



Bulles de champagne  
Bulles de savon  
Bulles tout court  
Légères, rondes  
Emplies de nos souhaits  
De nos désirs, de nos rêves  
Qui montent  
Et emplissent l'infini

# Vœux pour l'année 2012

L'année 2011 présente s'achève. Un écrivain des songes prétendant donner un sens aux images du rêve 2011 n'en retiendrait peut-être que des regards familiers et la symbolique du Monde achevé, l'amour de la vie n'ayant, dirait-il, rien à concéder à l'Existence. Oublieux en cela des réalités de l'Esprit comme également de tous ceux qui sont des nôtres et qui nous accroissent, tels Maître Eckart, Malherbes, Montaigne, Mozart, Beethoven, Charles Péguy, Charles de Gaulle, Philippe Leclerc, Jean Palack, Jean Monnet, Alexandre Dubcek, Raymond Aron, Alexandre Soljenitsyne, Jean-Paul II, Aung San Suu Kyi et tant d'autres.

Le solstice d'hiver ouvre la phase ascendante du cycle annuel 2012 appelant les mots suivants.

Nous sommes dans une période dure, angoissante. Les heurts de l'Europe, du Monde, les difficultés de notre pays incertain sont un questionnement lancinant. Mais ce ne sont pas des apories nous condamnant à l'impuissance. Retenons que notre activité intellectuelle occidentale est rétrospective par définition. Qu'elle a tendance à considérer que les événements désastreux du passé – catastrophes climatiques, faillite économique, guerres, terrorisme, etc. – sont ipso facto l'intégralité de notre devenir. Cette anticipation de l'avenir est erronée. Les causes ne ressemblent pas nécessairement aux effets qu'elles produisent. Le passé n'est pas forcément similaire au présent et au futur.

La Chine habite notre C.A.P. Taiji. Elle n'a jamais dramatisé l'Apocalypse. L'idée de stabilité invariable n'a pas pris corps en Chine. A notre différence, la Chine ne conçoit pas un support substrat des aléas du passé qui se maintiendrait dans le changement.

Le taiji vient par le Tao et donc, le C.A.P. Taiji est démonstratif à cet égard quant à la tendance à l'apaisement de nos inquiétudes. Le Tao se situe entre l'Être et le Non-Être. Il n'est pas en dehors de la Femme et de l'Homme. Il n'est pas soustrait à la mutation des formes. Il est créateur. Il est ce par quoi les choses sont. Sa notion de *ren* est de plénitude d'humanité. Il incline la Femme et l'Homme à vivre selon le *li*, le travail de soi, sur soi mené à bien.

Par le Tao, vous êtes initiés intuitivement au *ren* et au *li* au sein du C.A.P. Taiji. Eric Caulier. L'enseignement et l'accompagnement du C.A.P. Taiji. Eric Caulier

vous incite notamment à la plénitude de la contemplation du Ciel. Certes, notre Voie lactée n'est qu'une infime galaxie parmi les cent milliards de galaxies révélées actuellement par notre Univers observable en éternelle expansion accélérée.

Bien que l'atmosphère terrestre ne laisse passer que les lumières visibles et radio, il nous est laissé que la lumière constitue le lien principal entre la Femme, l'Homme et le Cosmos. En outre, par l'irruption du rayonnement fossile dans leur conscience, les astrophysiciens ont pu nous révéler en détail les réactions nucléaires responsables de l'alchimie créatrice des étoiles. Par là, ils nous ont démontré que nous sommes tous faits de poussières d'étoiles. Nous pouvons donc au moins partiellement influencer sur notre destinée par notre agir adéquat, nos règles de conduite et bonne tenue.

Vous le faites en fécondité encore au sein du C.A.P. Taiji avec Eric Caulier, Georgette, Marie-Thérèse, Michèle, Paul, Alexandra, Jean et les autres. Je n'y vois pas un mélange de hasard et de nécessité. Le C.A.P. Taiji mené par Eric dans l'autorité de son enseignement non assujéti à la vérité du moment vous conduit à la progression, la maîtrise équilibrée, l'émancipation dans l'Esprit collectif.

Eric est passeur d'émotions et de culture. Il tisse par les siens et avec les siens des liens solidaires entre vous. C'est une osmose de vie, de pensée, d'influence agissante. J'ajoute que votre proximité et votre attachement mutuels sont formés des conceptions, des idées que vous partagez tous, auxquelles vous croyez et surtout que vous accomplissez avec votre façon de l'accomplir. Cela, nul ne pourra le détruire, quoi qu'il fasse.

Et parce que toutes et tous vous êtes ce que vous avez librement choisi d'être, ce code de vie que vous avez inventé, personne non plus ne pourra le détruire.

Avec, de Françoise, mon épouse, tendre compagne des jours heureux et des jours sombres, et de moi nos vœux les plus chaleureux de santé, de bonheur, d'espérance, de joie pour chacun de vous tout au long des jours de l'An 2012.

**Alfred LAVANDY**  
**Président d'Honneur**  
**du C.A.P. - Ecole de Taiji. Eric Caulier**

# Réflexions sur la tradition

Dans le monde du taijiquan, les termes de « tradition », « maître » et « énergie » témoignent du sérieux et de l'authenticité de la démarche. Servis à toutes les sauces, ces termes sont rarement questionnés. Afin d'éviter le dogmatisme, nous devons avoir le courage de penser les impensés, de remettre en question nos notions les plus fondamentales.

Les recherches récentes sur la mémoire montrent que celle-ci est davantage une recomposition, une reconstruction qu'une restitution. Il en est de même pour les cultures et traditions. Il n'existe ni culture « pure », ni tradition « originelle ». Toutes sont à des degrés divers des « mixtes ». Le métissage n'est pas l'exception, mais la règle. Le discours de la continuité au travers de généalogies aussi fantaisistes qu'inventées apparaît comme une compensation dans des moments de crise. Dans la plupart des cas, l'origine ancestrale et la stabilité de contenu attribuées aux traditions ne résistent pas à l'analyse. Les travaux d'Eric Hobsbawm et de Terence Ranger montrent que nombre de traditions prétendument anciennes ont été inventées récemment. Le mot tradition ne commence d'ailleurs à se répandre qu'au début du 19<sup>ème</sup> siècle avec le courant romantique. Depuis quelques décennies, le désenchantement de la modernité a stimulé diverses entreprises idéologiques ou savantes de réhabilitation de la tradition. Nous ne pouvons pourtant pas ignorer la part d'illusion entretenue à des fins symboliques ou normatives.

Nous ne pouvons passer sous silence le recours à la tradition comme source de légitimité et lieu d'autorité décidant de ce qui est essentiel et universel. Le paradoxe est que les sociétés les plus traditionnelles ne font aucune place au concept de tradition. Elles font par coutume sans penser, sans culte exagéré du passé fondateur, sans être travaillées par le scrupule de la conservation, sans souci de s'exporter ou de convertir. Lorsque nous faisons une étude des origines - pas une apologie - nous trouvons un morcellement des témoignages, un pluralisme des interprétations. Les écarts, les déformations, les divergences des représentants contemporains font échos aux incertitudes et hésitations des fondateurs.

“ *Etre fidèle  
à la tradition,  
c'est être fidèle  
à la flamme  
et non  
à la cendre.*

*Jean Jaurès* ”

Je pense que nous ne pouvons réellement avancer dans une voie de connaissance de soi qu'en cultivant l'intégrité et la lucidité. Comment peut-on prétendre à l'éveil en se réfugiant dans le mensonge, en entretenant ses phantasmes ? Comment peut-on revendiquer la légitimité du traditionnel alors que l'on se livre à un simulacre de tradition à des fins idéologiques,

identitaires et/ou commerciales ?

