fêtes au cours desquelles aux périodes d'équinoxes par exemple, on faisait des offrandes à des divinités (Shen) dont le concept peut se comprendre dans le sens de «génies».

### **Influence du Taoïsme sur le Bouddhisme**

Le Bouddhisme fut introduit en Chine seulement au début de l'ère chrétienne. Des moines venus en pèlerins de l'Inde apportèrent avec eux les sutras qu'ils traduisirent par la suite en chinois. On peut imaginer les difficultés d'une telle entreprise sans compter les dures années passées à l'apprentissage du chinois. Grâce aux efforts des moines comme Bodhidharma, le Bouddhisme

dhistes et confucianistes. L'exemple le plus typique se retrouve dans le déploiement de la procession des funérailles d'un riche notable chinois d'une ville cosmopolite comme Singapour : la base même des rites est taoïste sur laquelle se greffe le rituel social confucianiste suivant des règles les plus strictes de prérogatives diverses, avec souvent un déploiement de bonzes bouddhistes psalmodiant des sutras en sanskrit translittérés en sons chinois. Cela relèverait déjà d'un grand défi d'essayer seulement d'en démêler ne serait-ce que les fils conducteurs taoïstes.

### Religion et économie

L'intérêt que le monde occidental porte de plus en plus au taoïsme s'explique par plusieurs apports récents de la culture chinoise en Occident. Le facteur qui y a le plus contribué est certainement le zazen. Le second se retrouve dans l'adoption des traitements de santé d'approche holistique tels que : l'acupuncture, le massage chinois, le tai-ji, le qi-gong, l'alimentation yin-yang, la macrobiotique. Le troisième se remarque dans le succès de développement économique des petits dragons et tigres de l'Asie du Sud-Est, qui ont tous en commun cette culture et cette tradition chinoise imbriquées des trois grandes religions.

L'influence de cette grande constellation religieuse s'étend bien au-delà des frontières chinoises, en englobant toute l'Asie de l'Est et du Sud, et les pays de fortes concentrations de chinois d'outre-mers. L'esprit entreprenant des chinois commerçants et hommes d'affaires des pays dragons qui réussissent si bien à se tailler une place de choix dans la forte concurrence de l'économie du marché s'est nourri de la quintessence même des trois Grands Enseignements : confucianiste, bouddhiste et taoïste.

**F.X.T.**



Le Docteur François-Xavier TRAN est Canadien d'ascendance chinoise (mère cantonnaise, père foukiennois). Homme de recherche, il s'investit entièrement dans diverses disciplines et obtient plusieurs titres et diplômes dont : Docteur ingénieur à l'Ecole Polytechnique de Montréal ; Superviseur de Recherche-Développement en Biotechnologie-environnement pour l'I.C.I. (Imperial Chemical Institute) ; Professeur en sciences de l'environnement à l'Université du Québec ; Professeur en Génie de l'environnement pour les Nations-Unies à l'Asian Institute of Technology en Thaïlande, etc.

Aujourd'hui, il se consacre à la vie monastique comme moine bénédictin au monastère St André de Clerlonde à Ottignies en Belgique depuis 1992. Parallèlement, il dispense son savoir sur les philosophies et religions orientales à l'Université Catholique de Louvain (U.C.L.) et à la Faculté Ouverte des Religions et Humanismes Laïques (FOREL) de Charleroi.

### Programme 1999-2000 du cours «Le Taoïsme, approche holistique de longévité» à l'UCL

- Intro à l'approche holistique taoïste de longévité- Les 3 anthroposophies chinoises - Le taoïsme comme sagesse philosophique - Lao Zi & le Tao Te King - Zhuangzi et Liezi - Le Qi, souffle de la longévité taoïste : les pratiques du Chang-Qi-Gong et Taiji - L'alimentation Yin-Yang et Chang-Ming (Longue vie) taoïste - Les poètes-reclus taoïstes - La peinture taoïste - Les concepts de Ziran, Wuwei et du Vide dans le Taoïsme - Le Chan ou bouddhisme taoïste - Le zazen - La pratique juste - Epilogue : le taoïsme et l'écologie, importance au seuil de l'an 2000.

Cours à partir du 8 octobre 1999 les vendredi matin de 9h30 à 11h30. Rens.Mme Colette De Jaegere, coordonnatrice, Université des Aînés-Tel : 00 32 10 474181 / fax : 00 32 10 474195

Cours sur le «Bouddhisme Mahayana Vijnanavada» à la F.O.R.E.L. A partir du 12 oct. les mardi de 17h30 à 19h30 Rens. J.F. Rasseaux tél: 00 32 71314610 / fax: 00 32 71 328676 / e-mail: Cifop@cifop.be

Cours sur le confucianisme à l'U.C.L. à partir de fin janvier 2000. Rens. tél: 00 32 2 764 4695 / fax: 00 32 2 7644627

**Il existe, dans la campagne chartraine, une ancienne chaumière perdue dans les champs de blé. Cette vieille bâtisse abrite en réalité un ermitage dirigé par un chamane taoïste.**



**I**l assure les soins, l'enseignement spirituel et différents arts énergétiques d'élévation de conscience à ses élèves venus de la France entière mais aussi de l'étranger. Voici quelques années, Patrice-Raphaël DUBOIS reçut en héritage la Voie des Anciens. Initié par le Vénérable LAO Chanjen, il quitte "la vie ordinaire" pour se consacrer à sa vocation. Pour cela, il crée, sous l'influence de son maître, un ermitage à 130kms de Paris, pour retransmettre en France l'enseignement spirituel de celui-ci.

*Raphaël, qu'est-ce qu'un chamane ?*

Le chamane est un intermédiaire entre le ciel, la terre et les hommes. Le mot chamane vient de Sibérie mais a été universalisé. Sa définition peut correspondre à "homme ou femme de

connaissance ou de pouvoir". Le mot "pouvoir" doit être considéré comme pouvoir d'agir et non pouvoir sur autrui. Chamane n'est pas un titre, c'est un état de fait. On vient au monde chamane soit par hérédité, soit par héritage de ses vies antérieures, ou bien nous naissons avec le potentiel non déclaré, et devons être initié par un maître chamane. Nous naissons chamane comme d'autres personnes naissent musiciens ou écrivains.

Chaque chamane a sa spécificité et son éthique. Il n'est pas forcément un être évolué, certains sont des "chamanes noirs", d'autres des "chamanes blancs", c'est selon leur grandeur d'âme. De par mon héritage j'ai choisi pour éthique la Voie des Anciens, celle de l'esprit du Tao.



*Quelle est la relation entre le taoïsme et le chamanisme ?*

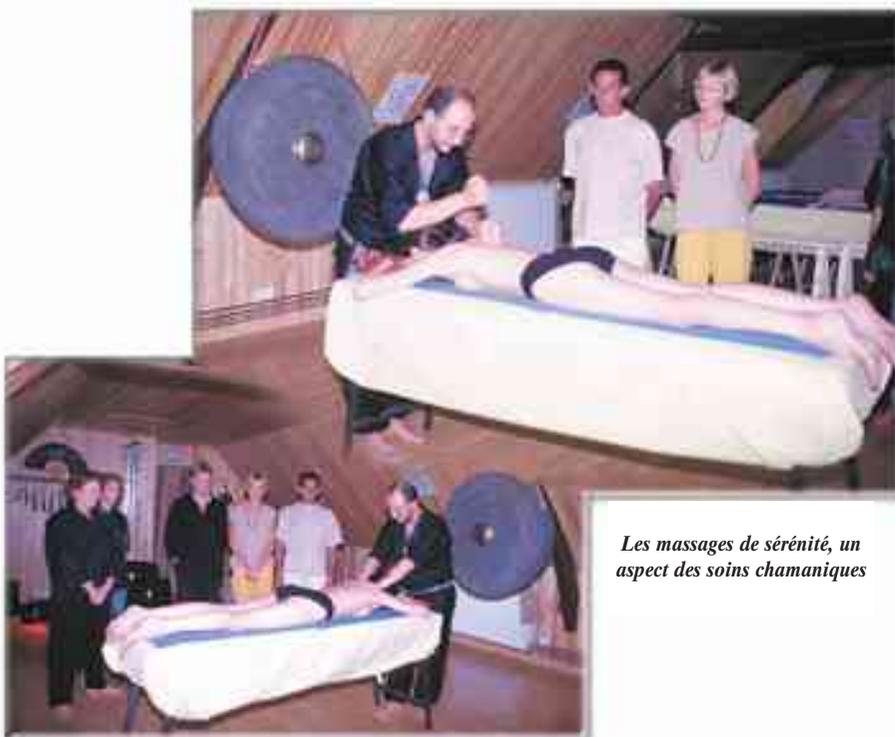
Le taoïsme antérieur avait pour source le chamanisme originel avant qu'il ne perde son essence spirituelle et se transforme, à l'arrivée du bouddhisme en Chine, en religion panthéiste. Le taoïsme n'est pas, comme beaucoup de gens le pensent, une religion de superstition, au contraire, c'est une discipline initiatique, métaphysique et cosmologique comme le prouvent certains classiques antiques.

*Quelle est la vocation d'un chamane taoïste ?*

S'occuper des gens, soulager la souffrance, cela ne s'improvise pas. C'est un long cheminement qui passe par le sens de l'abnégation, le désintéressement et la volonté du partage. Rien ne me réjouit plus que de voir des visages s'éclairer lorsqu'ils sortent des séjours à l'ermitage, ou simplement de sa salle de soins ou de celle de Paris. Un visage qui s'éclaire, c'est finalement le plus beau symbole de la paix, le signe le plus tangible du bien-être mental et corporel. Tout le monde cherche à ouvrir son cœur, aspire à la plénitude, mais nous vivons dans une société qui, trop souvent, nie cette aspiration au bonheur individuel et parfois même, tourmente ces personnes. Aussi, nous devons comprendre que ceux qui viennent à nous recherchent ce qui existe sans savoir pour autant ce dont il s'agit. Ce dont il s'agit, c'est de libérer les tensions psycho-relationnelles des individus. Ouvrir le cœur des gens, c'est faire en sorte que de nombreux problèmes s'effacent d'eux-mêmes.

*Plus facile à dire qu'à faire ?*

Oui, bien sûr, cela passe par beaucoup d'amour. Il faut savoir donner, mais donner avec discernement, en procédant par étapes. Aujourd'hui, le temple



*Les massages de sérénité, un aspect des soins chamaniques*

qui se construit est véritablement à l'intérieur de soi. Tout doit être simple, sans perdre de vue que la transformation de l'être passe par un raffinement de son corps et de son esprit, d'où la nécessité des arts corporels thérapeutiques. La conscience spirituelle a besoin dans notre pays, pour s'élever, de l'alliance des connaissances acquises tant en Occident qu'en Orient. Privilégier les unes aux dépens des autres, c'est se fermer au lieu de s'ouvrir. Dans notre société, les êtres se conduisent comme des profanes. Ils oublient le sens sacré du Tao en occultant les Forces des éléments qui nous entourent. Par ignorance, ils se dispersent dans ce monde du désir et oublient le "wou wei", le non agir, le non être, s'éloignant du chemin du juste milieu. Ils recherchent toujours le phénoménal vers l'extérieur. Laissez-moi vous raconter une histoire: "Il était une fois un jeune chevreau qui, troublé par la suave odeur de musc qui flottait dans l'air, se mit à la recherche de sa source. L'odeur l'enivra et le fort désir de posséder un tel trésor lui fit perdre la raison. Il courait à droite, à gauche, perturbant tout sur son passage, tombant dans un égocentrisme exagéré, délaissant les êtres et les choses qu'il avait tant aimés et se sentant supérieur à tout. Plus il se dispersait, et plus l'odeur l'en-

**La conscience spirituelle a besoin dans notre pays, pour s'élever, de l'alliance des connaissances acquises tant en Occident qu'en Orient.**



*La pratique en cercle sacré permet de protéger le groupe des énergies perverses*

ivrait, jusqu'au jour où, aveuglé par le désir, il ne vit le ravin au fond de la forêt et y tomba mortellement blessé. Mais avant de rendre son dernier soupir, il se blottit et lécha son poitrail et découvrit que l'odeur si agréable qui lui fit perdre la raison, venait de lui-même". Ainsi, comme le chevreau, l'homme court vers l'extérieur, alors que ce qu'il cherche se trouve à l'intérieur. Cela est vide et plein en même temps, c'est le Tao. Lorsque l'homme aura compris cela, non pas avec son mental mais avec son cœur, celui-ci, telle une rose, s'épanouira et laissera apparaître l'esprit du Tao dans l'intégralité de son être.

*Quelles sont les disciplines diffusées à l'Ermitage des Carnutes?*

Le Kun Lun Chan Tao est un enseignement millénaire pluridisciplinaire basé sur la connaissance animiste de la nature qui a, de tout temps, été diffusé dans le but de maîtriser, développer et utiliser le Qi (Force vitale) et de le transcender en Shen (Force spirituelle). Ces disciplines apportent une amélioration physique et mentale au pratiquant. Ce bien-être corporel et psychologique lui permet de lutter efficacement contre toutes les perturbations extérieures et intérieures. Il est simple à apprendre et peut être pratiqué à tout âge, quelle que soit la condition physique ; après l'enseignement, une pratique continue est recommandée.

