

ESPACE



PB-PP P705169
BELGIE(N) - BELGIQUE

Taiji

N° 124
06/2022



© Robert ORBEN, Orben's Current Comédy

ÊTRE EN VACANCES,
C'EST N'AVOIR RIEN À FAIRE
ET AVOIR TOUTE LA JOURNÉE
POUR LE FAIRE.

(Robert ORBEN, Orben's Current Comedy)

Nourrir le principe vital

L'objectif premier des arts internes est de cultiver le principe vital. Les gestes physiques, respiratoires et mentaux visent à favoriser la circulation du souffle. Le développement de l'énergie vitale permet d'améliorer sa santé tout en amplifiant les relations positives avec son environnement.

L'une des qualités essentielles travaillée dès les premiers exercices est le développement de l'attention. L'attention au corps devient le support de l'ouverture aux autres et au monde. Cette attention tournée à la fois vers l'intérieur et vers l'extérieur nous rend de nouveau capables d'écouter, de voir, de sentir, de toucher les choses et d'être touché.e.s par elles. Notre corps devient le véritable sujet de notre expérience (sensorielle). Ce corps qui respire se reconnecte à la puissance animatrice de la vie. Sentir son corps à nouveau vivant est bouleversant mais ô combien jubilatoire. Nous éprouvons alors le monde de manière organique, sensuelle tout autant que magique et spirituelle. Nous vivons de l'intérieur notre insertion dans la grande chaîne du vivant.

Les formes sont un dialogue perpétuel entre le monde intérieur et l'univers extérieur. En habitant le premier, je suis invité dans le second. Le sensible me sollicite tout autant que je le questionne. Je m'immerge progressivement dans la danse des flux. Au début, je les porte et puis ils me portent. Le type de perception engendrée par les arts internes amène à la participation.

Déjà avec l'écriture nous avons pris quelque distance avec le monde. Que dire de nos technologies contemporaines ? Nous avons plus que jamais besoin de connaître par corps, de connaître de l'intérieur, de connaître en faisant. Ces sont les recommandations de l'anthropologue Tim Ingold, c'est ce que notre École propose via le qi gong, le taijiquan, ...

Plutôt que d'absorber des informations abstraites et sorties de leur contexte, nous apprenons à nous ouvrir aux êtres et aux choses. Le rôle des professeurs n'est pas d'expliquer des savoirs à des ignorants mais d'inspirer des humains afin qu'ils s'impliquent.

La transmission des arts internes, dans l'approche de notre École, est une ouverture à son être intérieur et à son environnement reposant sur une disposition à être attentif. L'authenticité de la transmission ne repose pas sur des soi-disants secrets mais sur un souci et une volonté de s'insérer dans un espace-temps vivant, c'est-à-dire situé. L'enseignement ne peut être vivant que lorsqu'il s'accorde avec le lieu, l'époque et les protagonistes (accompagnant-accompagné).

Nourrir le principe vital est possible à condition de pratiquer les arts internes dans leur dimension originelle, c'est-à-dire de manière bien différente de la plupart des approches qui en font des biens de consommation parmi d'autres dans le grand supermarché du bonheur. Comme dans la plupart des domaines, les enseignants souffrent à la fois d'un manque et d'un excès de technique. Les fondamentaux (principes et gestes) ne sont pas suffisamment ancrés. En outre, ils oublient que la technique n'est que la porte d'entrée de l'art et que l'art véritable est celui qui mène à la voie (gong fu, tao).

***” Lorsque nous renouons avec nos corps vivants,
le monde perçu lui-même se modifie
et se transforme ”***

David Abram

30 avril
FÊTE ANNUELLE
Abbaye de Saint-Denis (Mons)

Après une mise entre parenthèses de 2 ans pour cause de Covid, la fête annuelle de notre école a fait son grand retour dans une formule un peu modifiée. Aux fourneaux, Rose, Philippe et Marc (dans le rôle du marmiton) ont pris la relève de Michèle qui leur a passé cette année le flambeau. Près de 70 couverts, un buffet varié, tout en couleurs et saveurs, des desserts à foison, une météo à la fête, une salle magnifiquement décorée grâce au savoir-faire de Mee-Jung, un grand moment de découverte des différents styles lors de la pratique commune, tous centres confondus.



PHOTOS: Barbara-aufildemesflashes

LU POUR VOUS

ENTRE ORIENT ET OCCIDENT
 Voyages initiatiques d'un anthropologue

Dans la vie d'un humain, l'une des expériences les plus intenses qui soit est celle du sacré. Consciemment ou inconsciemment, nous la recherchons.

Diverses pratiques initiatiques d'Orient et d'Occident représentent des voies royales d'accès à cette dimension régénératrice. Leurs outils privilégiés – mythes, rites, symboles – sont bien connus des anthropologues.

Les voies ici présentées montrent comment entrer dans ce temps suspendu afin de se mettre en résonance avec son environnement et de vivre des états de plénitude.

Leurs trois étapes clés vers la maîtrise – descente en soi, ouverture à l'altérité et découverte de sa nature profonde – s'éclairent mutuellement.

Le ressourcement à l'abri du bruit et de la fureur du monde permet d'y revenir avec davantage de lucidité et d'énergie pour penser, ressentir et agir de manière plus juste.

Ce livre est une invitation à vivre de l'intérieur, via une forme particulière de transmission, une mutation profonde de notre manière d'être.

Diplômé de l'Université de Pékin en arts internes et Docteur en anthropologie, Éric Caulier enrichit l'enseignement traditionnel reçu en Extrême-Orient avec des modèles scientifiques occidentaux. Depuis plus de vingt-cinq ans, il chemine dans diverses voies initiatiques d'Extrême-Orient et d'Occident.

Éric Caulier

ENTRE ORIENT ET OCCIDENT
 Voyages initiatiques d'un anthropologue

ENTRE ORIENT ET OCCIDENT Voyages initiatiques d'un anthropologue



Éric Caulier
 Préface d'Édouard Stacke

prix : 11 € (+7 € de frais d'envoi)

Stage international d'été

5 bonnes raisons pour s'offrir

des vacances pas comme les autres



Photo : Barbara-aufildemesflashes

- 1) Un cadre unique : l'abbaye de Saint-Denis en Brocqueroie (Hainaut)
- 2) Une formule souple : week-end ou plus, 5 jours pour les plus gourmands
- 3) Un accueil chaleureux
- 4) Un enseignement de qualité adapté au niveau de chacun
- 5) Un repas de midi dans l'air du temps : produits de saison, producteurs locaux

PROGRAMME

- * **Groupe des débutants** : découverte perceptivo-motrice de son corps au travers des différents styles de taijiquan (retrouver une verticalité (axe), organiser son espace et le coordonner, installer une base solide et respectueuse de sa propre organisation motrice)
- * **Groupe des intermédiaires** : style Wu Hao (bases et forme des 10 postures)
- * **Groupe des avancés** : style Chen – mains collantes (tuishou) – Baguazhang

Plus d'infos : p. 17 (agenda)



PHOTOS CAP - MARC GINOUX



APPEL À HÉBERGEMENT

Chaque année, 15 à 20 participants sont logés chez quelques-uns de nos pratiquants. Nous sommes à la recherche de personnes pouvant héberger 1 ou plusieurs participants durant le stage (1 à 4 nuits).