Abandonner nos illusions ne doit pas nous faire basculer dans la désillusion. Nous avons hérité de nombre de fragments de pratique du passé qui peuvent nous éclairer dans nos questionnements, nous aider dans notre quête de nous-même. Pour moi, le taijiquan est surtout une pratique présente qui me permet de choisir ce par quoi je veux être déterminé, qui m'aide à mieux m'orienter, qui contribue à co-construire ma réalité.

Mon Maître Men Hui Feng ne s'est jamais installé dans un système achevé. Il ne s'est jamais appuyé sur le passé pour assurer sa légitimité. Il a acquis sa maîtrise par un labeur acharné et par une remise en question permanente. Il n'a eu de cesse de faire vivre la tradition du taijiquan en étant l'un des ponts entre deux modes de pratique (transmission au sein des familles et enseignement universitaire), en codifiant de nombreuses formes, en élaborant une grammaire et un vocabulaire de base pour les différents styles de taijiquan (*wu gong et ba fa*), en étant l'un des principaux architectes du système des grades chinois (duan) et en créant le style *Dongyue* présenté au sommet du mont *Tai* le premier janvier 2000 (une manière de faire entrer ce patrimoine culturel dans le troisième millénaire). Nous pensons que c'est ce qui fait de lui le maître des maîtres.

**Eric CAULIER**

# Taijiquan et naissance

« Je dois vous prévenir : je suis en début de grossesse et je voudrais savoir si peux faire du taijiquan. » La réponse de Marie-Thérèse BOSMAN est claire: le taijiquan « est profitable dès le début de la grossesse et une pratique régulière de 2 à 3 mois a déjà des effets bénéfiques. Rien ne vous empêche de revenir après la naissance... et, pourquoi pas, accompagné de bébé? Il n'y a pas de contre indications à pratiquer cet art du mouvement basé sur le respect du potentiel... (et des limites!) de chacun, mais demandez l'avis de votre médecin si vous avez des hésitations. Il peut être pratiqué jusqu'au dernier jour en veillant cependant à adapter les exercices d'échauffement au fur et à mesure du développement du bébé. »



## C'est quoi se préparer à la naissance ?

Depuis la nuit des temps, les femmes accouchent... Elles savent comment faire, elles n'ont pas besoin d'apprendre à accoucher... De nos jours, les « progrès de la médecine » peuvent faire douter les femmes de leur fabuleuse compétence à porter, mettre au monde et s'occuper de leurs tout petits alors que 85 % des situations (grossesse, naissance et suites) peuvent être totalement normales et saines. Les parents, dès l'annonce de la grossesse, se préparent, discutent avec l'entourage, lisent, se font suivre médicalement...

## Que peut alors apporter une séance de préparation ?

- C'est un temps qu'on donne à son bébé, à soi-même, au couple.
- C'est un temps d'échange avec d'autres (futurs) parents.
- C'est l'occasion par les mouve-

ments doux et fluides, d'approprier ce corps qui change.

- C'est le moment de réfléchir à une manière de vivre harmonieuse et saine.
- C'est la possibilité de se renseigner, auprès d'une sage-femme, spécialiste de l'eutocie<sup>1</sup>.

L'enseignement du Taijiquan intègre trois notions fondamentales :

- une posture juste
- une respiration adéquate
- une tonicité adaptée

La posture juste permet de mieux connaître les alignements corporels qui évitent le mal au dos, améliorent l'équilibre et aident à porter bébé avec moins de fatigue. Une très bonne perception du bassin permettra pendant la naissance d'adopter les positions qui aident bébé à progresser sur son chemin. Après la naissance, les exercices permettent de retrouver tonicité et souplesse.

La respiration est un moyen merveilleux pour se détendre ou reprendre des forces. Pendant la grossesse, les exercices permettent une meilleure oxygénation malgré le fait que bébé prend de plus en plus de place. Lors de la naissance, la respiration joue un rôle fondamental et aide à vivre la douleur, ce qui peut être très utile en suite de couches également.

Trouver une tonicité harmonieuse ne veut pas seulement dire « ap-

prendre à se relâcher ». C'est aussi tonifier ce qui est mou. Nous pouvons ainsi apprendre à relâcher volontairement certaines parties du corps pendant que d'autres travaillent dur. Résultat : moins de fatigue pour un gain d'énergie considérable à tout moment !

## Gestion du stress

Une harmonisation du corps et du souffle mène aussi à un travail sur les émotions. Le pratiquant s'entraîne à se concentrer sur le présent. Dans



l'« ici et maintenant » les regrets n'existent plus et les peurs n'ont pas leur place... Vivre dans les chagrins du temps passé ou dans la crainte du futur nous rend vulnérables aux manipulations, sape notre confiance, entame notre lucidité.

Plus forts, plus souples et plus sereins, nous pouvons nous poser les questions fondamentales autour de la venue de bébé : quelle naissance souhaitons-nous, quels parents voulons-nous être ? Quelles valeurs souhaitons-nous respecter et transmettre ?

Quelles priorités allons-nous défendre ?

Pour en savoir plus : <http://www.taijiquan.be/sat/taijiquan/qui.php>

**Marie-Thérèse BOSMAN**  
(sage-femme, pratiquante,  
responsable  
du centre de Battincourt)

1. Eutocie : tout ce qui est normal pendant la grossesse, l'accouchement et les suites de couches.



## Stage sabre Battincourt - 23 octobre 2011

Un beau dimanche d'automne ensoleillé, une salle de pratique splendide, huit pratiquants motivés et un professeur enthousiaste, sans oublier le savoureux repas de midi, tels étaient les ingrédients du stage tous publics de Battincourt du 23 octobre dernier. Cette journée, dédiée à la découverte du sabre, a été menée tambour battant par Marie-Thérèse. Après avoir été répétés à plusieurs reprises, les mouvements de base ont été intégrés à la forme des 13 postures qui a été pratiquement mémorisée au bout de la journée. Les stagiaires ont même pu s'essayer à une démonstration qui, bien qu'imparfaite, leur a modestement donné l'occasion de montrer ce qu'ils avaient acquis...et aussi les points à retravailler lors d'un prochain stage de perfectionnement. Au fait, c'est quand ?



## Evaluation constructive des connaissances Jurbise - 6 novembre 2011

Ils n'étaient pas très nombreux, certes, mais ils ont tenu à présenter leur savoir-faire et leur savoir-être au jury. Les 32 postures épée du style Yang, les animaux du Xingyiquan, les 3 derniers changements du Baguazhang : chacun a donné le meilleur de lui-même et pour certains c'était une première. Chaque année, une personne extérieure à l'école est invitée à siéger dans le jury aux côtés d'Eric Caulier et d'un de ses professeurs. Anne-Marie Van Craen n'a pas manqué de séduire par sa gentillesse et ses commentaires très intéressants. Calligraphe, elle a découvert avec plaisir combien les mouvements du taijiquan rappellent son propre art. Pour en savoir plus, voir l'article de Luc en page 8 et [www.calligraphie-du-japon.be](http://www.calligraphie-du-japon.be)