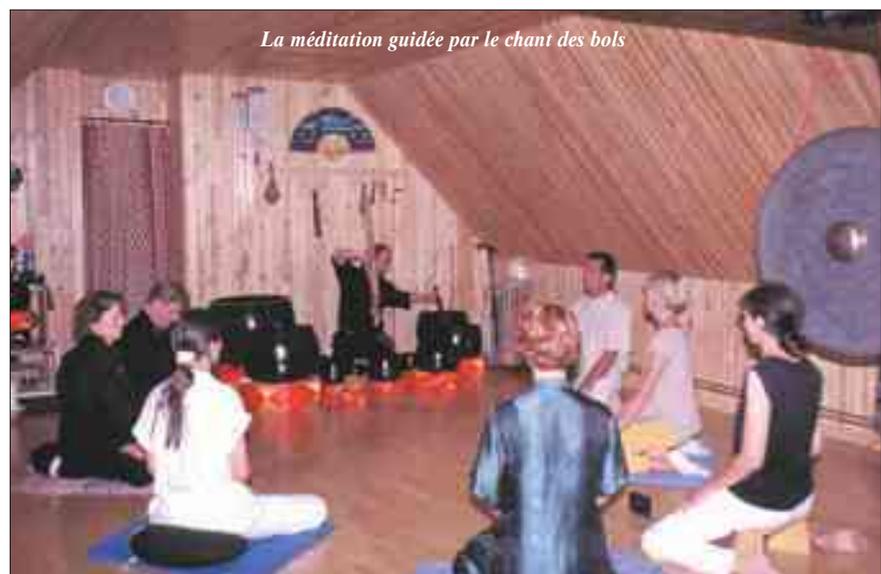
Ce Tao se caractérise par l'utilisation de métaphores pour expliquer les théories. L'une d'elles est celle du dragon et du tigre. Le dragon et le tigre ont plusieurs sens. Ils peuvent symboliser le

feu et l'eau, car le dragon sort du feu et le tigre sort de l'eau. Ils peuvent désigner l'esprit primordial (dragon) et l'essence primordiale (tigre). Ils peuvent signifier le Shen, l'esprit (dragon) et le Qi (tigre). Ils représentent aussi l'essence Qi, le yin / yang, le masculin et le féminin, etc.

Le domptage du dragon et le dressage du tigre constituent une étape importante de la pratique du Tao. Au cours de l'histoire, tous les maîtres se sont entraînés avec le domptage du dragon, et ont cultivé leur cœur avec le dressage du tigre. Par domptage du dragon, on entend l'extinction du feu du cœur, et par dressage du tigre, l'apaisement de l'eau du corps. On peut aussi utiliser les entraînements pour apaiser le cœur et l'esprit, chasser les idées frivoles et purifier la conscience.

La sérénité, apportée par les différentes méditations, est un état spécial du corps et de l'esprit qui vise à protéger ceux-ci des perturbations. Elle permet de repousser les interférences extérieures, d'éviter une dépense

excessive ou inutile d'énergie à l'intérieur du corps humain. On doit accumuler le Qi et le faire circuler dans un état de quiétude. La sérénité constitue aussi un moyen d'accès à la compréhension des lois de la dynamique du corps humain et du monde extérieur. On parvient à un degré de compréhension plus élevé du monde après avoir éliminé tous les obstacles affectant la perception. C'est la raison pour laquelle les différentes écoles du Tao considèrent la sérénité comme indispensable afin d'harmoniser parfaitement le yin et le yang. Outre le Tao Yin (Qi Gong), méditations et disciplines globales du corps et de l'esprit, voici quelques pratiques et disciplines que l'Ermitage des Carnutes diffuse: le Tao Chan Shen, voyage extatique guidé par le chant des bols, des gongs, des cloches, des tambours... ; le Tui Na Fa Gong, soins et massages sacrés de sérénité, le sens du sacré retrouvé ; le Zou Chan, cœur de la méditation, il a pour but d'éveiller en nous une nature semblable au ciel de notre esprit ; le Wou Fa, pratiques chamaniques qui concourent à déployer la conscience spirituelle à des degrés différents et à savoir traduire le langage de cette conscience, ce qui n'a rien à voir avec un quelconque délire mystique. Chaque personne fait l'apprentissage de la conscience, dans le rapport qu'il entretient au corps, à la terre et à l'esprit. Ce qui implique forcément de concevoir un être dans son intégralité et non un être fractionné en morceaux épars qu'il faudrait rassembler comme dans un puzzle. Les



*La méditation guidée par le chant des bols*

## Entre Ciel et Terre, la vocation d'un chamane taoïste



*Le son du bâton de pluie nettoie les corps subtils*



*Un voyage thérapeutique accompagné de chants et du son du tambour*



destiné à faire évoluer et développer la prise de conscience de chaque élève. Il concentre le savoir de ces sages bienveillants, protégeant leur connaissance des mystères de la vie. Cet enseignement lève un voile sur des vérités cachées et les exprime dans le langage d'aujourd'hui, afin de les mettre à la portée de tous. Ce n'est pas une religion, mais plutôt un principe d'hygiène de vie, du corps et de l'esprit, une connaissance que l'on acquiert, une méthode qui permet d'atteindre un équilibre avec la nature et nous-mêmes. L'ermitage des Carnutes est un lieu de paix et de recueillement où l'on cultive l'esprit du Tao.

**E.M.**

cérémonies secrètes de jadis, c'est pour les adeptes du soleil couchant, elles flattent l'ego... Et pour les taoïstes dans l'âme, l'enseignement spirituel des monts Kun Lun.

*Parlez-nous de l'Ermitage des Carnutes. Où se trouve-t-il ? Quelle est sa vocation réelle ? A qui est destiné son enseignement ?*

L'Ermitage des Carnutes a été créé en juin 1997, sous l'initiative du Vénérable LAO Chanjen. C'est une école à l'esprit communautaire selon l'ancienne tradition taoïste mais aussi un lieu de retraite. Sa vocation : cultiver la paix intérieure et trouver la connaissance à travers le quotidien. Il est régi par l'éthique et le code de déontologie des maîtres de la communauté des monts Kun Lun, eux-mêmes basés sur la voie du cœur-esprit. Une voie destinée à soulager les maux, harmoniser et développer le corps et la conscience. L'ermitage des Carnutes est situé près de Châteaudun (Eure et Loir), sur l'ancien site de la forêt des Carnutes, haut-lieu de la spiritualité druidique. Sa force tellurique facilite ainsi le travail sur la pleine conscience. Son enseignement est destiné à toute personne recherchant l'Esprit du Tao, qu'elle soit artiste martial, pratiquant en arts thérapeutiques, thérapeute ou bien chercheur de Vérité. Il est diffusé en groupe et individuellement. Son principe philosophique est l'expression contemporaine de l'antique sagesse des Anciens, celle à l'essence pure, il est surtout

**Une voie destinée à soulager les maux, harmoniser et développer le corps et la conscience**

### **Renseignements :**

École Kun Lun Chan Tao.  
Association "l'Ermitage"  
Tél. mobile : 06 60 23 52 63  
Ermitage des Carnutes  
10 hameau de Villardon  
28200 LOGRON  
Soins et massages  
S.R.V. Paris et Eure et Loir  
Tél. : 01 43 38 73 85



*Transmission d'énergie sur le corps émotionnel*

## Une Tribu de Chercheurs

Les irréductibles gaulois de l'UAT  
ouvrent leurs portes et vous  
confient leurs trésors...



De gauche à droite : Daniel Raynaud, Lionel Pommier, Pierre Noïtaky, Georges Saby et Thierry Alibert



Le guerrier prend la pose

Du 17 au 28 août, l'UAT (Union d'Associations de recherche et de transmission du Tai Ji Quan) organisait son stage annuel sur l'île d'Oléron. Différents ateliers étaient proposés : forme traditionnelle de Yang Chao Hou, taiji de Yang Chen Fu, ba gua, tui shou, san shou, maniement du bâton, qi gong, calligraphie. C'était l'occasion rêvée pour Génération TAO de rencontrer cinq membres d'une grande famille, riche en individualités, forte d'un savoir-faire, et soucieuse de partager ses connaissances et son expérience.

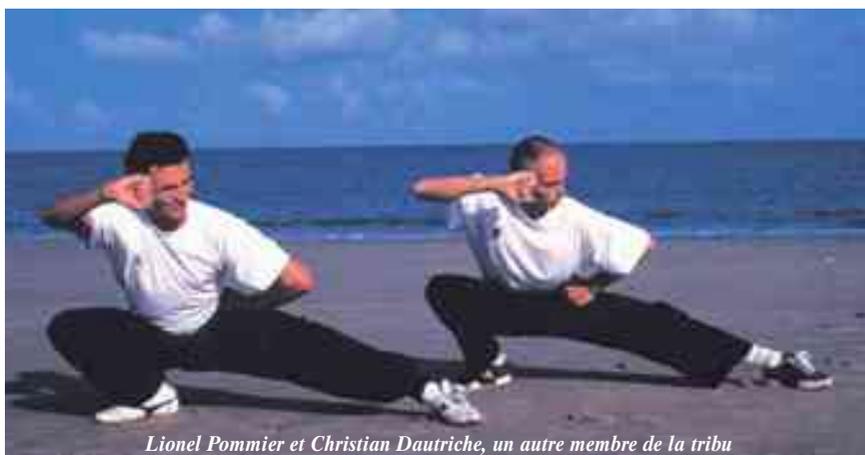
Une association de chercheurs, l'UAT, rassemble plusieurs associations de tai ji quan à travers le monde (Espagne, Luxembourg, Madagascar, Maroc, Algérie), environ 730 membres réunis sous l'impulsion d'un autodidacte, Georges Saby, qui a réussi à se faire connaître par l'enregistrement de cassettes vidéos. Selon la volonté de Georges, le travail d'équipe et d'échange avec d'autres écoles, d'autres styles, se trouve au centre des motivations de l'UAT. Elle offre aux élèves la possibilité de découvrir différents aspects de la

pratique. Sorte de laboratoire expérimental, chaque enseignant se définit comme chercheur : "archéologue de la gestuelle", "pédagogue avant-gardiste", thérapeute orienté vers la médecine chinoise, etc. Toute expérience ou savoir est validé par l'ensemble du groupe après en avoir vérifié l'efficacité, aussi bien martiale que thérapeutique. L'UAT s'attelle aujourd'hui à former des jeunes pour son futur encadrement.

### Georges Saby : "le maître d'œuvre" (directeur technique général)

Georges pratique le tai ji quan depuis plus de 20 ans. Au cours de ses pérégrinations, il rencontre un australien, Erle Montaigne, qui pratique la forme de Yang Chao Hou : "Erle est un baroudeur. Après s'être essayé au tai ji en Angleterre, au bagua zhang à Hong Kong, il devient en Australie l'élève du vénérable ancêtre Chang Yu Chun qui fut l'un des 4 disciples de Yang Chao Hou, le frère de Yang Chen Fu. « Par chance, je suis devenu l'ami du meilleur élève d'Erle ». Mais Georges impose

Par Delphine L'Huillier  
Photos de Luce Condamine et Damien Hamon



*Lionel Pommier et Christian Dautriche, un autre membre de la tribu*



*Quand les chercheurs  
du TAO se rencontrent en stage...  
J.J. Galinier & K. Barcelo de Blagnac*

difficilement son style en France, parfois considéré comme trop agressif dans le milieu des arts internes :

« Pourtant dans la Chine ancienne et féodale, l'art martial était un principe de survie. Il fallait pouvoir défendre son village contre les agresseurs et pour le chef, savoir garder son rang. La médecine et la guerre étaient alors étroitement liées. Connaître les faiblesses du corps humain, son système énergétique permettait de déséquilibrer celui de son adversaire. Au siècle dernier, les armes ayant évolué, toutes les écoles impériales de Nankin décidèrent de modifier tous les arts martiaux pour éviter qu'ils ne tombent dans la désuétude. Tandis que Yang Chen Fu s'orienta vers la santé et simplifia la forme pour la diffuser, Yang Chao Hou ne modifia en rien la forme de son grand-père, Yang Lu Chan, mais il enseigna son art à peu d'élèves, la brutalité de son enseignement le devançant. Son système est à la fois plus complet et plus complexe que celui de Yang Chen Fu. Le rythme et les intentions diffèrent, tantôt dévalant furieux comme un torrent, tantôt calme comme un lac sans vent. Si l'on utilise la force du torrent furieux en la contrôlant, on peut soigner précisément ».

Lorsque j'interroge Georges sur ce que représente pour lui le tai ji quan, il me répond :

*Le tai ji quan est un.  
Il n'y a pas de style  
pour un pratiquant  
qui l'a intégré. Chacun  
met plus l'accent sur  
un point ou sur un  
autre mais tous  
sont semblables.*

Le tai ji quan n'est pas non plus une forme. C'est un ensemble de principes autour du système yin/yang appliqué au corps humain, à l'art martial, à la santé. Chaque maître a modifié la forme selon sa morphologie. Le tai ji, c'est une centaine de principes et non les arrangements de chacun". La maîtrise

de ces principes nécessite un apprentissage long et difficile : "Il faut réussir à intégrer des valeurs propres à la culture chinoise : la patience, l'abnégation et la répétition. J'ai pu faire un travail postural très intense qui me rendait à la fois mal physiquement et psychologiquement, si bien que j'ai décidé d'arrêter mon entraînement, jusqu'au jour où un asiatique s'est approché de moi et m'a dit : "Tout oublié". J'ai compris que dans les moments les plus douloureux, tu dois oublier qui tu es, où tu es et ce que tu fais, tel l'enfant qui s'ouvre au monde. C'est pourquoi la pratique du tai ji te donne l'impression de rajeunir. Mais c'est à soi-même de retrouver cette spontanéité. Le professeur n'est qu'un guide. Chaque expérience est différente. Le tai ji, c'est la mutation permanente.