CONTACT : Michèle Vanhemelrijk (michele.vh@gmail.com 0476/46 01 21)

Battincourt, 25 ans déjà

Le centre de Battincourt a ouvert ses portes en septembre 1998. Nous commencerons donc notre 25^{ème} année en septembre 2022. L'occasion d'en faire une année spéciale avec des événements ouverts à l'ensemble des pratiquants de notre école.

Réservez déjà les dates suivantes dans vos agendas :

- * 24 et 25 septembre 2022 : Relais pour la Vie (Arlon)
- * 5 février 2023 : stage tous publics avec Éric Caulier
- * 22-23 avril 2023 : week-end *Taiji, souffle et chant*
- * samedi 17 juin : discours et bulles

Des informations vous parviendront au fil du temps.
Au plaisir de vous voir très nombreux.



PHOTO CAP - FARKAS ORSZÁGH

Relais pour la Vie Arlon 2022

Nous participerons au Relais pour la Vie d'Arlon le 24 et 25 septembre 2022. Il s'agit d'une initiative de la Fondation contre le cancer destinée à soutenir toute personne chez qui un diagnostic de cancer a été fait, informer le public, faire des campagnes de prévention, collecter des fonds. À cet effet des équipes locales créent un événement sportif, convivial et festif. Il s'agit de marcher, courir et, dans notre cas, faire du taichi pendant 24 heures, du samedi 15 heures au dimanche 15 heures.



PHOTO CAP - PAULLAUWERS

Nous aurons également un stand, participerons aux animations destinées aux « Battants » (les personnes confrontées au crabe), et ferons des démonstrations lors des cérémonies. Ce sera l'occasion de relever un beau défi, de se mobiliser en faveur d'une belle cause, de se montrer solidaire, de se faire connaître, de resserrer nos liens.

Vous êtes toutes et tous chaleureusement invités à rejoindre notre équipe pour, selon vos disponibilités, consacrer quelques heures (24, pourquoi pas !) à ces activités.

Notre chef d'équipe est Patrice De Monte, pratiquant de Battincourt. C'est lui qui s'occupera des inscriptions et du planning.

Vous pouvez le contacter au 0496 70 05 45 ou via mail (patarlon@gmail.com) en indiquant votre nom et le créneau horaire qui vous convient en précisant si vous êtes disponible pour le relais (faire du taiji non stop), pour installer, tenir le stand et faire les démos.

Si vous voulez nous soutenir en faisant un don, vous pouvez le verser sur le compte BE13 0013 3775 0339 en indiquant « Relais pour la Vie Arlon ».

Un grand merci pour votre soutien et au plaisir de vivre cette belle aventure ensemble !

**Les centres d'Arlon et Battincourt
Patrice, Marie-Thérèse et Mathias, Martine**

Engagement corporel sur le terrain d'un temple taoïste : la place des affects dans la construction de la connaissance anthropologique

Marjorie MEUNIER Docteur en anthropologie

Créatrice d'une activité de conseil aux entreprises <https://www.alterna-workdifferrant.com/>

Le parcours de Marjorie Meunier est tout à fait atypique. Fille de forains, elle a très vite développé un intérêt pour les langues et le voyage. Les encouragements de son père dans ses études l'ont amenée à faire un doctorat, chose extrêmement rare dans son milieu. Sa différence l'a poussée à s'interroger sur les valeurs des communautés, à comprendre les diverses formes d'organisation. Elle a trouvé des réponses en partant étudier l'économie des communautés taoïstes en Chine. Aujourd'hui, elle applique les principes de l'anthropologie et du taoïsme dans son activité de conseil en entreprise. Elle a créé son propre cabinet de conseil Alterna. Nous remercions l'autrice de nous avoir aimablement autorisés à publier cet article.

Partie à Pékin en février 2010 pour mon premier terrain de thèse, je ne possédais aucune formation anthropologique. Je ne disposais que de quelques outils de l'ethnographie appris en cursus général, comme les notions de l'observation participante et le carnet de terrain.

Comme beaucoup des sinologues rencontrés me l'ont reproché, je n'avais pas non plus de formation sinologique. Pire encore, face à une des religions les plus complexes de l'Extrême-Orient, je n'avais aucune connaissance concernant les phénomènes religieux. En arrivant, je me suis donc mise simplement à observer un temple et ses usagers, tout en sachant que je ne pouvais pas, sur l'instant, comprendre ce qui s'y jouait. Pour autant, cela ne m'empêchait pas de noter le plus de choses possible et de tenter de nouer des relations avec les usagers.

Breve présentation du temple observé¹

Le taoïsme est une religion qui comprend plusieurs écoles ou courants, dont l'un est essentiellement monastique et l'autre composé de prêtres dont la fonction est transmise héréditairement au sein de familles. Au XII^e siècle, le fondateur de la branche de la porte du dragon (Longmen), appartenant au courant monastique Quanzhen (c'est-à-dire « de la complète perfection ») devenu aujourd'hui dominant dans le Taoïsme chinois, a refondé ce temple à partir d'un autre temple qui existait préalablement, mais qui était dévolu à des pratiques plus populaires. Le Baiyunguan (Temple des Nuages Blancs) est donc devenu le centre de l'école Quanzhen et de la pratique du taoïsme monachiste dans la Chine d'aujourd'hui. Du point de vue de son architecture, le temple se constitue d'un ensemble de cours organisées autour d'un axe

1. Sur le temple du Baiyunguan cf. Goossaert, Vincent, *The Taoists of Peking*, ch. 3 « The taoists of the Baiyun Guan », pp.135-168.



PHOTO CAP

central, donnant sur les salles de cultes consacrées à de nombreuses divinités. Les prêtres déambulent dans les cours ou aident les fidèles dans les salles : ces derniers prient et accomplissent toutes sortes d'offrandes, avec de l'encens, du papier monnaie (offrandes brûlées) ou font juste une visite touristique du temple.