## Conférence d'Eric Caulier Bibliothèque des Comtes du Hainaut, Mons - 24 novembre 2011

J eudi 24 novembre, 19h45. Nous arrivons, Eric et moi, son chauffeur, dans la rue de la bibliothèque des Comtes du Hainaut... Les abords présentent, à première vue, un aspect quasi sinistre. Comme le conjuré d'un complot, furtivement se glisse une personne sous un rideau métallique relevé d'où provient un trait de lumière ! Voilà donc l'entrée ! Hardiment, l'escorte logistique, votre plume ci-présente, emmène son précieux colistier, l'orateur de la soirée, vers ... la caverne d'Ali Baba où la gardienne des lieux déploie un large sourire avenant à la vue de son invité. Les rayonnages croulent des livres bien ordonnancés et les têtes de gondole jouent de tous leurs attraits par des titres aguicheurs. Ne pas perdre la tête. Ne rien regarder. Rester focus sur l'organisation. Houlalaaa ... la porte d'entrée déverse encore et encore de nouveaux arrivants, tout sourire. Quelques-uns prêtent main forte à la maîtresse de céans pour partir à la recherche des dernières chaises. L'auditoire est large, venu de tous horizons. Néophytes, amateurs de spiritualité, de symbolisme, des pratiquants de nos groupes d'aujourd'hui mais aussi d'hier où les retrouvailles furent chaleureuses. Le brouhaha s'estompe. Plus de nonante spectateurs attentifs, suspendus aux lèvres d'Eric.



Et commence une marche contée à travers le temps et l'espace à la découverte du taiji, de ses origines, du mythe, de ses transformations. L'heure s'écoule très vite, sauf peut-être pour une jeune auditrice d'une dizaine d'années qui, après être venue sagement s'asseoir près de sa mère, fut terrassée par le marchand de sable et se réveilla éberluée sous le roulement des applaudissements nourris et appréciateurs. Cerise sur le gâteau, achevant de faire fondre l'assemblée, le maestro de la soirée fit une brève démonstration éblouissante, empreinte d'intense puissance et légèreté.

*Georgette METHENS*

# Oscar Niemeyer, l'architecte de la courbe

Dans le cadre d'Europalia consacré cette année au Brésil, j'ai eu l'occasion de découvrir un documentaire réalisé et produit par le réalisateur belge Marc-Henri Wajnberg en 2000 : «Oscar Niemeyer, un architecte engagé dans le siècle». La vitalité créatrice de cet architecte hors du commun force l'admiration.

Oscar Ribeiro Almeida de Niemeyer Soares, un nom qui témoigne de la complexité de ses origines, est fier d'être métis. Il fêtera le 15 décembre prochain ses 104 ans et continue d'être sur la brèche, dans son atelier aux grandes baies vitrées qui surplombe la plage de Copacabana. Célèbre pour la réalisation de la capitale futuriste Brasilia dans les années cinquante, l'architecte brésilien a essaimé de par le monde des palais qui défient les lois de la gravité et a révolutionné l'architecture moderne avec ses «courbes sensuelles» inspirées selon lui «du corps de la femme brésilienne».

“ «Comprendre que la courbe est la solution naturelle» ”

Certes, il n'utilise pas un matériel très noble puisqu'il s'agit du béton. Comme il le dit lui-même : «Quand je dessine, seul le béton me permet de maîtriser une courbe d'une portée aussi ample. Le béton armé permet à l'architecte qui a le sens de la poésie de s'exprimer. Il faut savoir inventer, en faisant appel à toutes les techniques qui sont à notre disposition.»

A Brasilia, l'architecte avait dessiné notamment des coupes inversées pour le congrès national et une gerbe d'arcs (très célèbre) pour la cathédrale. Ses créations plus récentes et qui lui sont dédiées, la fondation Niemeyer à Niteroi, un bâtiment en forme d'escargot en bordure de la baie de Rio, proche du Musée d'art contemporain (dit «soucoupe volante» alors qu'il s'épanouit plutôt comme une fleur) ou le Centre culturel Niemeyer, un ensemble sinueux lové au bord de la rivière, à Aviles en Espagne, témoignent clairement de la démarche singulière de cet artiste visionnaire.

Pourquoi se référer à un architecte contemporain dans un périodique consacré au Taiji? La pratique du taijiquan affine mes perceptions et me procure un autre regard. L'oeuvre de l'architecte brésilien, par essence statique, traduit un art du mouvement et une occupation de l'espace qui ne manquent pas d'interpeller. Un des thèmes chers à Eric, le modèle de la spirale, l'union du cercle et de la ligne droite, se retrouve ici dans des structures qui relient de façon très originale la Terre et le Ciel et se marient comme par enchantement avec l'environnement naturel. «Il n'a cessé de révolutionner le langage des formes à un niveau de fluidité inégalé, basé en grande partie sur l'éloquence végétale, sinueuse, spontanée du Brésil.» commentait Dominique Legrand dans *Le Soir* du 19/10/2000. Mais laissons plutôt la parole à Oscar Niemeyer dans une interview publiée par Axel Gylden dans *L'Express* du 21/11/2007 et qui reprend en grande partie les commentaires du film :

«Si c'était à refaire, referiez-vous Brasilia à l'identique?

*Que vous aimiez Brasilia ou non, il n'y a pas deux endroits au monde comme celui-là. C'est justement cela qui m'intéresse: pour moi, l'architecture est invention. Je cherche toujours à créer la surprise, à inventer quelque chose d'inédit, si possible avec une pointe de fantaisie, qui suscite l'étonnement, voire l'émerveillement. J'aime réduire les appuis pour libérer l'espace au sol. Ainsi, l'architecture apparaît plus audacieuse, plus libre, plus généreuse.*



**Vous avez dit un jour que les nuages étaient l'une de vos principales sources d'inspiration. Comment cela ?**

*Contempler les nuages a toujours constitué ma distraction favorite. J'y voyais des cathédrales, des guerriers, des animaux, des corps de femmes et toutes sortes de choses fantastiques.» Ce n'est pas l'angle droit qui m'attire. Ni la ligne droite, inflexible, créée par l'homme. Ce qui m'attire, c'est la courbe libre et sensuelle. La courbe que je rencontre dans les montagnes de mon pays, dans le cours sinueux de ses fleuves, dans les nuages du ciel, dans le corps des femmes. Tout l'univers est fait de courbes.»*

L'architecte brésilien s'attache plus à la force de la poésie qu'à celle de la technique. Pour lui, cette dernière doit se plier aux exigences du rêve, élément moteur de toute création. J'aime beaucoup cette notion d'inspiration et de connaissance intuitive, la spontanéité de l'acte créateur par impulsion naturelle.

*«Comprendre que la courbe est la solution naturelle», affirmait-il par ailleurs dans le documentaire. «Parfois on produit des choses d'une certaine originalité, comme c'est le cas en poésie. Pas quelque chose de rigide, pas un problème affronté avec l'équerre et la règle, non, quelque chose qui vient comme cela, comme un rêve. Je n'ai aucun enthousiasme pour l'architecture rationaliste avec ses limites fonctionnelles, sa rigidité structurelle, ses dogmes et ses théories. L'architecture est faite de songe et de fantaisie, de courbes généreuses et de grands espaces libres. Très souvent, je résouds un projet sans prendre un crayon, tout est dans ma tête. Je pense, j'imagine, je laisse aller mon imagination pour voir comment je vais parvenir à une solution. C'est à l'instant où surgit l'idée que l'on perçoit ce qu'est la création architecturale. Le moment où l'on est satisfait de voir que la solution est bonne. Le dessin est une chose merveilleuse. Lorsque l'enfant dessine est toujours quelque chose de beau, c'est spontané.»*

Dans sa vie comme dans son oeuvre, Oscar Niemeyer met au premier plan les valeurs de plaisir et d'harmonie. *«Rien que du plaisir sur la table à dessin, à imaginer...*

*Mon souci est que l'architecture s'adapte aux conditions du terrain. Il faut qu'elle s'implante bien, tout simplement.»*

C'est aussi pour bâtir un monde plus harmonieux qu'il fut et reste un militant politique épris de liberté. Issu de la très haute bourgeoisie et connu comme un des grands architectes de la modernité du XXe siècle, Oscar Niemeyer se veut pourtant un homme simple.