*Les irréductibles gaulois en rang serré sur la plage pour une photo de famille*





Les ateliers de Tui shou...



et de Bagua Zhang dans le bois de Chaucre



Hubert Lémée est aussi poète... et calligraphe

*J'incite aussi à réutiliser les principes du tai ji dans la vie de tous les jours. La forme, c'est un éducatif, mais l'idéal, c'est d'intégrer les principes et de les vivre.*

En travaillant 14 heures par jour, je n'ai souvent pas le temps de m'entraîner. Par contre, quand je soigne, je pratique le tai ji. Je prête attention aux postures, les spirales des jambes, des pieds, des poignets et j'en ressens tout le bien-être. Un aspect de notre travail de recherche au sein de l'association est de savoir en quoi précisément la pratique du tai ji aide à la santé. En persévérant dans la pratique, on s'aperçoit que les articulations fonctionnent mieux parce que le travail des fluides favorise la circulation des liquides dans le corps (liquide synovial, circulation sanguine, etc.). Mais tout enseignant doit savoir les limites de l'enseignement du tai ji, ce qui est conseillé ou déconseillé : pour les hypertendus, les cardiaques. Tu ne peux pas être ignorant de l'état de santé de ton élève car tu es responsable de son devenir".

**Thierry ALIBERT :**  
**"le guerrier esthète"**  
**(directeur technique des armes)**

Passionné des films de Bruce Lee, Thierry commence à pratiquer le karaté dès l'âge de 15 ans sous la direction de Pascal Signat. Après un entraînement intensif, il obtient très vite de bons résultats et intègre l'équipe de France junior. Mais le manque de partenaires le freine dans son ascension. Son travail avec Bernard Sautarel lui fait alors intégrer des principes de Qi Gong et

S'il y a trop de spontanéité, il faut peut-être revenir à une certaine rigidité. En fait, il faut toujours chercher ce qui manque pour trouver l'équilibre".

Ce sont ces vingt années d'expérience et de recherches qui ont sans doute incité Georges à développer une méthode d'enseignement toute particulière : "Les idées du qi (énergie) sont évasives pour nous occidentaux. Pour aider à notre pratique occidentale, nous essayons de trouver un vocabulaire approprié à notre culture sans pour autant rejeter la tradition. Le cerveau sait intégrer ce qu'il observe et le reproduire. Les enfants apprennent à se tenir droit et à marcher de cette façon. L'apprentissage des mouvements de tai ji suit le même processus. Il suffit à la personne d'organiser l'ensemble des mouvements. Les sensations sont naturellement là, prêtes à émerger. Le rôle de l'enseignant est de chercher à savoir pour chacun ce qui lui permettra de s'organiser : faut-il le toucher ou lui dire un mot gentil? "

Le « savoir-faire Georges Saby » prouve aujourd'hui son efficacité au travers de ses élèves qui remportent des championnats internationaux :

Thierry Alibert et Fabrice Hohn.

**Hubert LÉMÉE :**  
**"le médiateur"**  
**(directeur pédagogique)**

Il applique "la pédagogie en réseaux" à l'enseignement du tai ji, chacun, y compris le maître, occupant une place de choix au sein du groupe. Hubert lance un thème, organise le groupe, et le groupe organise le cours. L'enseignant n'intervient que pour un recentrage de la pratique. Ainsi, tout ce qu'il souhaite transmettre est organisé par le groupe lui-même. Cette attitude crée des liens sociaux différents, loin du schéma hiérarchique et unilatéral de la relation "maître-élève".

**Pierre NOÏTAKY :**  
**"le guérisseur"**  
**(directeur technique de la santé)**

Kinésithérapeute de formation, Pierre s'est spécialisé dans les massages chinois et utilise le tai ji et les principes internes dans son cabinet pour la rééducation : "J'indique des postures ou des mouvements de la forme pour soigner. Il suffit de changer la façon de faire le mouvement.



d'énergétique à la pratique du karaté : "J'ai transformé l'énergie que je consacrais à la compétition pour un travail plus subtil de rééducation grâce auquel j'ai d'ailleurs pris conscience de mon corps et de moi-même".

La rencontre avec Georges Saby se fait quelques temps plus tard. Thierry est déjà professeur de karaté et de boxe américaine et il a fondé son propre centre. Il s'aperçoit avec Georges qu'il a affaire à un expert de tai ji quan qui aborde tous les aspects de la pratique : "Le mythe de Bruce Lee était encore fermement ancré et je recherchais cette gestuelle chinoise, beaucoup plus ronde que le karaté. Le forme ancienne enseignée par Georges me rappelle beaucoup par moments les attitudes animalières de Bruce Lee... mais elle ne m'a pas séduite tout de suite. Georges en développait surtout l'aspect martial. Je l'ai travaillée pour essayer de la rendre plus esthétique". C'est cette recherche qui a sans doute valu à Thierry Alibert de remporter le tournoi international d'Angleterre (98) et le championnat de France en 1999 (la notation dans les tournois se fonde sur 10 critères dont l'esthétique naturelle) : "Aujourd'hui, j'apprends parfois davantage dans la discussion avec Georges qu'en pratiquant réellement".

*Autodidacte par nature, je préfère voir, écouter et ensuite retranscrire à ma façon. Il y a un travail de fond que j'essaie de respecter et puis la forme se personnalise.*

Pour l'avenir du tai ji quan, Thierry souhaite que les formes traditionnelles issues de Yang Chen Fu s'orientent vers de nouvelles perspectives, peut-être plus spectaculaires : changement de rythme, de niveau, recherche de l'esthétisme... tout en préservant les principes internes originels : "Dans notre style, on développe tous les aspects. Le pao shui enchaîne des mouvements rapides. Le san shou permet un entraînement codifié à deux. La variété crée une substantifique moelle et instaure une puissance intérieure. Il existe un danger à vouloir approfondir une seule forme qui ne nous correspond pas forcément. Si tu manges toujours le même aliment, tu risques des carences et un déséquilibre interne. La nature ne fonctionne pas de cette manière et la voie emprunte de nombreux chemins.

"Grâce au tai ji, aujourd'hui à 35 ans, je suis davantage en forme qu'à 25 et je me suis aussi davantage ouvert aux autres, au monde, à la nature. Je ne vois ni ne ressens les choses de la même manière en ayant pris

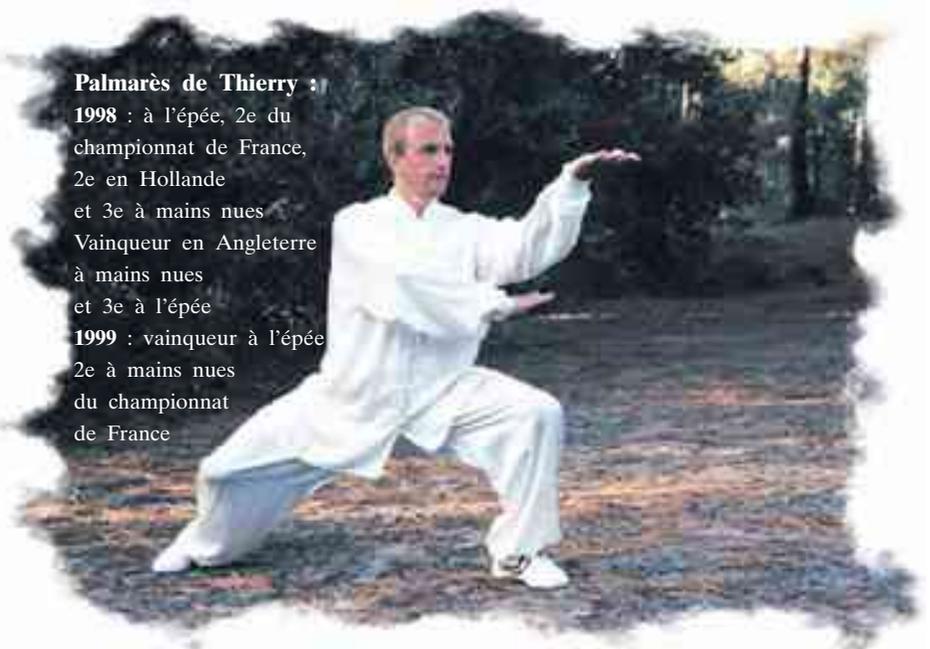
conscience de ce qui m'entourait. Les notions d'amour et de fraternité apparaissent doucement et remplacent un ego démesuré, cultivé dans le milieu des arts externes. J'avais trop travaillé seul pour avoir à me remettre en question. Les deux premières années du travail énergétique, j'ai eu l'impression de ne plus savoir rien faire, une sensation de vide et de doute due sans doute à des blocages très profonds. La rencontre avec Georges m'a beaucoup aidé : sa convivialité, sa chaleur, son humour, et il m'a donné l'impression que l'on pouvait pratiquer un tai ji à la française, rester soi-même, et se débarrasser de l'image du maître inaccessible".

Le Taiji s'apprend aussi en jouant



**Palmarès de Thierry :**

- 1998 : à l'épée, 2e du championnat de France, 2e en Hollande et 3e à mains nues
- Vainqueur en Angleterre à mains nues et 3e à l'épée
- 1999 : vainqueur à l'épée 2e à mains nues du championnat de France





Thierry initie ses élèves au maniement du bâton

**Daniel RAYNAUD :**  
**“le gardien du trésor”**  
**(président de l’association)**

Ses compétences en économie lui offrent la présidence de l’association mais son rôle est de préserver la cohésion du groupe et ses richesses humaines. Spécialisé dans la pratique du tui shou, il devient champion de France cette année à pas fixe : “La compétition m’a permis de révéler mon potentiel et de prendre confiance. Tu es observé par les juges, regardé par le public, et il faut faire abstraction de tout pour essayer de te recentrer au mieux. Je l’ai vécu comme une épreuve, dans le sens d’une confrontation avec moi-même. Aujourd’hui, la pratique du tui shou m’a totalement transformé, mais je ne l’ai pas cherché. Cela s’est fait progressivement et spontanément. Je n’ai plus l’envie de me battre. J’essaie seulement au quotidien de

faire ce que j’ai à faire du mieux que je peux. C’est la sincérité dans la pratique qui permet de t’améliorer... et la route est encore longue”.

**Lionel POMMIER :**  
**“The pushing man”**  
**(UAT sud)**

Lionel pratique le tai ji quan depuis 4 ans. La simplicité, mais aussi la démarche pédagogique et l’efficacité martiale de Georges Saby l’ont tout de suite séduit : “Il nous donne tout ce qu’il sait et nous pousse à grandir”. Enseignant de tai ji quan à plein temps, il a aujourd’hui une nouvelle approche de sa pratique. Sa victoire au championnat de France de tui shou à pas mobile n’est sans doute pas étrangère à ce nouvel épanouissement : “La compétition m’a permis de vaincre mon stress et le tui shou, de vivre des relations plus harmonieuses avec mon entourage”.

Pour conclure, une petite note personnelle. Je tiens à saluer le travail de ces femmes qui œuvrent dans l’ombre : Jacqueline, Véronique, Josy, Luce, Erika et les autres... Discrètes et complices, elles maintiennent l’équilibre familial nécessaire à chacun pour poursuivre ses recherches. Comme le suggère un dicton populaire, il y a toujours des femmes derrière des hommes, en l’occurrence des chercheurs du TAO.

**D. L.H.**

L’UAT organise un stage à Paris le week-end du 11 novembre et prépare un stage d’hiver (tai ji quan/ski de fond) dans le massif central. Contacter Thierry Alibert au : 06 08 58 45 57

Pour tout renseignement sur l’association : UAT, 37, rue des Coulmiers 44000 Nantes Tél. :

Georges Saby à Nantes au : 02.40.65.55.01

Thierry Alibert à Gourdon au : 06.08.58.45.57

Pierre Noïtaky à Béziers au : 04.67.35.07.88

ou Lionel Pommier : 04.67.28.51.93



Les membres de l’UAT vous saluent tribalement bien

**ITEQG**



**Editeur**

# ITEQG

Une série de vidéo-cassettes et un livre qui méritent votre attention. Vous n'y verrez pas de réalisation d'images spectaculaires, ni "d'exotisme énergétique", mais les bases d'un enseignement consciencieux, méthodique et de qualité pour satisfaire votre pratique quotidienne.