I La connaissance par corps

Dans ce temple, selon les concepts de l'anthropologie classique depuis Malinowski, je m'adonnais donc à l'observation participante. Les seules connaissances auxquelles je pouvais me référer étaient celles concernant les croyances taoïstes historiques, dont j'avais déjà un certain nombre d'aperçus par mes lectures documentaires ; en effet, peu de recherches avaient été faites sur la vie monastique contemporaine du courant Quanzhen. De ce fait, je saisis mal les références et les significations des pratiques des enquêtés. J'ai commencé à découvrir des lieux tout à fait étrangers à mes références, des corps très différents les uns des autres mais identifiables d'après leurs gestes, leurs vêtements, leurs attitudes, leurs fonctions dans le temple (fidèles, prêtres ou administratifs). Je n'avais pas non plus de place assignée ou même définissable dans ce temple et les enquêtés ne semblaient pas vraiment comprendre ma position. Cependant la polysémie des phrases que j'utilisais pour dire que je faisais de la recherche sur le taoïsme, et qui pouvaient aussi signifier que je recherchais moi-même le dao, c'est-à-dire la voie religieuse du taoïsme, me faisait confondre avec une disciple laïque ou une élève de maître. Bien que

j'aillie au temple et que j'y passe des heures tous les jours, personne ne me parlait sauf rares exceptions. L'une de mes premières rencontres fut un écrivain suédois, venu faire des entretiens avec les prêtres pour écrire un livre de présentation grand public sur le taoïsme. Il m'accepta dans ses entretiens, qui se sont d'ailleurs révélés assez infructueux car les prêtres lui donnaient des réponses très brèves et souvent identiques à des questions d'ordre général. Cet épisode m'a rapidement dissuadée de faire des entretiens de cette façon.

Pour ce qui est de la participation, elle n'en avait que le nom. J'ai reproduit certains de leurs gestes selon les directives d'anthropologues taoïstes, en brûlant mes premiers encens.

Cependant ces gestes étaient «vides» de sens et d'émotion car effectués dans un état trop distancié par rapport aux fidèles. Ces gestes n'éveillaient en moi qu'étonnement et étrangeté mais ne me révélaient rien de la vie des Chinois sur mon terrain. J'ai dû découvrir par moi-même de quelle participation il pouvait s'agir dans un temple taoïste où il est fait peu de place aux personnes extérieures. C'est alors que j'ai choisi, sans en avoir pleinement conscience, une approche méthodologique très forte et pleine d'implications. J'ai décidé de prendre des cours de Taiji quan (une pratique corporelle chinoise qui a pris une place majeure dans le Taoïsme en tant qu'elle permet le travail des souffles) avec un maître du Baiyunguan, afin d'entrer dans mon terrain. Cette décision me semblait pragmatique du point de vue de l'entrée

sur le terrain, et j'ai été, de fait, physiquement engagée dans mon terrain. Alors que l'importance des pratiques du corps a si largement été reprise depuis Mauss, pourquoi si peu d'anthropologues se sont-ils interrogés sur la place du corps du chercheur ? Car, par l'observation où le chercheur s'implique dans la vie de la société observée, son corps est tout autant engagé que son intellect. Sans aller jusqu'à la pratique du Taiji quan, le corps du chercheur est engagé dans une culture autre où il est contraint d'abandonner ses repères s'il veut pouvoir comprendre cette culture, comme le dit bien Sophie Caratini : « *Contraindre son corps – donc soi – à adopter les modes de communication de l'Autre, à ingurgiter ses nourritures, respecter ses rythmes et se mouvoir dans son espace et en adoptant ses manières est le meilleur moyen d'« assimiler », au double sens physique et mental du terme, l'ordonnement d'une configuration de signes qu'on peut dire au fondement de la culture, puisqu'elle est ce langage qui précède le Verbe tout en étant omniprésent* »². Mais ce n'est pas seulement sur ce seul mode d'assimilation par le corps que l'on doit considérer le rapport au terrain ; car alors on omet, comme souvent en anthropologie, l'aspect affectif de la connaissance par corps. L'adaptation ou l'imitation ne suffisent pas, les gestes ne peuvent être que vides si on ne se laisse pas affecter.

Pour entrer sur un terrain, il faut donc se laisser affecter soi-même, se laisser toucher par la réalité plutôt que tenter de rationaliser la surface visible. Car comment recueillir des informations, si ce n'est par notre propre corps, notre ressenti, nos impressions ? Les Chinois ainsi que certains chercheurs³ considèrent désormais que les pensées ne peuvent pas être séparées des émotions. En chinois, le cœur est le siège des émotions et des pensées, ce mot est utilisé de manière souvent indifférenciée pour les deux. Cela s'oppose à la dualité cartésienne de l'âme et du corps sur lequel repose toutes les sciences humaines occidentales, et qui voudrait que l'observation soit une approche rationnelle de l'esprit. De plus, Jeanne Favret-Saada explique l'engagement émotionnel comme une contrepartie nécessaire envers l'autre qui nous accepte dans son univers : « *ils voulaient que j'accepte d'y entrer comme partenaire, et que j'y engage les enjeux de mon existence d'alors. Au début, je n'ai cessé d'osciller entre ces deux écueils : si je participais, le travail de terrain devenait une aventure personnelle, c'est-à-dire le contraire d'un tra-*



PHOTO CAP

vail ; mais si je tentais d'observer, c'est-à-dire de me tenir à distance, je ne trouvais rien à observer ».

II L'entrée initiale sur le terrain, vécue comme un échec

Dans mon cas, c'est ce qui est advenu lors de ce terrain où se sont présentés à moi deux types d'expériences différentes : me laisser affecter ou renoncer entièrement au terrain. En effet l'une de ces solutions, la moins efficace, consistait en une observation de l'extérieur de mes enquêtes, où je n'obtenais aucune des réponses que j'attendais. Il a déjà été question de ces observations, mais je mettrai aussi dans ce cas de figure mes relations avec les travailleurs non religieux du temple qui se sont avérées décevantes au vu de mes expériences passées d'entretiens sociologiques. L'autre solution a été mise en place grâce à l'intermédiaire d'un spécialiste français du Taoïsme ; je pus nouer une relation avec un maître dans le but officiel d'apprendre le Taiji quan. J'avais demandé ses coordonnées à ce spécialiste avec l'idée de pouvoir enfin avoir accès à un maître et de mieux comprendre leurs concepts. Mais dans cette relation engagée, je n'avais pas l'impression de faire mon travail d'anthropologue. Je ne pouvais pas arriver avec mon lot de questions à lui poser, et devais me risquer à cet apprentissage physique d'un art taoïste fondamental qui me modifiait. Entre ces deux modes de relation, ce qui ressortait était un sentiment d'échec. Je présenterai les deux alternatives en commençant par les travailleurs, car ils ont occupé la majeure partie de cette première étape ; je parlerai ensuite de ma pratique du Taiji quan.