En témoignage Catherine Tricot qui a été stagiaire dans



son agence et fait son portrait dans le numéro de décembre 2007 du mensuel *Regard* (source : *Regard.fr*) : *«A tous, il redisait ses phrases simples, aussi épurées que ses dessins. Comme eux, elles avaient l'apparence de la facilité mais elles avaient été ciselées à force d'être dites... Quand les mots justes étaient trouvés pour exprimer sa pensée, Oscar ne cherchait plus à dire autrement la même idée. Il en est ainsi pour sa vie et son œuvre. Niemeyer adore la simplicité. Disons qu'elle est un objectif. Tout est ainsi : une fois la chose simple définie, évidente, elle est adoptée. (...) Derrière cette simplicité il y a eu des heures et des heures de travail pour trouver les quelques traits simples qui exprimeront le projet. Derrière les quelques phrases, laconiques, il y a eu la même mise au point précise de la légende du projet et celle de la facilité de sa gestation. Oscar recherche l'évidence.»*

Oscar Niemeyer, un homme libre en résonance avec la nature qui a trouvé le moyen d'agir juste. Un sculpteur de la fluidité, pas très éloigné finalement de notre pratique du Taijiquan si on se réfère à ce qu'en dit Catherine Despeux : *«Le Taiji quan est donc plus qu'une pratique corporelle, c'est aussi une pratique unissant le ciel, la terre et l'homme. Il est un retour au naturel, à la spontanéité. Les mouvements doivent refléter le calme des montagnes et des collines, le flot incessant des fleuves et des rivières.»*<sup>1</sup>

**Daniel PERE (Mons)**

1. Catherine DESPEUX, Taiji quan art martial, technique de longue vie, Guy Trédaniel, 1981 p. 56

# *L'évaluation constructive des connaissances : la découverte du joyau intérieur*

**J'**ai le sentiment que cette fameuse journée d'évaluation constructive des connaissances est un moment important dans la vie de l'asbl CAP et de ses membres.

En effet, à cette occasion, les personnes qui ont suivi un module de formation lors de l'année scolaire précédente vont avoir la possibilité de montrer les nouvelles connaissances et pratiques qu'elles ont pu intégrer. La prestation de chaque participant est évaluée tant au niveau corporel (position, gestuelle, attitude globale, déplacements) qu'au niveau intellectuel (réflexion sur un point de théorie, synthèse des contenus de cours, impact de la théorie sur sa pratique personnelle). Autant l'attitude corporelle doit être juste, autant la « porte d'entrée » dans l'aspect théorique est laissée, me semble-t-il, à la libre appréciation de chacun. Tous, en tous cas, ont eu à cœur de montrer le meilleur d'eux-mêmes.

**“ L'unicité et la particularité de chacun ont bien été mises en évidence lors de cette journée. ”**

Pour les formateurs, transmetteurs d'un art vivant, c'est le moment où l'on perçoit les simples prémices, le lent mûrissement ou même la plénitude de ce qui a été inlassablement semé depuis des mois ou des années. Quel plaisir a dû être le leur de voir leurs efforts et plus encore, ceux des pratiquants, aboutir à ce résultat encourageant !

Pour moi, la participation en tant que spectateur à cette journée a été un moment très enrichissant.

C'était d'abord particulièrement intéressant d'avoir une démonstration d'un ensemble d'arts martiaux et/ou de styles différents. J'ai pu ainsi apprécier du Yang, du Chen, de l'épée, du Wu Hao, du Ba Gua Zhang ou du Xingyiquan : quel festival !



Ensuite, j'ai pu profiter de la diversité de la pratique de chacun, ressentir les différences dans la gestuelle, voir l'interprétation personnelle qu'ont pu faire les pratiquants des formes et conseils reçus. L'unicité et la particularité de chacun ont bien été mises en évidence lors de cette journée.

Enfin, le dernier élément que je mettrais en avant et qui n'est pas le moindre, ce fut l'ambiance. Je l'apprécie déjà lors des cours hebdomadaires et encore un peu plus lors des stages, mais je l'ai particulièrement ressentie cette fois-ci : cela touchait presque à la communion, en tout cas au profond respect. Respect du public lors des prestations, respect du jury, dont Éric était le porte-parole. Celui-ci a toujours débuté son commentaire par les points positifs, soulignant les progrès du candidat et terminant par des aspects à approfondir. Je n'ai jamais entendu des mots à connotation négative, de la part de qui que ce soit : dans un monde où il est tellement plus facile de fustiger l'autre, quelle belle leçon d'humanisme nous avons reçue ce jour-là !

Cette journée fut une complète réussite, très riche humainement pour tous ceux qui y ont participé. N'hésitez donc pas à en profiter, vous aussi, l'année prochaine.

**Luc BASSELIER (Mons)**

*Il y a 1 an, nous vous annonçons dans le n° 77 de l'Espace Taiji la sortie du troisième livre d'Eric Caulier, Comprendre le Taijiquan, en 2 tomes. Ce premier tirage en nombre limité a rapidement été épuisé. La bonne nouvelle pour cette fin d'année est qu'il est en cours de réimpression et sera bientôt à nouveau disponible. Le tome 2, très didactique, présente entre autres la forme des 40 postures du style Yang et compte plus de 550 photos.*



## DIVIN & SACRE

### Comprendre le taijiquan

Destiné à introduire le lecteur au cœur d'une voie, cet ouvrage est le fruit d'une expérience de pratique, d'étude, de recherches et d'enseignement. Il est né d'une intuition et de la volonté de valider deux hypothèses : 1) le travail intérieur en taijiquan est profondément marqué par les courants chamaniques et alchimiques, 2) diverses sciences occidentales (biomécanique, physiologie de la perception et de l'action, sciences cognitives) nous apportent un éclairage inédit sur cette pratique extrême-orientale.

Le cheminement qui nous est proposé, à l'instar du taijiquan, vise à la reliance, à la mise en résonance, à l'accordance. Il s'agit à la fois d'un manuel regroupant une série d'instructions et d'un véritable traité d'éveil à un autre mode de perception. Au-travers de la présentation de divers modèles et systèmes, Eric Caulier fait apparaître les grands invariants archétypiques de la "boîte du grand ultime". Il nous dévoile le mode de fonctionnement des choses sur les plans gestuel, pneumatique et imaginal. L'approche proposée tisse des liens significatifs entre expérience pratique et explicitation. L'auteur montre la rétroaction constante entre action et compréhension.

Eric Caulier formé en Chine (Université d'Education Physique de Pékin, 6ème duan) enseigne le taijiquan depuis 1984. Il est collaborateur scientifique à l'Université Libre de Bruxelles (histoire des religions) et chercheur à l'Université de Nice Sophia Antipolis (anthropologie). Il est l'auteur de Voyage au cœur du Taijiquan (Guy Trédaniel) et de Taijiquan, Mythes et réalités (Dervy).