## 7 CASSETTES VIDEO VHS-SECAM

par Bruno Rogissart

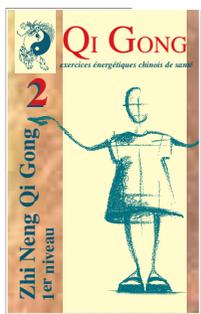
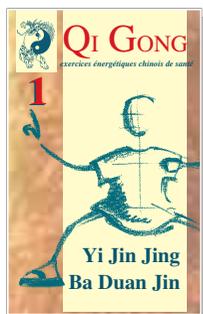
Institut Traditionnel d'Enseignement du Qi Gong

**ITEQG FORMATIONS**

**Rentrée 99  
professorat  
de Qi Gong**

les 16 et 17 octobre  
à Paris

Tél/fax 03 24 40 30 52



**La collection  
des 6 vidéos  
de Qi Gong  
790 F**

**Volume 1 Yi Jin Jing & Ba Duan Jin.**

Méthode de tonification des muscles et des tendons + Les 8 trésors.  
Durée 60' environ. **159 FF**

**Volume 2 Zhi Neng Qi Gong 1<sup>er</sup> niveau.**

Qi Gong de l'intelligence du cœur de Maître Pen He Ming.  
Durée 40' environ. **159 FF**

**Volume 3 Zhi Neng Qi Gong 2<sup>ème</sup> niveau.**

Qi Gong de l'intelligence du cœur de Maître Pen He Ming.  
Durée 60' environ. **159 FF**

**Volume 4 Wu Qin Xi**

Qi Gong des 5 animaux.  
Durée 45' environ. **190 FF**

**Volume 5 Taiji Qi Gong**

Forme en 18 exercices pour Taiji Quan.  
Durée 45' environ. **190 FF**

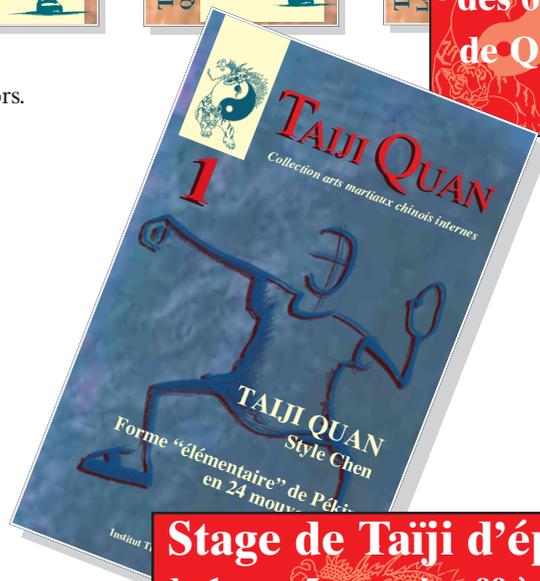
**Volume 6 Taiji Qi Gong**

8 exercices élémentaires.  
Durée 45' environ. **169 FF**

**Volume 1 Taiji Quan**

Style Chen. Forme "élémentaire" de Pékin en 24 mouvements. **Durée 60' environ. 195 FF**

**Nouveauté**  
**Nouveauté**



**Stage de Taiji d'épée  
du 1er au 5 novembre 99 à Paris**

**Stage de Taijiquan  
style Chen**

**(forme en 24 mouvements)**

**du 24 au 28 avril 2000 à Lyon**



**1 LIVRE Qi Gong  
Pratique des Classiques Originels  
par Bruno Rogissart (Éditions ITEQG)**

Origines et principes du Qi Gong. Les bases de la médecine traditionnelle chinoise applicables au Qi Gong. L'organisation énergétique de l'homme. Les fondements de la pratique du Qi Gong.

Pratique des classiques du Qi Gong originel (6 séries complètes).

**1/ Les Auto-massages, 2/ Badua Jin, 3/ les 12 Trésors, 4/ Yi Jin Jing, 5/ les 6 sons et 6/ les 5 animaux.**  
format 17x23, 240 pages, 200 photos, 150 dessins... **175 FF**

Référence    Qté    Titre    Prix

.....  
.....  
.....  
.....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : ..... Fax. : .....

Pays : .....

**Arts pratiqués :** .....

20 F pour 1 produit, + 8 F pour chaque produit supplémentaire

Frais de port ..... Total prix .....

○ Je souhaite recevoir la documentation sur les formations proposées par l'ITEQG

**Tout règlement à l'ordre de : Editions ITEQG BP. 3. 08500 LES MAZURES**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

**Bon Anniversaire**  
**10 ans déjà**



**de Tai Ji  
au Lycée**

**Le Tai Ji Quan a pénétré l'univers scolaire français  
pour la joie des adolescents en quête d'identité.  
Un pas vers le changement ?**





## De la critique du sport de compétition aux nouvelles pratiques alternatives

Professeur d'éducation physique depuis bientôt 30 ans, j'ai pu observer les changements fondamentaux de cette discipline dans le monde scolaire et extra-scolaire durant cette période. D'origine militaire, puis hygiéniste, l'éducation physique s'est entièrement confondue aujourd'hui avec son support actuel, c'est à dire le sport. Il est vrai qu'en une décennie, le "prof de gym" s'est transformé en "prof de sport" pour l'ensemble des consciences de la collectivité scolaire et sociale.

Malgré les dérives de plus en plus inquiétantes du sport (surentraînement, dopage, mercantilisation), l'immense majorité de mes collègues n'a pas fait la critique du contenu qu'elle transmet. Elle reste aveugle devant le foisonnement des techniques corporelles qui se développent avec le métissage culturel et la découverte de richesses traditionnelles ou nouvelles dans le domaine du mouvement.

Cependant, certains d'entre-nous, depuis de nombreuses années, travaillent pour faire reconnaître par les institutions d'autres voies corporelles, comme la danse, l'expression théâtrale, les arts martiaux, le yoga, ou d'autres pratiques non-compétitives. Le succès de ces pratiques auprès des jeunes et de leurs parents reçoit un écho certain au niveau de l'institution scolaire.

Quant à moi, après un passé sportif conséquent, j'ai été très tôt de ceux qui ont fait une analyse critique du sport de compétition. J'ai connu les affres du « gagner à tout prix », mépriser l'adversaire, faire croire au fair-play, meurtrir son propre corps et surgonfler son ego. La découverte du T'ai Ji Quan a agi sur moi comme une révélation.



**Dès mes difficiles premiers pas, j'ai été persuadé que l'engagement sur cette voie allait pouvoir m'aider à balayer tous les stigmates corporels et mentaux du sport à tout va.**

Puis, quand je me suis senti apte, j'ai commencé à introduire petit à petit le T'ai Ji Quan dans mon enseignement scolaire. A cette période, j'enseignais déjà dans le cadre associatif où je m'évertuais à transmettre fidèlement l'enseignement que je recevais de mon propre professeur et des maîtres que je côtoyais. Il m'a fallu chercher une adaptation particulière pour le monde adolescent qui constitue mon "public" professionnel. En dix ans, cette adaptation s'est faite pas à pas, en ajustant le contenu et la pédagogie pour en faire une discipline à part entière, dont les contours aujourd'hui débordent large





## 10 ans de Tai Ji au Lycée

ment le cadre strict de l'éducation physique proprement dite (travail en classe maternelle, formation des professeurs des écoles, interventions en formation continue des professeurs du secondaire, des animateurs de gymnastique volontaire, en école de soins infirmiers...).

Aujourd'hui, je suis persuadé que ma vision du mouvement humain à travers le Tai Ji Quan représente une saine alternative à celle du monde sportif, et suis ravi de voir fleurir ici et là dans le monde scolaire des initiatives du même genre : Tai Ji Quan, Qi Gong, Yoga. Je peux mesurer le parcours déjà effectué, ponctué par la reconnaissance d'une option Tai Ji Quan au baccalauréat, et par les retours que je reçois de mes anciens élèves, sachant bien que ceux-ci nous enrichissent considérablement et contribuent au progrès de nos engagements.

### Comment s'organisent les cours de Tai Ji ?

Concrètement, l'organisation des cours de Tai Ji au lycée dans lequel j'exerce prend deux directions :

- une vers tous les élèves qui me sont confiés.

- une vers ceux d'entre-eux qui veulent s'investir un peu plus loin.

- Ainsi, les classes de lycée qui travaillent avec moi pratiquent 3 cycles de 12 séances (1 par an) de la seconde à la terminale. Je leur présente une ouverture assez large sur les arts martiaux chinois internes. Au fil des années, je me suis rendu compte de la nécessité de les amener à la pratique par plusieurs entrées :

1. L'aspect martial : dès les premières séances, j'aborde ce domaine de façon très sommaire. Cependant, il est important que le Tai Ji soit authentifié comme art martial, et que soient reconnus rapidement ses principes fondamentaux. A travers jeux en situation et exercices éducatifs au tui shou, les élèves se confrontent aux notions de "céder", "absorber", "ne pas lutter".



2. Le relâchement : il répond à une forte demande pour agir en contraste avec l'obligation quotidienne des lycéens d'être en tension permanente. Mouvements de Daoyin, exercices à deux sont les outils pour travailler dans ce sens.

3. L'aspect culturel : le monde scolaire français est culturellement enraciné dans la pensée occidentale. Le contexte du Tai Ji Quan apparaît d'abord comme très exotique mais permet aux élèves d'ouvrir une fenêtre sur un monde et une pensée différents. Par ailleurs, cela permet de clarifier une vision des arts martiaux souvent pervertie par les médias.

4. "L'éducation physique" : l'apprentissage d'une forme éclairée de façon différente certains manques dans la motricité des adolescents et qui passent inaperçus dans les pratiques sportives (latéralisation, équilibre, enracinement, précision du geste, opposition, relâchement- tonicité).

Les cours ont pour ossature beaucoup d'éducatifs au tui shou (poussée des

mains) et l'apprentissage d'une forme :  
- en seconde, une forme à la petite canne.  
- en première, une forme rapide.  
- en terminale, une forme à l'épée.

Les élèves qui choisissent de s'investir beaucoup plus peuvent participer aux cours organisés pour eux : les "ateliers de pratique" du début des années quatre-vingt-dix sont devenus au fil des appellations officialisées des "pratiques optionnelles", et, à ce titre, figurent parmi les options possibles au baccalauréat (coefficient 1).

De la seconde à la terminale, les élèves bénéficient de 3 heures hebdomadaires. Ce volume horaire important est propice à une approche plus lente et plus profonde du monde du Tai Ji Quan. Je leur enseigne la forme de mon école, celle de Cheng Man Ch'ing, ainsi que la forme à l'épée du Maître, et les tui shou. Occasionnellement, je leur propose de petites initiations à la méditation taoïste ou leur consacre une séance informelle à une information plus culturelle sur la pensée et la civilisation extrême-orientales, séance sous forme d'échanges et de discussions.



J'ai eu aussi l'occasion de travailler conjointement avec une collègue de lettres, compétente en littérature chinoise. Celle-ci les a initiés à la poésie chinoise. Nous avons, dans ce cadre, eu la chance de collaborer avec Patrick Carré, sinologue bien connu, traducteur en particulier de la collection "Sagesses".

Ainsi, cette année, 19 élèves ont été les pionniers de cette nouvelle option, dont l'évaluation en contrôle continu, m'a permis une certaine liberté pour quantifier leur "production". Il est vrai que le plus difficile, en rendant compte de mon travail auprès des autorités hiérarchiques, est de leur fournir un référentiel d'évaluation et un relevé de notes, tant la richesse de trois années d'enseignement est impossible à quantifier.

Je peux me retourner maintenant sur ces dix années et me rendre compte que mon enseignement s'est transformé : la difficulté des débuts de faire cohabiter le monde scolaire et la pratique du Tai Ji a fait place progressivement à une symbiose plus harmonieuse, le monde scolaire s'ouvrant et le Tai Ji s'adaptant aux jeunes occidentaux. La différence avec l'enseignement dans une association réside essentiellement dans le fait que chaque année les élèves s'en vont après leur baccalauréat et que la fin de leur apprentissage est programmé. Je dirige ceux qui veulent continuer vers des associations sises dans des villes universitaires.

**C'est la loi naturelle, les élèves doivent un jour quitter leur professeur.**

Certains continuent ailleurs, d'autres s'arrêtent, certains reprendront plus tard dans une autre école. Ils m'écrivent, reviennent me voir ou disparaissent. J'ai le sentiment d'avoir semé des graines qui germeront de façon différente selon l'histoire des uns et des

J'accueille avec bonheur tous ceux qui souhaitent correspondre avec moi à ce sujet et vois d'un œil bienveillant les premières ébauches d'une liaison commune.

J.J.S.



autres. En tout cas, je suis persuadé qu'ils ont tous perçu le sens de la transmission dont nous sommes eux et moi des maillons.

Mon parcours depuis quelques années m'a amené, en particulier en oeuvrant au sein de la FTCCG, à rencontrer nombres d'éducateurs ou d'enseignants de l'éducation nationale qui expérimentent, cherchent dans leur coin, convaincus des bienfaits bien particuliers que peut apporter aux jeunes l'enseignement du Tai Ji Quan ou du Qi Gong. De la maternelle à l'université, ils doivent convaincre les autorités de tutelle, leurs collègues, voire les parents, et doivent adapter leur enseignement en fonction des publics variés que l'on trouve aujourd'hui à l'école.

Des initiatives vont naître pour échanger des expériences diverses, confronter les réussites et les échecs afin d'améliorer ces enseignements et d'aider ceux qui veulent se lancer dans l'aventure.

**Témoignages d'adolescents (Extraits des textes de lycéens option Tai Ji Quan. Lycée Jay de Beaufort Périgueux Baccalauréat 1999)**

### Un moment de repos

Le Tai Ji, pour moi, c'était quelque chose de nouveau. Dans cette société de consommation où l'on vit constamment dans le stress, où pour être considérée, une personne ou une chose doit être rentable, les gens ressentent bien souvent le besoin de se poser et de souffler. Il est difficile entre le lycée et la maison d'échapper à toute cette agitation. Le cours de Tai Ji, c'est le moment calme de la semaine.

Claire Espalieu. TermS.

### Une pratique assidue

Aujourd'hui, étant donné ma petite expérience dans l'univers du Tai Ji Quan, je suis quand même convaincu



## 10 ans de Tai Ji au Lycée

que cet art contient un grand nombre de merveilles, mais que leur découverte, comme tout trésor, est le fruit d'une longue et assidue pratique durant laquelle chaque sensation se précise, chaque voile saute, chaque pas est différent pour faire place à une infime goutte d'eau, portant en elle une partie du reflet mystérieux de sa source dont l'étendue est inépuisable et la découverte incessante...

Julien Thomas Term S.