Les travailleurs, personnel de nettoyage, de vente, de sécurité du temple, me parlaient bien sûr le plus souvent

2. Caratini Sophie, Les non-dits de l'anthropologie, coll. Libelles, PUF, p. 38.

3. Notamment Damasio, Descartes's error, (1994).

d'événements de la vie quotidienne en me soumettant de grandes généralités sur les Français (Zidane, le romanisme des Français, célèbre en Chine), ou en me posant des questions sur mes occupations et ma recherche. Ils dévoilaient volontiers leur famille et leurs origines mais moins facilement leur croyance et l'organisation du temple. Par ce biais, j'avais surtout accès à leurs préoccupations, bref mon enquête se limitait alors surtout à leur point de vue.

Par ailleurs, je pris des cours de Taiji quan avec un maître du temple, cours qui se sont transformés petit à petit en une relation effective de maître à élève. Cette relation a commencé par ce que j'interprète comme une phase de test que m'a fait subir le maître en me faisant attendre des heures dans le temple pour parfois ne finalement pas arriver, en ne m'apprenant que très lentement, et en vérifiant que je pratique tous les jours. Puis quand il a commencé à m'accepter et à m'apprendre plus rapidement, le but de nos rencontres semblait ne plus être seulement l'apprentissage du Taiji. Je passais plus de temps à ses côtés, parfois en discutant, parfois en silence. Mais il me parlait plus de ses goûts en matière de cinéma que de taoïsme et ne répondait à mes questions que de manière souvent détournée, où le lien avec la réponse n'était pas évident à l'observatrice non avertie que j'étais.

L'ensemble de mes relations au Baiyunguan me semblait donc peu fécond par rapport à l'objectif de recueillir des informations sur les organisations, entre des prêtres silencieux et fermés, des travailleurs trop extérieurs aux institutions et mon maître de taiji qui ne semblait me parler que de choses futiles, presque volontairement. Cette sensation d'échec était renforcée par mes difficultés de communication dues à mon apprentissage initial du chinois à Taiwan et non en Chine populaire. J'accumulais en effet les difficultés linguistiques de la reprise d'une langue non pratiquée pendant dix ans, l'incompréhension d'accents totalement différents de ceux que j'avais appris, le peu de connaissance sur les contextes culturels chinois qui avaient modelé cette langue et l'ignorance du vocabulaire spécifiquement taoïste dont faisait constamment usage les prêtres. J'avais l'impression très forte d'être passée à côté de mon sujet et de mon terrain premier, de n'avoir rien appris de substantiel sur le Taoïsme contemporain. Et ainsi, pendant les trois premiers mois de mon enquête, c'est une assez forte dépression qui prédominait.

Plus tard, j'appris en discutant avec un chercheur reconnu sur le Taoïsme, la chance qu'avait constitué pour moi le fait d'avoir choisi d'entrer très directement dans ce temple, sans passer par l'entrée dans le discours officiel des prêtres, celui-là même que j'avais pu observer lors des entrevues de l'écrivain suédois ; cette non entrée dans la doctrine et le discours officiel avaient favorisé une connaissance directe. J'avais en fait eu la chance d'observer directement la vie quotidienne du temple sans être happée, voire même noyée par le discours officiel des maîtres qu'ils répètent à loisir en réponse aux questions importunes des observateurs extérieurs. Par exemple, le chef des gardes qui était un des travailleurs avec qui j'avais sympathisé m'avait emmenée dans la cantine, lieu qui me semblait important, pour me représenter la vie de la communauté, mais qui n'était pas accessible aux personnes extérieures. Sur le moment j'ai considéré cette tentative comme une sorte d'échec également car personne ne parlait plus ici qu'ailleurs ; seuls les gardes qui m'avaient invitée y étaient plus loquaces.

Mais cette observation m'a tout de même permis de comprendre les aspects pratiques de cette vie, qui ne sont pas facilement accessibles, puisqu'il est difficile d'obtenir des informations pratiques comme les heures de repas, les règles de la vie en communauté etc. Mais si l'on peut y accéder, ces règlements sont affichés dans le réfectoire. De plus, la séparation de la cantine du temple et de celle de l'association nationale taoïste, invisible de l'extérieur, révèle une volonté de séparation des deux mondes. D'un côté, la cantine végétarienne accueille les prêtres et les travailleurs non religieux, d'un autre, la cantine ordinaire accueille les employés et les dirigeants du siège de l'association. Cette séparation suggère deux entités bien distinctes, et pourtant tous les maîtres taoïstes adhèrent à cette association de fait. L'argument du végétarisme ne tient pas non plus quand nombre des travailleurs ne sont pas végétariens hors du temple. Cette volontaire séparation de la cantine réservée aux personnels du siège de l'association suggère clairement une volonté de distinction, ou au moins un certain privilège réservé aux cadres de l'association qui aurait été difficile à prouver sans cette entrée directe, dans le contexte religieux tendu en Chine. Le silence des maîtres lui-même, loin de signifier mon échec à entrer sur le terrain, comme je l'ai compris par la suite, constituait le signe le plus éloquent de la culture taoïste Quanzhen.

III L'expérience des temples taoïstes à Hong-Kong comme révélatrice des connaissances acquises au Baiyunguan

Au bout de trois mois, je dus me rendre à Hong-Kong pour renouveler mon visa. Hong-Kong est une ville qui comprend de nombreux temples taoïstes très divers dans leurs formes comme dans leurs statuts. Là, certaines pratiques interdites en Chine sont encore centrales tant dans la liturgie que dans l'économie des temples. Par exemple le Fuji, « l'écriture des esprits », est une pratique de divination très répandue et très ancienne. Elle consiste à écrire dans le sable avec un instrument en bois qui permet de porter la parole des dieux, des immortels et autres esprits tutélaires. En résidant dans un des plus grands temples taoïstes de Hong-Kong (qui m'a été présenté par un membre de l'association nationale taoïste en tant que « temple sœur »⁴ du Baiyunguan), je me suis vite aperçue que les normes variaient beaucoup d'une ville à l'autre. Les salariés du temple ont accueilli mes questions avec beaucoup d'ouverture d'autant plus que certains d'entre eux travaillaient dans un centre consacré à la culture taoïste, hébergé dans le temple. Ils m'ont ouvert leur bibliothèque et m'ont fait visiter les principaux temples en relation avec les questions que je leur posais. La facilité ou liberté de la parole n'était pas la seule différence. Les salariés se présentaient comme des disciples ordonnés du courant Quanzhen mais ne portaient aucun attribut des maîtres Quanzhen, ni vêtements ni chignons et ne suivaient pas le régime alimentaire. Aucun d'entre eux ne pratiquait les rituels, tâche qui incombait à une équipe de maître extérieur. Leur définition d'un maître était apparemment totalement différente de celle de Pékin. Ils pratiquaient par contre les arts martiaux taoïstes de manière quotidienne, en groupe, dans l'objectif de compétitions. Ce contraste a été tel qu'il n'a pu que révéler, en creux, les caractéristiques des maîtres du Baiyunguan et m'aider à rationaliser tout ce qui était resté à l'état de sensation lors des mois précédents. Je prenais conscience que les maîtres taoïstes pouvaient être différents et même, par certains aspects, opposés aux caractéristiques des maîtres du temple des nuages blancs qui constituent la référence de ce que devraient être les maîtres Quanzhen Longmen. C'est la discipline et la volonté de distinction élitiste qui me sont apparues comme caractéristiques principales des maîtres que j'avais rencontrés au premier temple.