Illustration de couverture : Almaga

## Voyage au pays des Han (II)<sup>1</sup>

**P**ourquoi le Taijiquan est-il un art de vie ? Dans l'un des éditos d'Eric, une définition du Taijiquan a retenu mon attention d'une manière particulière : « Le taijiquan, outil d'éducation à un autre mode de perception ». De cette définition découle d'emblée une répercussion sur la vie quotidienne. Après près de quatre mois passés en Chine, j'ai réfléchi aux étapes, épreuves, aventures, ... par lesquelles je suis passé, et par lesquelles je passe encore. Il est évident que l'on peut travailler le Taijiquan à plusieurs niveaux : l'utiliser pour le bienfait de notre corps, comme gymnastique ; y inclure l'aspect martial et traditionnel pour qu'il devienne un art interne ; ou encore le voir sous un angle d'art de vie et l'utiliser comme outil quotidien pour nous accompagner tout au long de notre chemin de vie. C'est ce que je souhaite évoquer ici.

Plutôt que de relater mes expériences en Taijiquan ici, à Pékin, je souhaite avancer la prise de conscience qui m'est venue lorsque j'ai remarqué que les graines semées par la pratique ont pu donner des fruits précieux dans ma vie actuelle.

Loin de la simple vie en famille dans laquelle on est encore chouchouté et encadré, une fois en Chine pour étudier, travailler et vivre par soi-même, il est nécessaire de franchir un pas. Des choses évidentes (qui par le passé étaient hors de notre vision) apparaissent, comme payer un loyer, une facture d'électricité, de l'essence, calculer son budget, ses dépenses, ... Il est donc nécessaire de pouvoir jongler à la fois entre nos activités primordiales et les obligations du quotidien. Un nouveau rythme se met en place dans lequel il est nécessaire de trouver un juste milieu, un équilibre dynamique, bref une harmonie.

Ensuite, loin du couvain familial il y a nombre de choses auxquelles on doit faire face sans forcément y être toujours préparé, dont certaines avec lesquelles il n'est pas toujours possible de « dealer ». Ici en Chine, je me suis rendu compte que je croyais connaître ou comprendre un certain nombre de concepts qui recelaient en fait une profondeur bien plus grande que ce qu'ils laissaient transparaître. Le résultat est qu'après avoir tâtonné sur une difficulté, je croyais avoir trouvé la corde qui permet de se hisser, de surmonter l'épreuve. Or, ce qui a été surmonté n'était qu'une marche de

cette dernière, qui nous permet de la voir d'un œil un peu plus avisé, mais loin de la comprendre à la fois de manière détaillée et dans sa globalité. Bref, on a pu acquérir un niveau de conscience supérieur, mais qui ne reste qu'un niveau parmi d'autres. Et au fur et à mesure, on croit chaque fois avoir atteint LE niveau qui permet de toucher la substantifique moelle du problème et de pouvoir enfin passer à autre chose. Mais, à l'instar de cette carotte qu'on croit pouvoir finir par attraper, on avance toujours, insatisfait.

“ *Les événements par lesquels je passe dans mon quotidien sont exactement du même ordre que le processus intérieur par lequel je passe dans ma pratique.* ”

Ce que je décris ci-dessus, ce processus d'avancement sur un chemin à la fois beau et chaotique, est similaire à celui du pratiquant qui avance à sa manière sur son chemin de pratique. Lors de ses débuts le pratiquant voit, tel le boucher taoïste, ce qu'il va apprendre comme un tout, un ensemble qu'il ne sait pas par quel bout prendre. Peu à peu il entrevoit des failles, des points d'accroche par lesquels il se glisse, sur lesquels il passe du temps et affine alors sa compréhension du mouvement, et après maints essais il commence à l'appivoiser. Par la suite, le pratiquant atteint un « plateau » et peut alors croire avoir compris, intégré le mouvement. Cependant une situation (par exemple, un exercice d'application, ou un enchaînement fait différemment) peut faire fondre sa conviction car peut-être la force déployée n'est-elle pas à la hauteur de ce qu'il imaginait, ou que sa structure, qu'il croyait être enfin correcte, nécessite encore des ajustements, ... Ces doubles situations, de « prise de conscience du plateau » puis de la « découverte de la falaise en son

1. Cet article fait suite au premier volet paru dans le n° 77 de septembre 2010, p.13



centre» sont multiples dans notre progression. On prend également conscience que certains messages, même véhiculés très tôt, ne trouvent pas encore de point d'accroche, ne font pas écho en nous, car il est simplement trop tôt. Notre niveau de conscience n'est pas suffisant que pour les attraper et les utiliser pour progresser.



J'ai été frappé de constater que les événements par lesquels je passe dans mon quotidien sont exactement du même ordre que le processus intérieur par lequel je passe dans ma pratique. C'est pourquoi être passé par là dans mon corps me permet de mieux appréhender ce même processus, mais cette fois-ci exté-

rieur. Accepter, malgré efforts et petits progrès, qu'il y a encore des choses que qui ne peuvent être saisies, que notre niveau de conscience actuel nous permet de comprendre, d'entrevoir un certain nombre de conséquences, mais qu'il reste une partie (plus ou moins grande, parfois essentielle) dans l'obscurité, qui nous empêche d'agir de manière spontanée, entière pour aller à l'essentiel par le chemin de moindre résistance (aspect propre au Xingyiquan), une fois les « portes du naturel » passées.

On grandit, mais on sent que ce n'est toujours pas assez face à un certains nombre de choses, car malgré les plateaux atteints, il y a toujours une falaise qui nous empêche d'avoir enfin une vue entière, unie, sur le paysage autour de nous.

C'est pourquoi le processus par lequel je suis passé (et passe encore) lors de ma pratique m'aide à vivre un quotidien tel qu'on peut en rencontrer dans un monde aux repères différents, aux opportunités de rêves, aux illusions enivrantes, aux dangers subtils... qui forment l'Être.

Sous cette dimension, la définition « d'art de Vie » du Taijiquan a pris un sens nouveau.

**Walid BENAHMED**  
**(Beijing)**

*référence photo : <http://marieetjet.blogspot.com/2009/02/chine-yangshuo-la-grimpe.html>*

# De la pratique de l'épée et de son symbolisme

L'épée, discipline passionnante qui ne peut vous laisser indifférent et vous pousse au questionnement.

L'étude de cette arme peut se voir sous de multiples aspects. De la fabrication de l'épée à son utilisation à travers les âges, en passant par la discipline sportive et le côté symbolique, j'en ai retenu deux que je me propose de développer aujourd'hui. Je parlerai donc de la pratique de l'épée et des symboles qui s'y rattachent

## La pratique de l'épée

Il n'est pas facile d'aborder l'épée. Je suis femme et mère et, comme beaucoup de femmes, je crains les armes et surtout ce qu'elles représentent et engendrent.

Il m'a fallu du temps pour apprivoiser l'épée, me l'approprier, m'en faire une amie et finir par la considérer comme le prolongement de moi-même, car la difficulté réside dans le fait qu'il faut oublier l'arme pour mieux l'utiliser.

Cette discipline complète la pratique à mains nues. Elle nous donne une autre vision du taijiquan. Ici, la martialité prend toute sa mesure. La notion de partenaire ou d'adversaire est plus présente et rend plus compréhensible l'enchaînement des postures. Il est plus facile d'imaginer le combat dans ses aspects offensifs autant que défensifs.

Comme je l'ai dit précédemment, il faut considérer l'épée comme le prolongement de son corps et de son bras; ce qui nous oblige à une plus grande maîtrise du mouvement, l'équilibre naturel

“ *La symbolique de l'épée est universelle et a marqué de son empreinte toutes les époques* ”

du corps étant forcément perturbé par le poids de l'arme.