### Accepter la violence

Vu du côté martial, le Tai Ji consiste à accepter la violence d'autrui, enfin je veux dire, ne pas lui résister. Dans le cadre spirituel, où parfois nous sommes soumis à de violentes émotions, le Tai Ji ne-nous permet-il pas d'accepter notre propre violence et d'aboutir finalement à la compréhension d'une certaine vacuité du monde et de soi-même ?

Maxime Léo Term S.

### L'enracinement

Le Tai Ji Quan m'a appris à être davantage enracinée. Prendre le temps d'établir un contact avec le sol, la Terre... Fléchir les jambes et faire disparaître très simplement les tensions accumulées... Le Tai Ji Quan, d'une certaine manière nous apprend à vivre, à nous poser, à relativiser. Comme dit Alain Souchon : "Oh la la, la vie en rose, la rose qu'on nous propose, d'avoir des quantités de choses, qui donnent envie d'autres choses". C'est exactement cela. On nous conditionne à désirer plus, et plus encore. "Se surpasser", le mot-roi de notre époque; on en oublie ses racines, son origine. On nous conditionne à vouloir toujours plus de biens matériels; or ces biens ne suffisent jamais car tout évolue extrêmement vite, et, bientôt, nos biens seront démodés, et il nous faudra encore plus.

Alors, soyons enracinés, défaisons-nous de tous ces biens matériels et réapprenons à aimer la Vie dans sa plus simple expression : juste ETRE.

Julie Laborie Term S.

### Les 3 centres énergétiques

Sébastien Lacour relate son expérience personnelle au cours d'une séance de méditation :

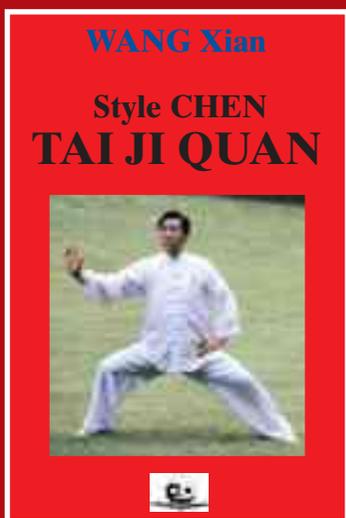
Je vais essayer de décrire ce que j'ai pu apercevoir en visualisant les centres d'énergie (dantian). Je trouve le premier assez facile à visualiser. Sous le nombril, profond dans le corps, je peux voir une sphère transparente d'une teinte très claire et qui est bien délimitée par rapport à l'obscurité de l'intérieur de mon corps. A l'intérieur de cette sphère, au centre, se trouve une autre sphère de très petite taille, et pourtant une véritable concentration d'énergie, à la coloration d'un rouge très foncé et très pur. De cette sphère sortent d'une manière très aléatoire des éclairs qui viennent frapper la sphère extérieure pour produire une explosion de lumière rouge très intense. Malgré l'extrême violence apparente de ce lieu, il ne me semble pas effrayant pour autant, et je le trouve plutôt accueillant car il me semble produire une ambian-

ce chaleureuse et bienveillante où l'on se sent en sécurité... A vrai dire, j'ai beaucoup plus de mal à localiser le deuxième Dantian, celui près du cœur, car, pour moi, il n'a pas de coloration particulière, à part qu'il est d'un noir profond difficile à distinguer parmi le reste de l'intérieur du corps. Mais, malgré cette absence de repère, je ressens une force puissante qui semble m'attirer vers le centre de la tâche noire... J'ai été très impressionné par l'intensité de ce que j'ai pu percevoir en visualisant le troisième Dan Tian, situé au niveau du front. Il m'apparaît comme un genre de sphère d'un blanc étincelant qui produit des flashes très puissants à intervalles réguliers, tellement puissants qu'il m'est impossible de les visualiser directement. Cette énergie, je la ressens comme bien supérieure aux autres, même si je ne comprends pas pourquoi... Après ces séances, je me pose la question de savoir si tout cela n'est que le fruit de mon imagination ou si c'est bien réel...

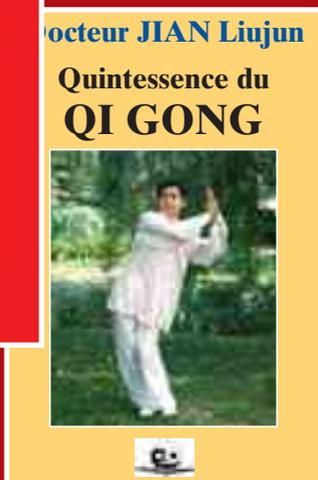
Pour contacter Jean  
Jacques Sagot : 32, rue  
Ribot, 24000 Périgueux.  
Tél. : 05 53 09 51 84/  
Fax : 05 53 35 07 19/  
e-mail : meridien.  
willie@wanadoo. fr



# EDITIONS DU QUIMETAO



**PRIX 150 F**



**2ÈME ÉDITION  
PRIX 135 F**



**PRIX 135 F**



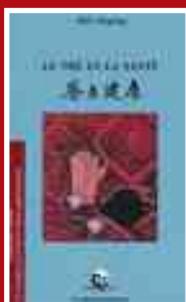
**PRIX 110 F**

## Nouveaux livres

**POUR LES NOUVEAUX TITRES**

de la collection commandez avec le coupon réponse  
ou bien **téléphonez** directement au :

**QUIMETAO : 01 43 20 70 66**



**Livre**  
Le thé et la  
santé, QIN You-  
peng  
136 p. **88 FF**



**Livre**  
Traitement  
du SIDA  
Dr LU a dirigé  
des recherches  
sur le SIDA.  
130 pages **99F**



**Livre**  
"Trente six Stra-  
tagèmes  
chinois"  
225 p. **99 FF**  
130 pages **99F**



**Cassette vidéo**  
Maître ZHANG  
20<sup>ème</sup> génération  
pour le style  
CHEN de Tai Ji -  
Durée 55'  
**148 FF**



**Cassette vidéo**  
Dr JIAN  
"Milles mains  
sacrées  
DA MO"  
- Durée 50'  
**135 FF**



**Cassette vidéo**  
Quintessence  
du Qi Gong,  
Dr JIAN Liujun  
Durée 50'  
**150 FF**



**Cassette vidéo**  
Qi Gong - Tai Ji,  
Maître TONG  
Durée 60' **150 FF**

Référence	Qté	Titre	Prix
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. : ..... Fax : .....

Pays : .....

Arts pratiqués : .....

Frais de port : 20 F pour 1 produit,  
+ 8 F pour chaque produit supplémentaire

Total prix = .....

**Tout règlement à l'ordre de : LES EDITIONS DU QUIMETAO**

**Renseignement 57, avenue du Maine 75014 Paris**

**Tél. : 01 43 20 70 66 Fax : 01 43 20 56 21**



# WU SHU, discipline internationale ?



La Fédération chinoise a créé un Comité chinois des Grades de Wu Shu en 1997. Cet été, je suis allé à Pékin, du 26 au 30 juillet, pour participer à un stage du Comité des Grades de Wu shu, organisé par la Fédération chinoise de Wu Shu. Il y avait une quarantaine de pratiquants de haut niveau, venant de Corée, Malaisie, Indonésie, Australie, Japon, USA, Italie, Canada, Hollande et France.

Ce stage était dirigé par deux grands maîtres : XIA Bo Hua et MEN Hui Feng, tous deux 8e Dan. Habituellement, l'importance est donnée à la technique, mais cette fois-ci, l'accent a été mis sur la maîtrise de soi et les vertus martiales.

Aujourd'hui, les Arts Martiaux Chinois se développent de plus en plus à travers le monde entier. Il est important et urgent de créer un programme et une progression, établies suivant des règles précises, unifiées, afin de pouvoir juger la technique d'une façon juste. Donc, l'institut de Wu Shu de Chine, avec les grands maîtres experts en Wu Shu, a travaillé sur les bases des

enchaînements traditionnels et créé, pour le Comité des Grades de Wushu, un programme technique et théorique.

Le programme technique élémentaire comprend les 1er, 2e et 3e grades, le programme technique moyen les 4e, 5e et 6e grades. A l'intérieur se trouvent les styles de Chang Quan, Nan Quan, Tai Ji Quan, sabre, épée, lance, bâton, San Shou, Tai Ji-Tui Shou.

La partie théorique comprend l'histoire du Wu Shu ainsi que le contenu, la spécificité, la compréhension de l'enchaînement, le combat libre et les termes et langages particuliers utilisés dans le Wu Shu, les différents kung fu, maîtrise de soi et vertu martiale.

Le Comité Chinois des Grades de Wu Shu a déjà été instauré pour toute la Chine. A l'étranger, ce système est encore à l'essai, mais c'est un grand pas envers les Arts Martiaux Chinois qui ne sont pas encore acceptés comme discipline olympique. Cependant, le 19 juin 1999, la Fédération Internationale de Wu Shu a été reconnue

par le Comité International Olympique. Nous espérons donc que dans l'avenir le Wu Shu fera partie des disciplines olympiques. Après une semaine de stage, j'ai passé les examens technique et pratique et ai obtenu le titre de 7e Dan, le prix de propagation du Wu Shu et la nomination de "commission de liaison", par la Division du Développement d'Outre-Mer du Comité chinois des Grades de Wu Shu.

J'espère que les professionnels ainsi que ceux qui aiment les Arts Martiaux Chinois pourront à la fois suivre les programmes et la progression, avec une évaluation identique à celle pratiquée en Chine, suivant ce même système, pour plus de facilité et selon des données officielles.

Le Wu Shu est d'origine chinoise, il a néanmoins ses élites à travers le monde entier. Je souhaiterais que chacun, grâce à ses efforts, participe au développement des Arts Martiaux Chinois en France, afin que celui-ci soit le plus rapide possible.

**Maître Yuan  
HONGHAI,  
7e dan**



La tenue officielle des 7e dan et l'écusson représentant un dragon

# A la conquête des **DAN** en **CHINE**



Malgré les critiques et les polémiques, un groupe de pionniers français est parti contre vents et marées vers l'Est à la « conquête des Dan ». Une première inoubliable...

Dans l'esprit de la Fédération Chinoise de Wushu de faire évoluer et reconnaître le Wushu sous toutes ses formes, l'Université Libre du Tao s'est lancé le défi d'organiser la première session de passage de Dan en Chine. Un groupe s'est constitué, avec pour conseiller Maître Sun Fa, et traductrice sa fille Sun Wendi. Voici en exclusivité le carnet de voyage de cette expédition.

## 18 août : départ pour Pékin

Nous sommes accompagnés à l'aéroport par l'équipe de Génération Tao. Tout le monde est très excité et très motivé par l'objectif du voyage. Notre but commun est de situer notre niveau de pratique sous l'œil d'experts chinois, et de s'immerger à la source du Wushu. Nous sommes fiers et émus d'être les



Par Maître  
**SUN Fa,**  
7e dan

premiers à pénétrer dans la "grotte du Tigre", c'est-à-dire à oser affronter contre vents et marées les risques liés à un tel projet.

## 19 août : arrivée à Pékin



18 août, le jour du grand départ

L'équipe de la Fédération de Wushu nous accueille et nous emmène à l'hôtel. C'est notre premier contact avec l'ambiance chinoise : déferlement des voitures et des vélos, tintamarre des klaxons, chaleur suffocante que nous avons supportée tout au long du séjour.

Nous sommes logés au 8e étage d'un hôtel tibétain, avec accueil et cuisine typiques.

## 20 août

La journée est consacrée au repos et aux formalités administratives. Notre groupe est un peu anxieux quant à la suite des événements.

Le soir tout le monde se détend au cours d'un repas officiel qui réunit tous les participants et organisateurs de la session du passage des Dan : musique et danse traditionnelles tibétaines, karaoké, cuisine épicée...

Toute appréhension se dissipe après les nombreux toasts encourageant les membres présents : 8 Français, 3 Autrichiens, 1 Italien, 1 Russe, 1 Américain, 2 Japonais, 1 Australien, 1 Sud-Africain.



## A la conquête des DAN

### 21 août



Cérémonie d'ouverture de la session avec discours de Monsieur Li Jie, Président de la Fédération de Wushu.

Cette journée, animée par Maître Xia (professeur 8e Dan) est consacrée à la présentation des Dan, à l'histoire du Wushu, et aux qualités morales nécessaires à la pratique.

*En effet, la Fédération de Wushu a très à cœur que le Wushu ne soit pas considéré seulement comme une pratique sportive, mais aussi comme une éthique de vie.*

Depuis 2500 ans, Wu Ti (technique) et Wu De (moralité) sont estimées comme les 2 roues d'un char, ou les 2 ailes d'un oiseau, c'est-à-dire comme 2 éléments nécessaires et indispensables pour maintenir l'équilibre.

Wu De provient des philosophies taoïste, confucianiste et bouddhiste. 6 qualités morales prévalent dans la pratique du Wushu :

- Len : la gentillesse, l'altruisme
- Yi : l'équité
- Li : la politesse, l'égard
- Tse : la conduite naturelle dans l'esprit des règles
- Xing : le respect de la parole donnée
- Yong : la vaillance, le dévouement

Les moines du Temple de Shaolin se sont basés sur ces concepts pour édicter dix règles de conduite de la pratique.