PHOTO CAP

C'est aussi à ce moment que j'ai pris conscience de ce que le maître de Taiji chuan m'avait appris, dans une relation qui m'avait semblée superficielle. A Hong-Kong, j'ai rencontré une maître taoïste française, vivant dans les temples depuis sept ans, qui a bien voulu me parler de la doctrine taoïste dans ma langue maternelle, ce qui évitait les barrières de la langue. C'est en entendant son exposé des concepts centraux du taoïsme, explicités dans ma langue et mis en mouvement dans son discours que j'ai cru comprendre ce que m'avait communiqué ce maître du Baiyunguan. Ce type de transmission à partir de la pratique du Taiji, qui s'était opérée uniquement à partir de gestes et de quelques injonctions brèves sur les attitudes (« sois plus naturelle »), les postures, qui avaient échappé à une explicitation de type plus rationnel (comme par l'apprentissage de règles), m'avait montré très physiquement plusieurs aspects de la vie, de la pensée et de la transmission des techniques dans le monde taoïste. Cette relation qui consistait surtout en des moments de vie côte à côte avec ou sans enseignement de Taiji m'avait obligée à m'arrêter, à sortir de mon rythme quotidien pour être attentive à l'instant.

Cela m'avait contrainte à être attentive à ce qui se passait en moi, me révélant ainsi une dimension centrale de la vie taoïste, les arts internes. Par ma pratique du Taiji cela m'a aussi permis l'incorporation des idées d'unité, de corps et esprit non divisés, ainsi que la recherche du geste spontané à travers la répétition quotidienne, pendant des années, des mêmes séquences gestes. Ces concepts sont majeurs puisqu'ils sont au cœur de la pratique taoïste psychophysique qui mène à l'immortalité. Ce choix méthodologique m'a aussi permis de comprendre en

⁴ Les deux temples sont jumelés avec un troisième situé à Taiwan. L'organisation d'une cérémonie annuelle est alternée entre ces temples ainsi que d'autres activités.

profondeur les modes de transmission qui reposent sur l'imprégnation et la transmission par l'expérience plutôt que par le discours. Enfin c'est par là que j'ai pu saisir les raisons de la valorisation de ce mode de transmission directe par corps dans le taoïsme, plutôt que la connaissance intellectuelle médiatisée par des explications détaillées, des concepts, des règles à suivre, etc. Cela se présentait donc comme une véritable expérience de resocialisation dans cette communauté, en me faisant intégrer les valeurs de la société chinoise. Mes émotions négatives (la dépression de départ), sur le moment signifiaient en fait un mode d'entrée dans le temple à travers la relation à un maître, qui se doit d'être exclusive. Et une relation qui semblait presque infructueuse sur le moment, signifiait pour la recherche une resocialisation partielle qui permettait seule d'intégrer des concepts taoïstes centraux.

Conclusion

L'entrée par la pratique d'un exercice taoïste, spirituel autant que physique, m'a permis rétrospectivement de revenir sur la manière dont le corps est vécu et pratiqué de façon séparée de l'esprit dans les principaux courants religieux en Occident, ce qui diffère de la vision chinoise qui les conceptualise ensemble, intégrés et interagissant de manière intime. En Europe, bien que les interactions entre corps et esprit aient été maintes fois démontrée la part de l'émotionnel est toujours tenue en berne dans les pratiques et les interactions sociales.

Et en anthropologie, la dictature de la distanciation nous fait oublier le besoin d'être émotionnellement engagé dans le terrain afin de saisir la réalité humaine qui s'y joue. Je m'associe au propos de Jeanne Favret-Sadaa qui souligne : « *dans ces moments-là, si je suis capable d'oublier que je suis sur le terrain, en train de travailler, si je suis capable d'oublier que j'ai mon stock de questions à poser, si je suis capable de me dire que de la communication (ethnographique ou pas ce n'est plus le problème) est précisément en train de s'opérer, là, de cette façon insupportable et incompréhensible, alors je suis branchée sur une variété particulière d'expérience humaine - être ensorcelé par exemple - parce que j'en suis affectée* »⁵.

L'expérience anthropologique des préceptes et pratiques taoïstes telle que je l'ai vécue m'interdit désormais de concevoir la pratique de terrain comme une mise à distance. Si je n'avais pas pris part à ces pratiques, je n'aurais pas pu percevoir ces éléments fondamentaux de la philosophie taoïste qui s'expriment dans cette forme traditionnelle d'apprentissage. Il est tout à fait paradoxal de prétendre observer de loin lorsque l'on pense expérimenter en soi le bien-fondé d'une méthode qui nous a permis d'approcher une réalité sociale et de désirer avancer plus loin dans sa connaissance. Mais évidemment l'ethnologie du taoïsme ne consiste pas à devenir soi-même taoïste et là se posent les problèmes liés à la conversion. De grands interprètes du Taoïsme ont eu des maîtres et ont eu accès par ce biais aux enseignements taoïstes (K. Schipper par exemple, est d'ailleurs devenu lui-même un grand maître). Mais dans diverses situations, dans quelle mesure ne nous convertissons-nous pas à une autre réalité, lorsqu'elle nous a touchés et qu'elle nous a transformés ? De plus les transformations de la pratique et des points de vue qu'on en a ne peuvent-ils pas s'opérer, en notre sein, à l'insu même du sujet anthropologique connaissant et distanciant ? Cela ne signifie pas que la distanciation ne doit pas s'opérer dans un deuxième temps. L'éloignement géographique et des allers-retours sont même nécessaires au dévoilement des éléments imprimés en nous à travers nos affects. Mais cela n'est pas suffisant car le dévoilement du matériau anthropologique nécessite aussi une analyse de ces impressions, au sens strict du terme. C'est un questionnement ininterrompu, un retour sur soi, après ce moment d'engagement qui permet de comprendre ce qu'a provoqué l'autre et ce que cela dit de lui.

Bibliographie

- Caratini Sophie, Les non-dits de l'anthropologie, coll. Libelles, PUF, p 38.
 Favret-Saada, J. id. p. 158.
 Damasio, Descartes's error, (1994)
 Goossaert, Vincent, The Taoists of Peking

5 Favret-Saada, J. id. p. 158

Pourquoi le taichi chuan ?

Voici mon histoire.
Après une enfance triste, une adolescence difficile, une vie d'adulte compliquée et un énorme chagrin d'amour... bref, une vie pas vraiment chouette je décide donc de me prendre en mains.