Placement, alignement, flexibilité sont indispensables pour assurer une parfaite stabilité. L'alternance compression-extension est également plus marquée. Alchimie difficile où le côté martial doit cohabiter avec la fluidité et la rondeur nécessaire à la réalisation de la forme.

## Sur le plan symbolique

L'épée a toujours gardé à travers les siècles son pouvoir mystérieux sur les hommes. A ce propos, j'ai vécu une expérience qui illustre bien cette image.

Dans son fourreau l'épée paraît inoffensive, mais la simple vue de ce dernier pose souvent question. Lors des entraînements, des enfants sont parfois venus nous observer. Ce n'est pas la prestation qu'ils admiraient, mais cette lame qui, sortie du fourreau, tournoyait et brillait dans le soleil. Besoin de la prendre en main, de la soupeser, de la toucher. Toutes ces manipulations étaient faites avec respect et une certaine crainte.

Ces enfants du nouveau siècle, gavés de télévision et de jeux vidéo, s'extasiaient devant cette ar-

me avec toujours cette image du héros pourfendant le méchant. Vision déconcertante et rassurante à la fois où la tradition et l'imagination ont encore leur place.

Mais le champ symbolique de l'épée est bien plus vaste. L'épée est intimement liée au pouvoir. Objet de sacre, elle est symbole d'autorité et de puissance et est l'apanage des rois et de l'aristocratie. Des premières dynasties à nos jours, de l'Orient à l'Occident, on la retrouve à travers le temps sur de nombreux continents.

L'épée, « glaive de vérité », est également le symbole de la justice; de son pouvoir tranchant, elle foudroie le mensonge et fait éclater la vérité.

Arme des combattants, elle a représenté pendant des siècles la force, la justesse du combat et la victoire prochaine. Conquêtes, duels, piraterie en sont de nombreux exemples.

Les religions ont également véhiculé une représentation symbolique de la droiture et de la sagesse à travers l'épée. On la retrouve dans maintes religions et doctrines qu'il s'agisse de l'arme des Templiers, des 7 épées de Mahomet, de l'épée de Bouddha ou de l'épée de St Georges.

Objet culte des rites d'initiation, sa charge symbolique est très forte et présente dans de nombreuses sociétés ésotériques. C'est un symbole d'intégration, de reconnaissance et de fidélité.

Symbole de dignité et d'autorité, elle est l'emblème des corps officiels de l'Etat. Elle se porte encore

dans certaines instances comme l'académie française par exemple, ou elle prend une valeur plus singulière et traduit la personnalité de l'immortel qui la porte.

Epée magique, elle est dotée de pouvoirs surnaturels dans les mythes et les légendes. Que ce soit l'épée de Damoclès, du roi Arthur ou de Merlin l'enchanteur, elle personifie la vertu et la pureté de celui qui réussit à briser le maléfice et vaincre les forces du mal.

Romans, chansons et films ont glorifié cette arme dans lesquels elle incarne souvent l'image de la droiture, de l'équité et de la loyauté. Pour illustration, on peut citer Cyrano de Bergerac, la Chanson de Roland, le Cid ou le Seigneur des Anneaux. De nos jours, elle reste un sujet prisé du jeune public dans les films comme dans les jeux vidéo.

Et pour revenir au taijiquan, l'épée est symbole de la dualité et de la complémentarité que représentent le yin et le yang.

On le voit, à travers ces quelques exemples la symbolique de l'épée est universelle et a marqué de son empreinte toutes les époques. Que ce soit en bien ou en mal, dans l'histoire comme dans la légende, l'épée a et continue d'exercer ce pouvoir mystérieux et attractif.

Je voudrais terminer cette présentation par une métaphore qui m'a été donnée lors de la remise de mon épée. Elle me paraît résumer à merveille tout le symbolisme que véhicule cette arme : *Puisse le métal de cette épée refléter la moindre lumière et éclairer ta route quand il fera sombre et qu'il brille et attire comme un phare quand il fera soleil.*

**Martine DUKAN**

*(Evaluation des connaissances, module 32 épée Yang, 6 nov. 2011)*

## Flamenco et Taijiquan

**J**e suis d'origine espagnole et mes racines ont toujours une place importante dans ma vie. Malheureusement, je n'ai pas pu pratiquer la danse la plus représentative de ma culture, le Flamenco, à cause de problèmes aux genoux.

« Grâce au taijiquan, je peux garder cette perception de moi et de mon corps. »

J'ai cru que je ne pourrais jamais trouver une discipline qui m'apporterait le même plaisir que la danse espagnole, mais, même si cela peut paraître étrange, le taijiquan a comblé tout ce manque.

Quand j'ai commencé à pratiquer cet art, j'ai découvert que, comme dans le Flamenco, il y avait différents styles et que dans pratiquement chacun d'eux, je pouvais retrouver des mouvements qui me rappelaient la danse espagnole.

Dans les deux disciplines, on nous demande beaucoup de faire appel à notre sensibilité et d'utiliser notre corps comme moyen d'expression à part entière. Dans le baguazhang et le xingyiquan, je retrouve beaucoup de mouvements du Flamenco. Les gestes parfois lents, parfois dynamiques de ces arts m'amènent à voir beaucoup de similarités avec la danse espagnole.



Par exemple, nos pieds nous permettent de puiser la force dans le sol ou d'évacuer le stress en tapant du pied. Dans le Flamenco aussi, nous tapons des pieds pour exprimer nos émotions. Dans les deux disciplines, nous utilisons beaucoup les déplacements en cercles et les vrilles dans les bras.

Une autre chose me fait penser au Flamenco : ce que nous faisons de nos mains. Dans le baguazhang, nous montons une main pendant que l'autre descend et ces mains peuvent à la fois exprimer ma joie ou ma peine selon la façon dont je les bouge.

Tous ces mouvements m'ont ainsi permis de chasser les pensées négatives qui peuvent m'envahir. Grâce au taijiquan, je peux garder cette perception de moi et de mon corps. Les cours restent ainsi mon véritable exutoire, ma façon de trouver ma force intérieure qui me mène à une vie harmonieuse.

**Josefa FERNANDEZ RODRIGUEZ**  
*(Evaluation du module xingyiquan-baguazhang, 6 novembre 2011)*

## Franchir un cap

J'ai beaucoup apprécié le module épée. J'aime les mouvements à mains nues également, mais j'ai un penchant pour les armes. Après avoir acquis les techniques de l'épée arrive le jour de l'évaluation. Dans mon esprit, je me pose les questions suivantes. Pourquoi passer une évaluation? Qu'est-ce que cela m'apporte de plus? Qu'est-ce que j'ai à prouver et à qui?

Il est vrai que je suis plus à l'aise pour présenter une conférence devant un public dans le cadre de mon travail que de passer une évaluation en taiji. Je sais que je veux présenter ma matière que je connais sur le bout des doigts. Mais mon problème est ma voix. Présenter une conférence me pose moins de problèmes. Par contre, présenter une évaluation de la connaissance, c'est autre chose. Toute petite, j'avais peur d'être interrogée, d'être choisie pour lire un texte. Une voix qui vibre, qui tremble ne me donnait pas confiance de peur que l'on rie de moi.