Ce sont :

- ne pas trahir son maître
- penser sainement
- ne pas mentir
- toujours pratiquer en profondeur
- agir de manière civique
- se maîtriser
- respecter les règles de la discipline
- ne pas s'opposer à l'empereur
- ne pas opprimer les faibles
- suivre une bonne hygiène de vie

Aujourd'hui les mêmes principes restent en vigueur : avoir le goût de l'effort, rechercher la perfection, être volontaire, être poli, respecter le professeur, respecter sa parole et la vérité, défendre le faible, faire respecter la justice, se montrer modeste, aider autrui.

En parallèle, la technique Wu Ti doit respecter 6 points :

- Fa : la façon de faire
- Shi : la forme, l'image, le geste
- Qin : la force, l'énergie
- Qi : synchronisation de la respiration
- Iun : rythme
- Shen : l'esprit, l'intention

Chaque point engendre le suivant pour aboutir au geste juste. Le pratiquant doit toujours avoir ces principes présents à l'esprit.

### 22, 23, 24 août



Des candidats européens à l'art du sanda

Les participants se répartissent ensuite dans les différents groupes de pratique : Chan Quan, Nan Quan, Tai Ji Quan, Sanda. Ils apprennent les taolus spécifiques aux Dan, dirigés par des professeurs à la fois bienveillants et rigoureux. L'atmosphère est studieuse et appliquée.

En soirée, après un moment de détente, à la demande des élèves, j'encadre un entraînement libre sur les terrasses de l'hôtel. Devant la détermination, l'enthousiasme et l'énergie de leur travail, j'ai l'impression de revivre des souvenirs de jeunesse.

### 25 août



Un Autrichien (2e dan) joue avec la lance

C'est le jour J! L'examen comprend deux types d'épreuve :

- une épreuve théorique avec une question tirée au sort. Ma fille Wendi sert d'interprète.

- une épreuve pratique avec l'exécution de 2 taos : l'un à mains nues, l'autre avec arme, longue ou courte selon le choix de l'élève.

8 personnes, en costume officiel, composent le jury. Le plus grand sérieux règne sur l'épreuve : drapeau national, tenue spécifique à l'examen, silence oppressant... Chacun attend fébrilement son tour.

L'après-midi, atmosphère détendue. Nous sommes invités par un de mes collègues à assister à des démonstrations de Wushu par les équipes de sécurité de



## Par Maître Sun Fa, 7e dan



Garder son Tai Ji même devant un jury

la ville de Pékin : techniques de base, Nan Quan, Chan Quan, épée de l'homme ivre, hallebarde, triple bâton, Tai Ji Quan avec la championne de Chine, etc.

Les 38° de température ambiante n'altèrent en rien les performances de ces sportifs. Le groupe voit se concrétiser sous ses yeux les qualités nécessaires à une technique de haut niveau : vitesse, précision, souplesse, résistance, esthétique. Chacun y trouve une envie renforcée pour se dépasser.

### 26 août : cérémonie de remise des Dan

Le vice-président de la Fédération de Wushu : Shan San, proclame les résultats.

-Dans le groupe des Français :

Stéphane Molard : 4e dan  
Michel Teixereau : 3e dan  
Hadjadj Abdelhalim : 3e dan  
Jean Claude Charnal : 2e dan  
Christian Contat : 2e dan  
Frédérique Roquilly : 2e dan  
Denis Biffaud : 2e dan  
Yang Li Shuin : 6e dan  
(candidat libre)

- Autres pays :

Autriche : 3 candidats : 3e dan, 2e dan, 2e dan  
USA : 1 candidat 7e dan  
Italie : 1 candidate 6e dan  
Russie : 1 candidat 7e dan  
Afrique du Sud : 1 candidat 2e dan  
Japon : 2 candidats 7e dan,  
Australie : 1 candidat 6e dan

Chacun reçoit un diplôme et se plie de bonne grâce à la cérémonie des photos. La session se clôt avec beaucoup d'émotion et d'appétit retrouvé autour d'un repas au restaurant du "Canard Suprême". Ensuite, chacun se sent libéré pour apprécier jusqu'à la fin du séjour les charmes de la vie culturelle et artistique chinoise : Place Tian An Men, musée de la Cité Interdite, Opéra de Pékin, la vieille ville, etc.

Nous visitons également la première école privée de Kung Fu, créée par Wang Shuin, camarade de Jacky Lee, avec qui j'ai tourné mon premier film en 1979. C'est un sportif de l'équipe de Kung Fu Wushu de Pékin et un acteur renommé pour ses films de Kung Fu.

Le Wushu chinois en France est comparable au fragile bourgeon poussant sur l'arbre au printemps. Malgré les vicissitudes du temps : le vent, le froid, la pluie, il continuera à croître et s'épanouira pleinement. **S. F.**

Pour les prochaines sessions renseignez-vous auprès de L'Université Libre du TAO 3 rue Vulpian 75013 Paris, faxez au : 01 45 35 24 66 ou par email à : newtao@club-internet. fr



L'évaluation de la qualité d'esprit



Notre groupe de pionniers enfin récompensés de leurs efforts (de g. à dr.) : Michel Teixereau (3e dan), Stéphane Molard (4e dan), Christian Contat (2e dan), Frédérique Roquilly (2e dan), Jean Claude Charnal (2e dan), Hadjadj Abdelhalim (3e dan) et Denis Biffaud (2e dan)



**Eric Caulier**  
**5e DUAN**  
**de Tai Ji Quan**

**J'ai participé au mois d'avril 1999 au passage de DUAN (DAN) en Tai Ji Quan à Pékin.**

Je pense que le Wushu, et plus particulièrement le taijiquan, sont maintenant dans une phase de développement qui nécessite un cadre et une structure. La mise en application d'un tel projet constitue un véritable challenge.

**Aujourd'hui, je retiens les points positifs :**

- un programme technique très riche et très complet. 16 formes en taijiquan regroupant des formes de synthèse (simplifiées ou mélange de différents styles), les formes traditionnelles réactualisées des cinq styles majeurs de taijiquan, des formes d'épée, de lance et de poussée des mains. J'apprécie d'autant plus la richesse de ce programme du fait que lors de mes quatorze séjours en Chine ces douze dernières années, j'ai eu la chance de travailler nombre de ces formes avec leurs concepteurs peu après leur création.

- le fait que je sois le premier non chinois à recevoir un cinquième Duan constitue

une certaine forme de reconnaissance et d'encouragement.

Je suis également conscient des limites du système :

- l'évaluation porte principalement sur le savoir, très peu sur le savoir-faire et le savoir-être. Ces mêmes critiques pourraient être formulées à l'encontre de nos systèmes d'enseignement.

- un certain favoritisme me semble-t-il pour les Chinois vivant hors de Chine, mais est-ce à moi d'en juger ?

Un cadre, une structure, une reconnaissance extérieure sont certes nécessaires mais sont-ils suffisants ?

Le taijiquan devient un outil d'évolution et de transformation personnelles lorsqu'il se développe en plus une dimension intérieure : vécu et intégration des principes au niveau du cœur et de l'esprit.

Très peu de pratiquants et de professeurs, à l'heure actuelle, travaillent en profondeur sur les deux plans — le fond et la forme — et ceux qui les intègrent en un tout cohérent tel le symbole taiji sont encore plus rares. Pour moi, le taijiquan n'est pas une quête de perfection mais une recherche de plénitude.

**En conclusion, le système est encore jeune, tous les espoirs sont permis, toutes les dérives sont possibles. S'il ne faut pas s'arrêter aux titres, il ne faut toutefois pas les sous-estimer.**

**Eric Caulier**

diplômé de l'université d'éducation physique de Pékin  
Arbitre international  
Auteur du livre  
« Voyage au cœur du Taijiquan », éd. Guy Trédaniel.

## Réactions de candidats

Le passage des DAN au sein de la Fédération Chinoise de Wushu a été l'occasion de découvrir des techniciens de haut niveau... La mentalité et le comportement de ces gens ont été un exemple de modestie et de simplicité. Il régnait pendant ce stage une discipline que l'on aimerait rencontrer dans les stages en France. (...) Ce séjour m'a fait progresser énormément et va modifier ma façon de travailler. (...) L'image que je garderai éternellement, c'est celle des entraînements libres sur un toit d'immeuble à Pékin. (...) L'accueil fait par la Fédération Chinoise a été sans faute, même si le prix du diplôme a provoqué une petite surprise générale. Dans l'ensemble, je suis très satisfait de ce stage et suis prêt à travailler pour progresser encore avec l'aide de stages que vous organiserez ou dirigerez.

Christian Contat, 2e dan

La Chine est une terre lointaine empreinte d'une culture toute différente. Elle se mérite d'abord par le sacrifice du temps qui nous en sépare (...). Mais notre accueil dans le très bel Hôtel du Tibet, et les repas somptueux qui nous furent servis, eurent bien vite raison de la fatigue et du décalage horaire.

Après une journée de récupération, (...) nous fûmes conduits au centre d'entraînement pour y recevoir les éléments de théorie dont nous allions avoir besoin pour passer notre examen. [Notre instructeur], Maître Chiat, (...) ne parle pas seulement avec sa bouche et ses

mains, mais il tient le discours et la scène avec tout son corps.

Les jours qui suivirent, nous comprîmes que cet homme de 63 ans, mince et agile comme un chat, n'avait pas non plus son pareil pour se déplacer tout en souplesse et en puissance sur le tapis de la salle d'entraînement. Sur ses conseils inlassablement répétés, nous apprîmes trois enchaînements à mains nues, plus un taolu d'épée, et un autre de lance. Bonjour la mémoire !

Malgré les prolongations nocturnes sur la terrasse de l'hôtel, nous avions presque tous peur d'avoir un trou de mémoire le jour de l'examen. Voilà qui créa des liens entre les membres du groupe. (...)

De ce voyage, je retiens aussi les impressions fortes au sein de la Cité interdite, ou au pied de la Grande Muraille. Le respect pour la qualité et l'humilité des jeunes champions que l'on nous a fait rencontrer.

(...) Je retiens que (...) c'est seulement en soi-même que l'on doit construire un temple digne de l'idéal auquel on aspire. De ce voyage, et de cette expérience exceptionnelle dans le monde des arts martiaux chinois, je ne peux retenir un cri qui vient du fond du cœur... C'est que l'Esprit du Tao souffle encore davantage sur ceux qui ont la charge de promouvoir le wushu, aussi bien en Chine qu'en Occident.

Michel Texereau, 3e dan

Directeur de l'association « L'Art du mouvement intérieur »

# Brèves

## Arts corporels du Dao

 Le club des Arts corporels du Dao vous propose des stages de T'ai Ji Quan avec Philippe Gouedard les 24/10, 21/11 et 12/12; de Dao Yin Yang Shen Gong avec Christian Spiteri le 7/11 à Cergy (95)  
**Rens. 01.30.38.54.47**

## Hommage à un jeune maître de Silat

Christophe Cavagnet nous a quitté tragiquement le 3 mai 1999. Né en janvier 1965, il pratiquait les arts martiaux depuis plus de vingt ans... Mais c'est dans la pratique du Silat Seni Gayong Malaysia (école issue des arts martiaux malais et indo-



nésiens) qu'il a véritablement trouvé sa voie. En créant le Penak silat Nord Academy, Christophe Cavagnet a voulu nous faire partager sa passion et son expérience des arts martiaux. Il nous a appris à nous connaître véritablement, en nous inculquant les notions de Respect, de Sagesse et de Tradition. C'est à nous maintenant de continuer son travail, notamment à ses deux instructeurs, afin que persiste son enseignement, dans l'esprit de la pure tradition.  
**John Robertson et le bureau du PSNA**  
**Tél. : 03.20.20.93.48**  
**06.61.78.72.36**

## T'ai Ji Quan Wang Ien Nien

Maryline Chanaud, championne du monde de tui shou en 1983, enseignante de la forme traditionnelle de Maître Wang Yien Nien, de l'épée, de l'éventail et du tui shou, reprend ses cours.

Contactez-la au : 06.10.56.04.88

## Kalarippayat

Stage pour débutants et avancés les 23/24 octobre à Paris animé par Cécile Gordon (cf. GTA0 n° 12). D'autres dates sont programmées pour chaque mois.  
**Rens. 05.61.60.40.81**

## Da Cheng Quan

Grand stage international de Da Cheng Quan à Paris avec Maître GUO Guizhi, plusieurs fois champions de Chine de Wushu (combat) dans les années 80, les 9 et 10 octobre.

**Rens. 01.4.41.05.87**

## Élégance de Shaolin au T'ai Ji

Un styliste adepte du wushu a créé une ligne de vêtements aussi bien pour pratiquer que pour sortir « looké Taiji »



**Do Création 01.45.23.02.27**

## Arts internes chinois

L'association *le Cerf et la Licorne* organise une année de formation 1999-2000 sur les arts internes pour professeurs avec Jean Michel Chomet à Paris et Lyon. Prochaine date : 20 et 20 novembre à Lyon.

**Rens. 06.62.16.56.56.79**  
**fax : 04.72.07.01.60**

## Bâton médiéval

Cours et stages dirigés par Jean Luc Mordret.  
**Tél. 01.60.68.97.25**

## T'ai Ji Qi Gong

Stage animé par Maître Henry Wang, assisté de M. SU Ying-Shen du 13 au 14 novembre à Strasbourg.  
**Rens. 03.88.76.12.13**

# INSTITUT Européen de QI GONG

Directeurs pédagogiques :  
Docteur Yves Réquena et Nicole Lenzini

## École de Formation AU PROFESSORAT DE QI GONG créée en 1989 à Aix-en-Provence



Cycle de formation agréé à la formation continue, sur trois ans, à raison de 5 stages par an (4 stages de 3 jours et 1 semaine d'été) + deux ans facultatifs de perfectionnement.