Il y a 5 ans, j'ai commencé la piscine et des cours de yoga, ainsi que de méditation. Je ne vois plus la vie de la même façon, ni les gens, ni les choses. Cela a complètement changé mon caractère en positif.

Ayant fait le tour, je me suis dirigée vers le taijiquan sauf que... il n'y a pas de cours près de chez moi. Je suis donc restée 2 ans juste avec la piscine, en sachant qu'il y a des cours à Soignies mais je ne souhaitais pas aller jusque-là. Sauf qu'avec la sagesse et le bien-être que m'a procuré le yoga je ressentais un manque. C'est alors que j'ai franchi le cap et me suis retrouvée enfin au cours de taijiquan !

Angoissée comme je le suis, j'ai donc eu du mal à profiter de cette première séance d'essai. Pourtant c'était agréable, il faisait bon et on entendait le chant des oiseaux. Ce que je retiens également, c'est que j'ai eu très mal aux cuisses, mais je vous rassure que cela passe !

Au quotidien, je retrouve également cette sagesse et cette paix intérieure qui m'avaient manqué et, à chaque fin de cours, je me sens paisible. Cela me fait tout oublier.

Mon meilleur moment: le pas de l'arc en déplacement (marche). Je me sentais bien, je me baladais je ne sais où, j'avais l'impression qu'il n'y avait que moi dans cette salle de gym et, pendant un court instant, j'aurais aimé que cette salle soit plus grande pour continuer ce pas et ne jamais m'arrêter. Qu'est-ce que j'étais bien !

De plus, les personnes qui m'accompagnent à ce cours sont vraiment sympathiques et j'ai également été bien accueillie. Je ne me suis jamais sentie jugée, je me sens bien.

Florence SECONDE (Soignies)

Nous sommes en juillet 2016. Le temps est au beau fixe et nous nous préparons à partir vers la Côte d'Opale. Auparavant, je passe chez mon médecin pour faire le point car je me sens fatiguée et sans entrain. Je suis en manque de vitamines, c'est certain.

Après m'avoir auscultée, le verdict tombe comme un couperet: je suis atteinte d'une maladie neurodégénérative.

Les bras m'en tombent; j'étais venue pour des vitamines et me voilà repartie avec un fardeau très lourd à porter: un intrus s'est introduit à mon insu dans mon cerveau et a entrepris des travaux de démolition avec un marteau piqueur et sans ménagement (comme le chante Alain Souchon !)

La neurologue me conseille de bouger le plus possible et de faire du sport. Oui, mais lequel choisir car je n'ai plus 20 ans hélas ? Je contacte ma commune qui me propose d'assister à une séance d'informations sur une discipline encore peu connue sous nos latitudes: le TAICHI-CHUAN/taijiquan (TJQ). Je me laisse séduire par l'idée, le TJQ sera ma bouée de sauvetage.

Je ne vous cacherai pas que je n'ai pas adhéré d'emblée au concept mais au fur et à mesure des semaines j'ai senti une empathie certaine pour cette étrange discipline venue de Chine.

Apprentissage laborieux

Tout d'abord, il y a Philippe et Rose fort sympathiques et bien au fait de la matière à distiller au compte-gouttes car il n'est pas évident pour le quidam de reproduire des gestes ou d'adopter des positions parfois bizarres ; je pense par exemple à l'« Arbre »: cette position est relativement aisée à prendre mais souvent difficile à tenir dans un laps de temps donné pour un débutant ou encore au « Coq d'or » (je préfère penser au chocolat « Côte d'Or »)

qui constitue à lui seul un bon exercice pour garder ou améliorer son équilibre.

Je ne peux passer sous silence les exercices visant à se recentrer sur soi, à faire le vide, à rectifier les mauvaises postures et surtout à bien respirer.

Je tiens enfin à mettre l'accent sur l'ambiance chaleureuse qui règne entre les participants pendant les cours ; chacun fait de son mieux et à son rythme dans un esprit où la camaraderie est de mise.

Malheureusement, le covid s'est lui aussi invité sans crier gare et a mis fin, pour un temps, aux séances de TJQ en présentiel contraignant les participants à un éloignement

forcé. Les cours ont pu reprendre après quelque temps par la magie de l'informatique, ce qui nous a permis de continuer à pratiquer et de maintenir la forme.

Bienfaits au quotidien

Ma vie est certes parsemée d'embûches qui ne font que s'intensifier chaque jour davantage. Je garde cependant espoir et le taichi, même en Zoom, me permet de garder la forme tout en restant en contact avec des personnes chaleureuses qui comprennent mon désarroi et qui m'encouragent à continuer mon combat contre cet ennemi juré qui s'appelle Parkinson.

**Martine STALPORT
(Jurbise)**

Méthode épicurienne de pratiquer le taijiquan (ou comment joindre l'utile à l'agréable)¹

Depuis plusieurs années, nos amis Josefa et Jean nous proposent, à nous pratiquants de Mons, de les rejoindre durant les vacances d'été, le mercredi à 18 h, dans un espace vert de leur choix, pour que nous puissions répéter les formes apprises durant l'année ou antérieurement.²

Tout au long de ces étés successifs, le groupe a tantôt intrigué les promeneurs, tantôt dérangé les amoureux (mais pas trop), parfois même attiré des spectateurs de fortune.

Durant les premières années, les réunions se limitaient à l'échauffement et la pratique des différentes formes – plus ou moins connues – et nous nous séparions sagement vers 19 h.

Mais... au fil du temps, le plaisir d'être ensemble s'est renforcé par l'instauration d'un moment de détente « post-pratique » : vers 19 h, la pelouse est désertée et le café voisin est investi par certains d'entre nous en quête d'une bonne bière et parfois même d'un gros paquet de frites.

Cette année, une étape supplémentaire s'est avérée nécessaire, à savoir le moment « pré-échauffement » qui consiste à partager le boire et le manger que chacun apporte à tour de rôle. Ainsi, nous débutons la pratique par une dégustation : selon les semaines nous nous régalons de figues, de fruits secs, de toasts de tarama, de biscuits, de jambon séché, de tomates cerises, tout en sirotant un vin rosé, un Gewürtztraminer ou un pastis (avec ou sans alcool). Et bien sûr, le partage reprend de plus belle après la pratique. Et chacun s'en retourne – un peu moins sagement – vers 20 h. Rassurez-vous, personne n'est ivre, nous sommes simplement heureux de ce moment de convivialité.

Surtout, n'allez pas croire que les moments de détente sont l'unique moteur de nos rencontres hebdomadaires : la pratique estivale est très sérieuse. Oui, oui, vraiment ! Elle ressemble même à une leçon particulière. Après une ou deux répétitions de la forme choisie, chacun en profite pour signaler ses petites faiblesses ou ses oublis passagers. Josefa et Jean invitent alors tout le groupe à répéter les gestes qui posent problème. Ce qui, finalement, est bénéfique à tous. Si cela vous tente, venez nous rejoindre (...). La pratique est obligatoire, le reste ... est conseillé !