Bref, je reviens au Taiji. Mee-Jung s'est même proposée de lire mes notes devant le jury. Le jour J-5, j'ai commencé à réfléchir à ce que j'allais pouvoir écrire. J'ai commencé à écrire, ensuite j'ai corrigé, recorrecté et ainsi de suite. Des corrections et des écritures jusqu'au matin de l'évaluation. Je voyais bien dans les grandes lignes ce que je souhaitais dire, mais je corrigeais sans cesse car ce n'était jamais le bon texte. Le jour même, j'ai noté des mots-clés: «centrer sur moi», «autres mouvements que trancher et pointer», puis un dessin d'un cercle avec 2 mots («respiration + mouvement du bassin»), «l'extré-

“ Je laisse à l'extérieur mes problèmes et suis centrée sur moi. ”



mité de l'épée trace la limite de ma bulle», ensuite «sécurité».

Voici ce que m'a apporté le module épée. Je laisse à l'extérieur mes problèmes et suis centrée sur moi. Je suis au centre de ma bulle d'où je prends l'énergie du sol qui passe au travers de mon corps. Ma respiration et mon bassin font déplacer les autres parties de mon corps (mes jambes et mes épaules, puis mes bras en même temps que le regard) pour finir par faire bouger l'épée dans tous les sens: verticalement (de haut en bas et du bas en haut); horizontalement (de gauche à droite et de droite à gauche); dans le sens des aiguilles d'une montre et dans le sens inverse; des mouvements sur les côtés; des mouvements circulaires souples et fluides. Imaginez

l'extrémité de l'épée éclairée par une lampe: l'on pourrait apercevoir que la pointe de l'épée trace l'extrémité d'une bulle, une balle. Cette bulle bouge lorsque je me déplace, car je suis située au centre de celle-ci.

Il est vrai que je retourne parfois dans ma bulle pour me recentrer, parce que je m'y sens en sécurité. J'y vais lorsque j'en ai besoin.

Voilà, j'ai exposé mon ressenti, avec mes propres mots, mes gestes et avec ma voix vibrante. Je tremblais lors de la démonstration alors que, lorsque je m'exerce à Soignies ou à Mons, je ne tremble pas. Je pensais que le jury allait poser des questions. Non, pas de questions. Une fois terminé, le jury s'est concerté durant quelques minutes. Ensuite, un représentant, Eric, a lu les observations positives et négatives. L'avis de ce jury m'a permis de savoir ce à quoi je dois être attentive pour évoluer encore plus. Il n'y a pas de cotes, il n'y a pas de pièges.

C'était une agréable journée avec des démonstrations variées et cela dans la chaleureuse ambiance habituelle.

Bon, mes amis, à quand la prochaine évaluation pour le prochain module? Et vous? Cela vous dit-il? Essayez, c'est chouette. J'ai réussi à dépasser ma crainte de ma voix tremblante, car le taiji a pris le dessus. Je suis convaincue que c'est ma voie pour retrouver ma voix.

A bientôt.

**Martine BOGAERT**  
(Evaluation des connaissances,  
module 32 épée Yang,  
6 novembre 2011)

# *Le travail de l'esprit par la visualisation du cheval*

Pendant le module Xingyi des 5 éléments et des animaux, nous avons travaillé sur l'intégration des 3 niveaux : le bassin avec l'enracinement, le corps avec le souffle et la tête avec l'esprit. Un des animaux est le cheval.



Je me suis rendu compte que durant toute ma route du taiji, le cheval était toujours présent par la visualisation. Celle-ci aide le travail de l'esprit, mais elle est loin de la méditation.

Dès l'apprentissage du taiji dans le style yang, il en est question. Par exemple, dans « séparer la crinière du cheval sauvage ». J'ose dire que, pour les débutants, la visualisation du cheval sauvage n'est pas du tout évidente.

Dans le Yang, et sûrement dans les 24 postures, on peut comparer le cheval à un cheval de trait brabançon : beau par sa force colossale, mais les élèves utilisent moins leur corps quant au niveau du souffle. Et trouver le 3<sup>ème</sup> niveau,

c'est-à-dire le travail de l'esprit, devient très difficile. Pas question d'un cheval sauvage !

Il y a progrès dans les 40 postures Yang : le cheval reste encore domestique, mais en attendant fort amaigri ; il sait déjà mieux manoeuvrer. Mais sauvage ? Pas encore question que je visualise un cheval sauvage !

Regardons le style Chen. Dans le Chen, oui, ça commence... Je suis assise sur mon cheval dans le 'pas du cavalier'. Une expérience différente grâce au fait que je peux guider maintenant mon cheval dans la direction choisie. Cela me donne une liberté et le cheval sauvage apparaît doucement.

Bien enraciné veut dire qu'il faut utiliser les jambes. Un travail subtil, partant du niveau de l'enracinement avec tous les muscles des pieds, chevilles, genoux et jambes. Ici, je sens vraiment l'appui sur les étriers. Je sors et reviens dans mon assiette et l'autograndissement devient naturel par la visualisation.

Après 20 ans, j'arrive au cheval du Xingyi et le 3<sup>ème</sup> niveau, le niveau de l'esprit, commence à se présenter. Il est très intéressant aussi de noter que ma vision a changé. Je sais voir très loin, jusqu'à l'horizon. Bien enracinée, en mouvement avec le corps et le souffle, l'autograndissement se met en route. Je sens le travail vertical qui passe par le vaisseau gouverneur et le vaisseau conception.

Je suis devenue un cheval sauvage ! Mais aussi un cheval heu-



reux. Je porte un cavalier qui lâche la bride sur le cou et me laisse galoper en plein air. Je me sens libérée. Dans mon esprit, la visualisation me livre un cheval sauvage et élégant de Camargue : blanc et gris avec les narines ouvertes, reniflant les herbes du parc naturel. Ici, les 3 niveaux sont unis et mon cheval possède une âme.

Les animaux du Xingyi... J'ai envie d'en savoir plus.

Eric, un grand merci pour m'avoir enmenée jusqu'en ... Camargue.

**Michelle BEKAERT**  
(*Evaluation des connaissances, module Xingyiquan-Baguazhang, 6 novembre 2011*)

référence dessin cheval :  
Christophe NOVEL, cheval rétif,  
<http://novel.unblog.fr/category/chevaux/>

**DECEMBRE 2011**



Illustration de Nicole Pessin  
(www.nicolpessin.com)

**JANVIER 2012**

**15 janvier : STAGE TOUS NIVEAUX**  
**Thème : LANCE**



Lieu : De Kring  
Kareelstraat - 1670 PEPINGEN  
Participation : 60 €  
Compte : BE29 3700 8031 3764

**24 MARS 2012**

**2<sup>ème</sup> Rencontre Internationale Asiatique (R.I.A.)**  
**Château des Vaux (Chartes, France)**

2 ateliers de taijiquan et 5 ateliers d'aïkido  
donnés par 6 experts,  
dont Eric Caulier et Roger Tran-Dinh-Nhuan

**Contact : [info@taijiquan.be](mailto:info@taijiquan.be)**

**FORMATIONS 2011-2012**

(voir page 17)

**MODULE 1**

3-4 décembre 2011, 31 mars-1<sup>er</sup> avril 2012, 16-17 juin 2012

**MODULE 2**

7-8 janvier, 18-19 février, 17-18 mars, 5-6 mai 2012

**AVRIL**

**29 avril 2012 :**

**FÊTE ANNUELLE DE NOTRE ÉCOLE**



Lieu : Abbaye de Saint-Denis (Mons)

Apéro, buffet froid, dessert et...  
pratique commune  
tous centres confondus.