**DES STAGES LIBRES (Calendrier sur demande).**

**UN CATALOGUE DE LIVRES ET VIDÉOS (sur demande).**



Bastide des Micocouliers, Château de Galice  
1940, route de Loqui - 13090 AIX-EN-PROVENCE  
**Tél. 04.42.20.40.86 - Fax. 04.42.20.06.58**  
[ieqg@aix.pacwan.net](mailto:ieqg@aix.pacwan.net) + <http://www.ieqg.com>



## WING CHUN

(l'art de combattre de Madame Yim Wing Chun)

Le Wing Chun est un art martial qui à l'origine fut créé par des femmes. Rapidement adopté par les deux sexes, il répond à la force brutale par l'intelligence et l'utilisation des lois de la biomécanique. Son exercice fondamental est le Chi-Sao ou travail des mains collantes.

Pour la première fois en France, l'étude des formes (Tao Lu) internes et énergétiques du style sont enseignées.

**Horaires lundi : 18h30 - 20h00 mardi et jeudi : 18h30 - 19h45 et 19h45 - 21h00**  
**École élémentaire 87, Bd Arago 75014 Paris Métro Denfert-Rochereau ou St Jacques**



## XIN YI BA GUA

(Le style des 8 diagrammes du cœur et de l'esprit)

Le Xin Yi Ba Gua est le fruit du mariage de deux styles internes : le Ba Gua, connu pour sa fluidité, son élasticité et sa rondeur et le Xin Yi réputé pour sa linéarité et sa puissance explosive. À la clef, un art martial efficace s'appuyant systématiquement sur l'utilisation du Nei Gong (travail de visualisation interne).

**Horaires lundi : 20h30 - 22h00 vendredi : 19h30 - 21h00**  
**Le Frigo 91, Quai Panhard & Levassor (anciennement Quai de la gare)**  
**Escalier B 2<sup>e</sup> étage 75013 Paris - Métro Bibliothèque ou Quai de la Gare**

Les cours sont donnés par Sifu Daniel Belotti professeur diplômé d'État, disciple direct du Maître de Wing Chun, Pun Ki Ping et successeur du Maître de Xin Yi Ba Gua, Chen Bing Dong.

**COURS PARTICULIERS, COURS COLLECTIFS, STAGES**  
**01. 40. 96. 00. 07. / 06. 13. 96. 05. 66.**



# Communiqué de *l'Université Libre du Tao*

Vous êtes de plus en plus nombreux à vous intéresser au projet d'une Université Libre du Tao. Certains ont déjà souscrit, d'autres attendent de voir ce qu'il en sera. L'équipe est en train de poser les bases pour le développement des activités de l'ULTAO. D'une part, des activités orientées vers les arts chinois avec une formation pour passer ses grades (DAN) et évaluer son niveau technique et sa qualité d'esprit dans le Wushu (dont vous avez pu lire un compte rendu dans ce numéro). D'autre part, un concept général englobant l'ensemble des techniques énergétiques et de développement personnel : l'écologie corporelle.

Nous avons trouvé le terme d'écologie corporelle pour donner un sens commun à toutes les pratiques qui visent à établir une harmonie à l'intérieur de soi entre nos pensées, nos émotions et nos mouvements physiques. Quel lien y a-t-il entre les mouvements du Taiji et du Qi Gong, les respirations dans le Rebirthing, les formes-pensées de la psychanalyse, le Feng Shui, la psychologie systémique, la voie du thé, et d'autres voies de développement ?

Ces pratiques, en réactivant en nous ce que les taoïstes appellent la « petite circulation céleste » ou l'orbite microcosmique, nous permettent d'installer en nous notre propre maison (« oikos ») intérieure. C'est la première étape avant de se relier avec l'environnement extérieur dans la « grande circulation céleste » ou orbite macrocosmique. Dans cette voie, le travail intérieur va nous aider à développer une conscience

écologique et nous faire sentir que nous sommes en interrelation et en interdépendance « à notre insu » (Umbewust) avec notre environnement (voir l'article « Quelle naissance pour quelle humanité ? » p. 7).

L'écologie corporelle est une voie systémique en devenir, elle est encore ouverte à toutes propositions théoriques et pratiques. En ce qui concerne les structures à créer pour un espace d'échanges, un forum de discussion est prévu d'ici la fin de l'année sur le site internet (<http://www.new-generation-tao.com>). Tous les articles que vous lisez dans ce numéro, et notamment dans Bio Tao, sont prêts à être débattus. Vos témoignages (naissance, changement, révélation...) sont aussi des données précieuses pour la recherche de nouvelles possibilités d'être, de sentir, de bouger, de penser, de respirer, de vivre...

Un petit bulletin avec des infos particulières sera envoyé aux adhérents d'ici la fin de siècle. Patience, la voie du changement ne fait que commencer...

Manikoth Vongmany, directeur pédagogique.

Pour les souscriptions : 300 F comme membre adhérent/500 F membre actif/1000 F et + comme membre bienfaiteur, à l'ordre de l'Université Libre du Tao, 3 rue Vulpian 75013 Paris/newtao@club-internet.fr - Tél. : 01 45 35 24 64 fax : 01 45 35 24 66

retrouvez **Génération Tao**

sur internet

<http://www.new-generation-tao.com>

**Et si ce site vous plaît, faites-le connaître autour de vous ...**

# QUESTIONNAIRE

## A L'ATTENTION DES LECTEURS

### AIDEZ-NOUS A MIEUX VOUS CONNAITRE POUR FAIRE EVOLUER LE MAGAZINE

Notre, Votre magazine se transforme. Au fil des rencontres, notre équipe de rédaction s'agrandit, notre réflexion évolue, nos orientations également. Cela se traduit par des changements à tous les niveaux de la revue dont vous seuls serez les juges. C'est pourquoi nous avons besoin de recueillir vos impressions grâce à ce questionnaire. Concrètement, qu'est-ce qui va changer ?

Du point de vue de la forme, si vous êtes habitué à notre revue, vous avez sûrement constaté des modifications. Nous travaillons depuis quelques numéros à une maquette plus aérée, une recherche de meilleure lisibilité, tout en nous efforçant de conserver une qualité graphique que beaucoup de nos confrères pourraient nous envier. Autre changement, la mise en place d'un site internet. Les technologies numériques bousculent le monde de l'édition. Loin de les craindre, nous devons les accueillir pour tirer partie de leurs avantages et continuer à exercer notre métier plus librement. Notre site (<http://www.new-generation-tao.com>) dont l'audience croît de façon encourageante depuis sa création en juin dernier, nous permettra d'élargir notre diffusion en nous affranchissant des contraintes de distribution très lourdes qui handicapent une petite structure d'édition indépendante comme la nôtre. Si vous êtes internaute et ne l'avez pas encore vu, nous vous invitons à le découvrir, et à le faire connaître autour de vous.

Du point de vue du fond, vous aurez remarqué depuis quelques mois une ouverture du champ du contenu rédactionnel du magazine. Le Tao est porteur de valeurs qui parlent clairement en faveur du métissage des cultures et des pratiques. C'est cette richesse que nous essayons de mettre en valeur et de vous faire partager. Ainsi, vous trouverez dans ce numéro un encart intitulé BioTao. L'alchimie du Tao a fait son œuvre. Tout ce qui nous anime dans nos pratiques énergétiques — l'approfondissement de notre sensibilité, la quête d'unité, la recherche d'harmonie, la volonté de progresser — anime également celles et ceux qui œuvrent aujourd'hui à une meilleure compréhension de notre monde, à une meilleure gestion de ses ressources et à l'amélioration d'une qualité d'être durement menacée par la trop fameuse mondialisation.

Nous vous remercions de prendre quelques minutes et de répondre à ce questionnaire. La précision de vos réponses nous permettra de valider nos choix, et d'engager nos actions, afin, qu'ensemble, nous fassions grandir votre magazine.

Nom .....

Prénom.....

Age.....

Sexe MF

Profession .....

Discipline(s) pratiquée(s) .....

**Quand avez-vous découvert Génération Tao ?** 199...

**Par quel moyen ?**  publicité  relation  internet  autre (précisez).....

**Etes-vous un lecteur**  abonné  régulier  occasionnel

**Envisagez-vous un abonnement dans les mois à venir ?**  oui  non motif : .....

**La périodicité actuelle du magazine vous convient-elle ?**  oui  non



**Si non, quelle périodicité vous conviendrait ?**     mensuel     trimestriel     semestriel

**Selon vous, le prix de vente du magazine est :**     correct     faible     élevé

**Évaluez le contenu rédactionnel du magazine**     très bien     bien     médiocre     mauvais

Commentaire éventuel : .....

**Évaluez le contenu graphique du magazine**     très bien     bien     médiocre     mauvais

Commentaire éventuel : .....

**Évaluez sa mise en page**     très bien     bien     médiocre     mauvais

Commentaire éventuel : .....

**Que pensez-vous du cahier BioTao ?**

ça na rien à faire dans le magazine     très bien     bien     médiocre     mauvais

**Souhaitez-vous son maintien au sein du magazine ?**     oui     non

Commentaire éventuel : .....

**En dehors de votre pratique énergétique, possédez-vous des centres d'intérêt présents dans cette liste ?**

psychologie     spiritualité     sport     écologie     alimentation biologique     diététique

médecine alternative (précisez) .....

art (précisez) .....

autre (précisez) .....

**Connaissez-vous l'Université Libre du Tao ?**     oui     non

**Souhaiteriez-vous disposer d'informations à propos de l'Université libre du Tao ?**

par le magazine     par la poste     non, je ne le souhaiterais pas

**Disposez-vous d'un ordinateur et d'une connexion internet ?**     oui     non

**Si oui, avez-vous visité le site du magazine (<http://www.new-generation-tao.com>) ?**     oui     non

**Si vous possédez une adresse e-mail, souhaitez-vous recevoir des informations de notre part (stages, conférences, vie du magazine) ?**

oui    votre adresse e-mail : .....     non

**Avez vous une (des) remarque(s) d'ordre général à propos du magazine :**

.....  
.....  
.....

Merci de renvoyer ce questionnaire aux Editions du Tao, 3 rue Vulpian, 75013 Paris  
ou de nous le faxer au : 01 45 35 24 66 ou par email à : [newtao@club-internet.fr](mailto:newtao@club-internet.fr)

Nous vous garantissons la stricte confidentialité des informations que vous nous fournirez, et qu'elles ne feront pas l'objet de transaction, qu'elle qu'en soit la nature. Rendez-vous dans le premier numéro du prochain millénaire (janvier 2000) pour l'analyse et les commentaires de ces informations. Conformément à la loi Informatique et liberté, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.



**Et si ce magazine vous a plu, faites-le connaître autour de vous ...**

# Complétez votre collection

**Offre**  
**TAO intégral**  
les 11 n° (1,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12)  
+ frais de port compris = **325 F**  
au lieu de ~~410 F~~

## N° 1 (25 F)

Les origines du Qi Gong - Wushu, l'art du combat chinois - Classification arts internes/externes - Le Tai Ji dans les arts internes - Portrait : Dr Jian Liujun

## N°2 (30 F) épuisé!

## N°3 (30 F)

La conscience du féminin - Les principes de la pratique du Qi Gong - Massage - Confucius - Le temps du changement - Yi Jing : une autre vision du temps - Tai Ji Quan : le secret des mots

## N°4 (30 F)

Guide des arts martiaux chinois - Voyage aux sources du Qi Gong - Massages traditionnels d'Asie- Diététique : La règle des contraires - Tai Ji Quan : la phrase-guide (suite n°3) - Kung Fu wushu : Les techniques de jambes

## N°5 (35 F)

Qi Gong : Maître Shen Xin Yan - Shaolin sur Internet - Le massage du ventre - Le Tai Ji de l'éventail- Artao : Le Tao de la voix - Mantak Chia ou la vision nouvelle... -Salutation à la lune - Médecine chinoise : une tradition vivante

## N°6 (35 F)

Castaneda sur Internet - Qu'est-ce que l'acupuncture? - Qi Gong : Le chemin vers l'intérieur (M. Sun Fa) - Portrait : Maître Zhang Dongwu- Tai Ji Quan de la famille Sun - La boxe du tigre - La capoeira, danse martiale

## N°7 (35 F)

Qi Gong : Mme Liu Ya fei - Le massage des mains - La cosmogonie taoïste - Le théâtre énergétique - Bouddha, le rebelle éveillé - Aux sources du Yi Quan - Zen et art martial

## N°8 (35 F)

Dossier spécial "le Tao métissé" : "Juan Li et les Guerriers danseurs du Tao" - L'Opéra de Pékin - Méditation Chan avec M. Nan-Hui Chin - Aïkido : Do ou Tao? - Mantak Chia : Le Qi Gong de la sagesse - Le Tai Ji de l'écologie.

## N°9 (35 F)

Dossier spécial : 5 Femmes du TAO - Acupuncture & psychologie - Massages d'hiver - La trame du TAO - Wing Chun & Wing Tsun -Le Qi Gong du sourire intérieur

## N°10 (35 F)

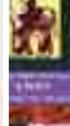
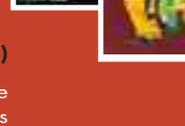
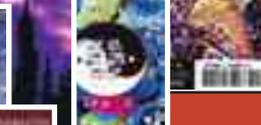
Dossier spécial : le TAO social - Le TAO de l'engagement social - le Dan Tian - Arts martiaux, voie royale de la thérapie - Le massage par percussions - Science philo : Qi et énergie - Le souffle des 5 orientes - Les DAN dans le Wushu -

## N°11 (35 FF)

Dossier spécial : le Tao de la transmission - La lignée Tung - Professeur Cheng Man Ch'ing - Le Qi Gong thérapeutique - Calligraphie, miroir de la société chinoise - Histoire des Tao Lu - Passer ses DAN en Chine.