Françoise DELPORTE (Mons)

¹ Article publié dans le n° 97 (09/2015), p.16

² NDLR : Cette pratique a toujours lieu en cette année 2022, dans le parc en contrebas du bd Kennedy, à proximité du Chalet suisse. Elle a son équivalent à Uccle (Parc Wolvendael, près du pavillon Louis XV).

Accepter de lâcher-prise et le droit à l'erreur

J'ai été vers le taijiquan à un moment de grande turbulence et de doute intense dans mon avenir professionnel. Ne plus savoir réellement pourquoi j'allais travailler tant la pression était énorme.

Ma passion a toujours été la transmission de l'enseignement avec une capacité d'adaptation perpétuelle dans ma carrière. Cette évolution de diplômes a été ma force et ma fierté. L'intelligence est, dit-on, la capacité à évoluer tout au long de sa vie. Mais les années passant, j'ai déchanté tant le monde de l'enseignement a changé, ainsi que les enfants et l'éducation parentale aussi. Il fallait d'urgence trouver un moment dans ma vie où je trouve un espace-temps pour me poser tel un oiseau dans une forêt tranquille.

Quand je me suis présentée à ma première séance, j'ai découvert les diverses branches du taijiquan. Le plus appréciable dans cette découverte a été la prise en charge douce, calme, sans jugement, imprégnée de bienveillance, d'empathie. J'avoue que c'était une coupure dans un monde de stress où j'avais l'intuition de pagayer dans un océan à contre-courant.

Lors des premières séances, l'attention portée à la posture, mon incapacité à me détendre ainsi que les douleurs aux jambes m'ont un peu refroidie. J'ai donc mis ce ressenti sur le coup du raz de marée psychologique qui inondait ma vie et la répercussion sur mon corps.

Puis, au fil des séances, le souffle a apaisé les tensions musculaires des postures. La méditation s'invitait progressivement permettant au corps de se poser. J'avais enfin trouvé, comme l'oiseau migrateur, le bon endroit où atterrir pour parvenir à la sérénité intérieure.

Cependant, la décision de m'inscrire au stage d'été s'accompagnait d'une foule d'appréhensions. C'était un challenge que je me lançais dans un moment où je pensais davantage partir au bout du monde pour y trouver

une partie de moi-même bien oubliée depuis mon enfance, une parenthèse de nonchalance imprégnée de souvenirs.

Dès le premier jour, j'ai été plongée dans l'inconnu avec un groupe de personnes avec davantage d'heures de taijiquan que moi. Les trois premiers jours ont été une torture physique. Mon mental européen et surtout carcéen me poussait à une réflexion intellectuelle intense sur la mémorisation de l'orientation des cinq extrémités, les gestes, le souffle. Le summum des difficultés repose sur l'harmonie des mouvements des bras en lien avec les jambes, les pieds, suivi du regard. À cet instant même, je puis vous dire que, là, le professeur m'avait définitivement perdue.

Ayant fait du théâtre, Marie-Thérèse pouvait lire à livre ouvert sur mon visage. J'étais littéralement désespérée en me disant « Il me faudra plus d'une vie pour y arriver ! » Mais c'était sans compter la force de caractère et de persuasion légendaire de Marie-Thérèse. Elle a compris très vite ma personnalité au travers de mon exigence et de mon désir de perfection. Cette qualité dernière, et à la fois défaut, a été un moteur dans ma vie mais parfois, et même souvent, un sacré frein.

J'ai entendu pour la première fois de ma vie une personne qui me demandait avec réalisme et positivité d'accepter mes petits progrès, pas à pas, chaque jour. Ces propos allaient à l'opposé de ce que je vivais dans ma profession, dans ma vie.

J'ai découvert aussi l'espace tridimensionnel de chacun des mouvements, « Racine, Terre, Ciel ». Je n'imaginai pas tout cela non plus avant cette pratique. Le théâtre, la danse, la natation ne m'avaient pas obligée à réfléchir autant...

Lors de ce stage, le dialogue et le soutien de chacun des participants du groupe ont structuré notre force tran-

quille dans nos assouplissements, nos déplacements, nos jeux afin de comprendre le sens des postures.

Grâce à cette relation, nous parvenions à nous soutenir les uns les autres. Certains, plus à l'aise dans une position, aidaient les autres et vice-versa. La pluie n'a jamais entamé notre bonne humeur !

Depuis, je pratique le taijiquan tous les jours en classe avant de commencer ma journée après le déjeuner et l'accueil de mes élèves dans ma classe. Cet art m'a appris à garder de la distance en toute circonstance, d'obliger l'autre à ne pas rentrer dans mon espace.

Il m'offre une sérénité intérieure dans mon milieu de travail et de me préserver des agressions extérieures. Le corps a ressenti comme le psychique une réelle détente totale lors de ces séances. Au cours de celles-ci, il y a un espace-temps qui semble s'arrêter dans ce monde agité. C'est sans nul doute cela qui est perturbant au début. Soit la personne y adhère, soit elle part.

Il faut accepter un lâcher-prise, le droit à l'erreur, la coordination mentale de mouvements sur cinq extrémités. Pour ma part, je commence seulement à me détendre lors de la pratique.

Il m'arrive également, lors de certaines situations de tension présentes chez mes élèves, de les initier au taijiquan avant de monter en classe. Le résultat est remarquable, car les élèves apprécient ces mouvements lents et reviennent en classe calmement. Les parents semblent conquis, car leur enfant est plus calme. Je prends plaisir

à expliquer à ces derniers que travailler dans le calme est productif et apporte de l'apaisement donc du bien-être à l'inverse des cris et du stress.

Je ne suis pas encore au top dans mes dix postures, bien loin de là, mais chaque séance de taijiquan est attendue avec l'acceptation plénière de petits progrès. Le souffle et la méditation sont mes alliés précieux. En effet, sans eux, je ne parviens pas à la plénitude psychique du bien-être physique dans chacune des postures.

C'est avec bonheur que je me suis rendue à la fête du taijiquan en proposant à d'autres de notre groupe de s'y rendre. L'ambiance y est toujours chaleureuse et le repas convivial riche en rencontres. C'est avec plaisir à présent que j'ose m'immiscer dans un groupe et suivre tant bien que mal les divers mouvements parfois pas encore appris, ni acquis. Cette audace et ce lâcher-prise commencent à se glisser dans ma pratique même si je dois repartir à zéro, je ne me décourage plus comme avant. Je deviens plus clément et empathique à mon égard, c'est dire ... un grand pas vers une Paix intérieure et l'acceptation de mes erreurs pour un progrès physique et psychique.