**NOS PROCHAINS STAGES**  
**TOUS NIVEAUX**

**4 mars 2012**

Grange de la Chouette  
2, rue des 7 Fontaines - 6792 BATTINCOURT

Participation : 60 €  
(collations de la journée et repas de midi inclus)  
Compte : BE29 3700 8031 3764

**15 avril 2012 (Mons)**

**28 juillet-1<sup>er</sup> août 2012 (Mons)**



Les modules sont enseignés par Eric Caulier en personne.  
 Ils représentent l'opportunité d'aller plus en profondeur dans la compréhension du taijiquan de notre école.  
 Celle-ci base son enseignement sur la tradition vivante: il s'adapte aux personnes et au lieu. C'est pourquoi, nous ne pouvons à l'heure actuelle définir les programmes qui, eux, sont en pleine mutation. Sans dogmatisme, avec le respect de l'essence de l'art et celui des personnes à qui l'enseignement est transmis.

**Prérequis : bases en taijiquan**



### Module 1

**Programme :** forme des 73 postures style Sun (sur 2 ans)

**Dates :** 3-4 décembre 2011, 31 mars-1<sup>er</sup> avril 2012 (lieu: à déterminer)

16-17 juin 2012 (résidentiel Battincourt)

### Module 2

**Programme :** Habiter son corps énergétique par le neigong pour interagir harmonieusement avec l'autre et agir avec efficience dans la vie (neigong et applications)

**Dates :** 7-8 janvier, 18-19 février, 5-6 mai 2012 (lieu: à déterminer)

17-18 mars (résidentiel Battincourt)

INSCRIPTION et LETTRE DE MOTIVATION : [info@taijiquan.be](mailto:info@taijiquan.be)



**À RENVOYER À :**  
**C.A.P. ASBL, Ecole de Taijiquan Eric Caulier**

NOM : .....

Prénom : .....

ADRESSE : .....

Localité : .....

Téléphone : .....

**STAGES & MODULES AVEC ERIC CAULIER**

Je m'inscris :

au stage du .....

au module .....

Je libère ma participation :

par virement au compte C.A.P. TAIJIQUAN 370-0803137-64

*Signature*



# Pratiquer le Taijiquan à l'Ecole Eric Caulier

## *Le sens du mouvement*

### **À BRUXELLES : le mardi**

Centre Sportif du Collège Saint-Pierre  
Avenue Coghen, 205  
1180 UCCLE  
de 19h00 à 20h15 & 20h30 à 21h45

### **À MONS : le mercredi**

Hall N°3 des Ursulines  
Rue Valenciennoise - 7000 MONS  
(en face du Parking d'Ambroise Paré),  
de 18h00 à 19h15 & de 19h15 à 20h45

Des cours sont donnés par des enseignants formés et reconnus par Eric Caulier à :

### **BATTINCOURT**

Rue des Sept Fontaines, 2  
Le jeudi de 20h00 à 21h30  
Le vendredi de 13h45 à 15h15

### **BLATON**

Misogi-dojo  
Rue des Ecoles, 19  
Le vendredi de 18h30 à 19h45  
1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> samedi du mois de 16h15 à 17h15

### **GENT**

Graaf Van Vlaanderenplein, 2  
Le lundi  
de 9h15 à 10h30

### **HUY**

Ecole Saint-Louis  
Rue des Soeurs Grises  
Le lundi  
de 20h00 à 21h30

### **JETTE**

Collège St Pierre  
Bld de Smet De Naeyer, 229  
Le jeudi  
de 18h30 à 20h00

### **MONTIGNY-LE-TILLEUL**

Ecole St Jean Berchmans  
Rue de l'Eglise, 39  
Le lundi  
de 19h30 à 21h00

### **PEPINGEN**

De Kring  
Kareelstraat  
Le mercredi  
de 19h à 20h30

### **SOIGNIES**

Ecole Saint-Vincent  
Rue de Steenkerque, 21  
Le jeudi  
de 19h00 à 20h15

### **TOURNAI**

Haute Ecole de Kinésithérapie  
Rue Paul Pastur, 2  
Le lundi  
de 19h00 à 20h30

### **VILLERS-LE-BOUILLET**

Hall des Sports  
Chaussée de Waremme  
Le vendredi  
de 20h00 à 21h30

En France :

### **AULNOY AYMERIES (F)**

Centre Social Culturel  
rue Serge Juste  
Le vendredi  
de 18h00 à 19h30

### **AMFROIPRÊT (F)**

rue de l'Eglise, 110  
Le jeudi  
de 18h30 à 20h00

### **MAUBEUGE (F)**

à l'Arsenal  
5, Av. Provinces Françaises  
Le mardi  
de 18h30 à 20h30

### **XIVRY-CIRCOURT(F)**

Rue Jules Ferry 11  
Le lundi  
de 19h00 à 22h00

*«Aucune catégorie n'est nécessaire, mais il est nécessaire qu'il y ait des catégories»*

*Albert Einstein*

**Présidents d'Honneur :**

Alfred Lavandy, Paul Schmitt.

**Direction et conception des cours :**

Eric Caulier,  
diplômé en arts internes, Université d'Education Physique de Pékin, 6<sup>ème</sup> duan.

**Professeurs honoraires :**

Dominique Smolders ; Roger Descamps (Huy, Villers-Le-Bouillet).

**Professeurs :**

Georgette Methens-Renard, 4<sup>ème</sup> duan (Mons, Uccle, Tournai) ; Marie-Thérèse Bosman, 4<sup>ème</sup> duan (Bruxelles, Battincourt) ; Michèle Országh, 3<sup>ème</sup> duan (Mons, Soignies, Uccle) ; Paul Lauwers 3<sup>ème</sup> duan (Uccle) ; Marco Pignata (Taranto, I) ; Michelle Bekaert, 2<sup>ème</sup> duan (Pepingen).

**Instructeurs :**

Jean Coton, 2<sup>ème</sup> duan (Mons) ; Fabrice Dantine, 2<sup>ème</sup> duan (Montigny-le-Tilleul) ; René Getti, 2<sup>ème</sup> duan (Xivry-Circourt) ; Mathias Kaes, 2<sup>ème</sup> duan (Battincourt) ; Josefa Fernandez Rodriguez, 2<sup>ème</sup> duan (Mons) ; Béatrice Van Assche (Villers-le-Bouillet) ; Martine Andries, 2<sup>ème</sup> duan (Maubeuge, F) ; Luc Vekens (Jette) ; Vincent Evrard (Blaton).

**Initiateurs :**

Isabelle Bribosia, 2<sup>ème</sup> duan (Gent) ; Luc Deknop (Pepingen) ; François Glorie (Bruxelles) ; Mee-Jung Laurent (Soignies) ; Martine Dukan (Xivry-Circourt, F).

**Aspirants:**

France Lemoine (Huy).

**INSCRIPTIONS - COTISATIONS :**

**Inscriptions :** sur place en septembre - octobre de l'année académique en cours.

**Affiliation annuelle :** 23 € / personne / année.

Cette cotisation inclut l'assurance individuelle, les frais administratifs et la brochure trimestrielle.

**Cotisation des cours/compte bancaire :** consulter votre professeur ou le triptyque de votre cours.

**Pour tout renseignement complémentaire,  
vous pouvez joindre le secrétariat tous les jours, du lundi au vendredi, de 10 h à 14 h,  
au 065/84.63.64  
C.A.P. asbl, rue Brunehaut, 107 - 7022 Mesvin  
E-mail : [info@taijiquan.be](mailto:info@taijiquan.be)**

<http://www.taijiquan.be>