## N°12 (35 FF)

Dossier spécial : le Tao d'ailleurs - Le Tao de l'Amour . Zazen, voie de la posture juste. -Arts martiaux philippins - Le Kalaripayat - Le bâton médiéval . L'énergie de la capoeira . - Histoire des Tao Lu . Acrobat' Tao.



### numéros commandés

- le n° 1 au prix de 25 F
- le n° 3 au prix de 30 F
- le n° 4 au prix de 30 F
- le n° 5 au prix de 35 F
- le n° 6 au prix de 35 F
- le n° 7 au prix de 35 F
- le n° 8 au prix de 35 F
- le n° 9 au prix de 35 F
- le n° 10 au prix de 35 F
- le n° 11 au prix de 35 F
- le n° 12 au prix de 35 F

### Frais de port pour :



- 1 n° = 5 F
- 2 n° = 10 F
- 3 n° = 15 F
- 4 n° = 20 F
- 5 & 6 n° = 30 F
- 7 n° et + = 40 F

Nom : Prénom : .....

Né(e) le : .....

Adresse : .....

Code Postal : Ville : .....

Tél. : ..... Fax. : .....

Sexe : (M) (F)

Profession : .....

Arts pratiqués : .....

Tout règlement à l'ordre de : **Les Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris**

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.

# Les Editions du Tao

présentent



Ce cd-rom vous propose une version numérique du célèbre jeu chinois traditionnel. Vous disposez de sept pièces géométriques. En les manipulant et en les assemblant, vous devez reconstituer des figures empruntées au monde réel (animaux, objets, personnages...). Ce jeu, très apprécié des enfants, sollicite la réflexion, le sens de l'observation... et la patience ! Parviendrez-vous à faire toutes les figures sans regarder la solution ?

mises à jour  
par internet  
sur notre site

une grande simplicité d'utilisation

## configurations de base

Macintosh

processeur 68040 et ultérieurs

systeme 7.5.3 et ultérieurs

2,5 Mo de mémoire vive disponible

800 x 600, 256 couleurs

12 Mo d'espace disque pour l'application

PC

processeur 486 et ultérieurs

Windows® 95 et ultérieurs

2,5 Mo de mémoire vive disponible

800 x 600, 256 couleurs

12 Mo d'espace disque pour l'application

plus de 200 figures de jeu

paramétrages du style du jeu

décors personnalisables

# Abonnez-vous

**offre  
spéciale**



**Abonnez-vous pour 12 numéros  
avant le 31 décembre 1999  
et recevez en cadeau  
un cd-rom du jeu du Tangram**

JE M'ABONNE POUR 6 N° POUR UN MONTANT DE 180 F (27,44 Euros) AU LIEU DE 210 F

JE M'ABONNE POUR 12 N° POUR UN MONTANT DE 320 F (48,78 Euros) AU LIEU DE 420 F

et je souhaite recevoir en cadeau le cd-rom TANGRAM (voir ci-contre)

Nom : ..... Prénom : ..... Né(e) le : .....

Adresse : ..... Code Postal : ..... Fax : .....

Ville : ..... Profession : ..... Tél. : ..... Arts pratiqués : .....

**Tout règlement à l'ordre de :**  
**Les Editions du TAO**  
3, rue Vulpian 75013 Paris

Conformément à la loi "informatique et liberté" vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant.



## Energie-Santé-Nature

- Cours hebdomadaires/Formations en plusieurs week-end
- Harmonisation des lieux de vie et lieux professionnels
- Formations aux pratiques énergétiques de santé selon la méthode "Energie-Santé-Nature"
- Qi Gong thérapeutique
- Reiki : tous niveaux et formation d'instructeur
- Somatothérapies orientées techniques corporelles bio-énergétiques
- Formation de base d'une année et certification professionnelle au bout de trois ans

### Aquitaine formation, Energie-Santé-Nature

17, Rue Charles Gounod  
33130 Bègles (FRANCE)  
Tél./Fax : 05-56-85-43-94  
<http://www.energie-sante-nature.com>  
[reiki@energie-sante-nature.com](mailto:reiki@energie-sante-nature.com)



## Ki-Thérapie

« ART DE L'ÉNERGIE »  
POUR SOI-MÊME  
POUR AIDER LES AUTRES

### STAGES 1999 - 2000

du 02/11/1999 au 06/11/1999  
du 14/02/2000 au 18/02/2000  
du 10/04/2000 au 14/04/2000

SOINS SUR LE 37 ET PARIS 14 (GAITÉ)  
Documentations contre 4 timbres

Joël GALLIEN

28 rue de Saint-Exupéry 37230 Fondettes  
06 62 51 64 14

## CALLIGRAPHIE Stages Paris Lyon 1999-2000

Avec Me SUN Wendi,  
artiste-calligraphe

Paris : 21/11 - 16/01 - 19/03  
Lyon : 5/12 - 6/02 - 9/04

ACADÉMIE TIAN LONG  
Tél. : 04 72 07 63 82  
ou 01 47 08 45 85



## Yi Quan (i chuan)

Avec Me Jean-Luc Lesueur

-Professeur diplômé  
de Me Li Jianyu et de Me Sawai  
-Professeur diplômé  
de la FTCCG pour le i chuan

Brevet de professeur d'art martial interne  
Cours sur Paris et région parisienne (92-78),  
possibilité de stages en province.

Association Nationale de  
Yi Quan Tai Ki Ken et  
disciplines assimilées

25 rue des Cailles 28260 La Chaussée D'Ivry .  
Tel/fax 02 37 64 57 66



## TAI CHI CHUAN

### Association Vital'Impact Programme 1999-2000

Cours matin, midi, soir

Lieu des cours :

VAGABONDANSE

38, rue de la Folie De Méricourt 75011 Paris  
(M° Ambroise-Oberkampf)

TEKKI CLUB 2

70, rue de Montreuil 94300 Vincennes (RER)

Tél. : 01 49 88 71 72

## LES TEMPS DU CORPS

Cours  
&  
Stages  
à  
Paris,  
Nanterre  
et  
Province



Qi Gong  
Taijiquan  
Technique  
du  
Yang Shen

Formation professionnelle diplômée (durée 3 ans)

LES TEMPS DU CORPS

36, rue du Docteur Foucault 92000 Nanterre  
Tél. : 01 47 25 79 14 Fax : 01 47 21 44 24

## KUN LUN CHAN TAO

école de la méditation interne à l'esprit charismatique

recherche intérieure, problèmes du développement  
personnel, relationnel, dimensionnel, gestion du  
stress, thérapies naturelles, disciplines du corps et  
de l'esprit, philosophie de vie, naturalisme taoïste...

### Effets recherchés

Quête de conscience, relaxation en profondeur, haut niveau de concentration,  
contrôle des émotions, maîtrise respiratoire, souplesse du corps et de l'esprit, fluidité des  
mouvements.

Les séminaires pratiqués diffusés par l'association KUN LUN CHAN TAO sont  
souvent organisés dans l'après-midi et le soir par l'association "Taoïsme" à

### L'Emplacement des Carnutes

n° 10, Hamceau de Villardon 29200 LOGRON  
catalan de soins, Paris/France et l'étr. S.I.V. tél. 01 43 38 73 85

Documentation et renseignements, messagerie on-line au : 00 60 23 52 03

## Découvrir, Construire, Transmettre

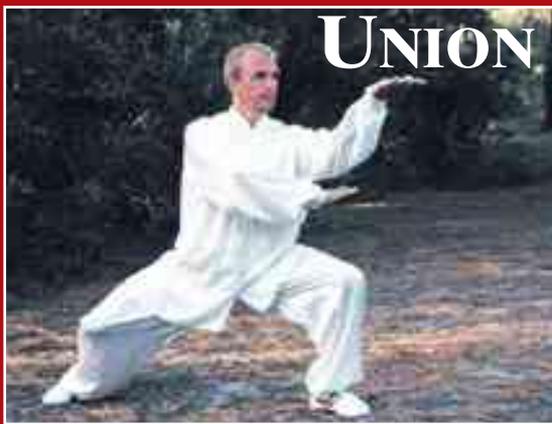
- Formation de base en énergétique acupuncturale d'après  
SU WEN LIN TCHOU (27 week-ends sur 3 ans)
- Agir préventivement sur les déséquilibres énergétiques  
grâce à la théorie des KAN TCHÉ  
(formation très poussée réservée aux personnes titulaires  
d'un certificat d'école d'acupuncture - 5 week-ends sur 1 an)
- Conférences à thèmes : (astronomie chinoise, entité viscérale,  
lumière et énergie, philosophie, etc.)  
de tous niveaux en fonction de la demande des auditeurs  
Formation sur 4 ans

IMHOTEP 72, bd Jean Jaurès 94260 Fresnes  
Tél. 01 46 68 03 17 - email [centreimothep@wanadoo.fr](mailto:centreimothep@wanadoo.fr)



**PUBLICITE**

RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES : Prix de Vente : 35 F / Bimestriel Tirage : 35 000 exemplaires  
Format : 210 x 297 / impression offset / dos carré collé / 84 pages Remise des ordres de typons :  
2 sem. avant la date de parution. Trame 150. (Date de parution du N°14 : 15 janvier 2000)



# UNION A.R.T. Taiji-Quan

centre France  
en Quercy-Périgord

## Formations et stages toute l'année

Avec Thierry Alibert Vainqueur  
des tournois d'Angleterre et de France  
(mains nues et armes)  
2e aux Pays-Bas

**San-shou Tui-shou Da lu**  
**Armes Qi-gong styles**  
**Yang Lu Chan**  
**Yang Chen Fu**  
**Yang Shao Hou**  
Rens. M.J.C de Gourdon  
46300 Gourdon  
Direction pédagogique  
tél : 06 08 58 45 57

Inscription tél : 05 65 41 11 65  
Programme & documentation  
sur simple demande.



Découvrez  
le Tai Ji Quan  
dans un cadre superbe,  
le centre d'accueil  
des Cordeliers  
(les Clarisses,  
à Gourdon  
en Quercy/Périgord)

Renseignement d'hébergement  
**Tel : 05 65 27 05 10**

**王 氏 黄 家 中 医 学 院**

**Vous voulez**  
UNE QUALIFICATION DE VÉRITABLE PRATICIEN EN MÉDECINE  
TRADITIONNELLE CHINOISE IMMÉDIATEMENT APPLICABLE

Réalisez-la avec :

**L'ACADEMIE WANG de  
MEDECINE  
TRADITIONNELLE  
CHINOISE**

Approuvée par les Universités de Médecine (PEKIN - ANHUI - TIANJING)

UNE FORMATION BASÉE SUR L'AUTHENTICITÉ, LA  
TRADITION ET INTEGRANT LES RECHERCHES DE POINTE  
EN MTC AVEC CERTIFICATION DE NIVEAU

- **COURSUS DE BASE** : 2 ANS (WEEK-END)  
ACUPUNCTURE - PHARMACOPÉE - THÉRAPIE MANUELLE - QI GONG
- **COURSUS DE PERFECTIONNEMENT** : 2 ANS (WEEK-END)  
APPROFONDISSEMENT DANS DIFFÉRENTES SPÉCIALITÉS
- **STAGE CLINIQUE POSSIBLE** DANS LES HÔPITAUX CHINOIS  
SANCTIONNÉ PAR UN CERTIFICAT DÉLIVRÉ PAR L'UNIVERSITÉ D'ACCÈS

**Renseignements :**  
19, rue Bayard - Bât. C - 31000 Toulouse  
Tel : 05 61 99 68 21 ou 06 80 47 32 23

**DANSE DU TAO**  
**QI GONG INNÉ**  
Tai Ji Quan  
Bagua Zhang

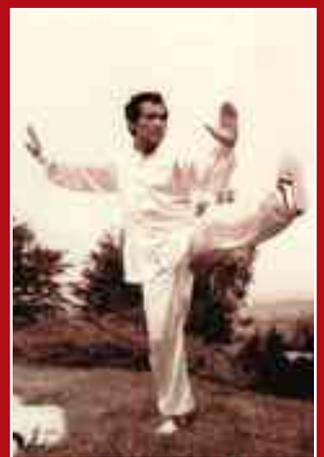
**Cours particulier et en groupe dans la plus pure des traditions taoïstes**  
Pol Charoy & Imanou Risselard assistés par Koth Vongmany  
tél/fax : 01 45 35 49 58 mob : 06 60 29 10 00

### Maître SUN Fa

**Kung Fu Wushu,  
Tai Ji Quan,  
Bagua Zhang  
& Qi Gong**  
Cours et stages  
sur Paris et Lyon

Maître de conférence  
à l'Université de sport  
de Shanghai 7e DAN

ACADÉMIE TIAN LONG  
Tél. : 04 72 07 63 82  
ou 01 47 08 45 85



Editions du TAO 3, rue Vulpian 75013 Paris tél : 01 45 35 24 64

Fax : 01 45 35 24 66 Pol CHAROY mobile : 06 60 29 10 00

Ad web : <http://www.new-generation-tao.com> e-mail : [newtao@club-internet.fr](mailto:newtao@club-internet.fr)

**PUBLICITE**



retrouvez Génération Tao



sur internet

<http://www.new-generation-tao.com>  
<http://www.new-generation-tao.com>

sur internet



retrouvez Génération Tao