Le taijiquan est pour moi un travail spirituel et physique en perpétuel renouvellement et changement en harmonie avec les autres et la nature.

En conclusion, je me dois, comme le sage parti pour un long voyage intérieur, de prendre le temps et la patience pour parvenir à l'exécution des dix postures du Yang.

Carine SAUCEZ (Mons)



Photo : Barbara-aufidemesflashs

Taijquan en vacances

C'est devenu un peu un rituel qui fait sourire mes proches. Arrivé en un lieu de vacances, les valises à peine défaites, je m'en vais, l'épée rétractable à la main – forme de l'épée oblige – repérer les environs. Pas toujours facile de trouver l'endroit calme, discret, dégagé, « énergétique » où pratiquer le taijquan.

Cette année, je me trouvais pour la troisième fois en Corse. L'île de Beauté porte bien son nom. Montagnes, plages, sites à couper le souffle se succèdent au fil des promenades.

J'avais immédiatement repéré la paillote de l'hôtel (comme vous le savez, la paillote est un restaurant situé au bord de la mer). Elle était plantée dans le superbe golfe de Propriano. L'endroit était idéal pour pratiquer. Je la « squattais » en fin de journée, une fois que les derniers « bronzés » avaient quitté leurs transats. Le soleil couchant, les vagues qui venaient calmement se bercer sur le sable, la vue superbe, la joie, la beauté, l'infini...

Au retour, une halte était prévue dans la famille, à Barge-mon, un des superbes villages de Haute Provence. J'étais

persuadé d'y trouver profusion d'endroits où pratiquer. Mais après avoir exploré tout le village et les environs, il fallut me rendre à l'évidence : impossible de trouver le moindre endroit ombragé, plat, un tant soit peu tranquille. Il y avait bien un petit jardin mais il était à flanc de montagne et il fallait se frayer un chemin entre oliviers et plants de vigne.

À défaut de pouvoir pratiquer, je me suis retrouvé sur la terrasse de la maison. Un petit coin d'où l'on jouissait d'une vue superbe sur l'Estérel. C'était un mardi soir. Le cours devait avoir commencé à Bruxelles. Je me suis mis à dessiner dans cet espace les mouvements de wu gong et de bafa²... et tout naturellement la forme des 10 postures. Les quelques minuscules mètres carrés de la terrasse s'y prêtaient parfaitement. Quel bonheur !

Éric nous a appris cette forme tout récemment. Je l'aime beaucoup et la trouve fort belle. Elle est simple, concise et peut être pratiquée à peu près partout. Un bon conseil donc. Si vous partez en vacances, n'oubliez surtout pas de l'emporter avec vous !

Paul LAUWERS (Uccle)



PHOTO CAP

1. Article publié dans l'Espace CAP- info 42-décembre 2001

2. Les 5 exercices de base et les 8 techniques

30 juillet - 3 août

Stage international d'été

Lieu : Abbaye de Saint-Denis

(4, r de la Filature - 7034 Saint-Denis, OBOURG)

Horaire : 10h-17h

Participation : (pauses café/tisanes et repas de midi inclus)

Week-end : 190 €

Stage complet (5 jours) : 380 €

• **Acompte** : 95 €

• **Solde** : merci de libérer le solde pour le **24/07** au plus tard

Inscription : l'inscription est validée par le paiement de l'acompte

• En ligne (www.taijiquan.be), par courriel (info@taijiquan.be)

Compte du C.A.P. BIC BBRUBEBB - **IBAN** BE29 3700 8031 3764 - **Infos** : 065/84 63 64 0476/46 01 21



PHOTO CAP - Marc Ginoux

26-28 août

Festival des Rencontres Inattendues (Tournai)

Un détour par les cultures et pratiques d'Orient pour sentir, concevoir et interagir autrement (Japon, Chine).

27 août (11 h, jardin de l'évêché) : Intérieurs

À l'heure d'une véritable destitution de la réalité, les regards croisés d'un géographe (**Augustin Berque**), d'une historienne (**Daria Bocharnikova**) et d'un anthropologue (**Éric Caulier**) nous emmèneront sur des chemins concrets compris comme ce qui se rapporte à la réalité considérée dans sa totalité.

Des démonstrations de pratiques de conscience du corps (**Georgette Methens-Renard**) en musique (**Ma Jane**) illustreront les thématiques abordées.

Infos : <https://lesinattendues.be/>



Reprise des cours dans nos centres

Septembre

- Arlon : mardi 6 septembre
- Battincourt : jeudi 8 et vendredi 9 septembre
- Hensies : mardi 6 septembre
- Jurbise : lundi 5 septembre
- Mons : mercredi 7 septembre

- Montigny : lundi 5 septembre
- Soignies : jeudi 1er septembre
- Tournai : lundi 5 septembre
- Uccle : mardi 6 septembre

9 octobre, évaluation formative des master classes. Jury invitée : C. Despeux

Master classes 2022-2023



PHOTO CAP

Les master class sont enseignées par Éric Caulier en personne. Elles 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. Cet enseignement s'adapte de ce fait aux personnes et au lieu. Chaque master class comprend 4 week-ends, dont un résidentiel, qui constituent un tout. L'inscription à une master class engage le candidat pour la totalité de celle-ci. Une lettre de motivation adressée à Éric Caulier est demandée au préalable.

Prérequis : bases en taijiquan

INSCRIPTION et LETTRE DE MOTIVATION : info@taijiquan.be

Master class 1 – Sun

Programme :

Dans la continuité de la master class Chen - Baguazhang (2021-22) : style Sun, avec des bases/rappels de Wuhao, xingyiquan et baguazhang.

Dates : 3-4 décembre 2022, 18-19 février 2023, 25-26 mars, 27-28 mai

Lieu : Abbaye de St-Denis (4, r. de la Filature - 7034 St-Denis)



PHOTO ALMERCA



PHOTO CAP

Master class 2 - Wu de Shanghai

Programme :

Dans la continuité de la master class Yang - Mains collantes (2021-22) : style Wu et applications des mouvements fondamentaux (avec les principes et le touché des mains collantes).

Dates : 21-22 janvier 2023, 4-5 mars, 15-16 avril, 17-18 juin

Lieu : Abbaye de St-Denis (4, r. de la Filature - 7034 St-Denis)

Formation parallèle aux master classes

Vous êtes dans le secteur de la santé, du bien-être, de l'éducation, ... Vous pratiquez/enseignez déjà une pratique corporelle (danse, yoga, art martial, etc). Vous avez envie d'approfondir, de compléter pour vous-même ou en vue d'enseigner des bases de ces arts internes, cette formation est pour vous.

Pratiquer le Taijiquan à l'École Éric Caulier

À BRUXELLES : le mardi

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

À MONS : le mercredi

École des Ursulines (Hall 3)
Rue Valenciennoise, 1 - 7000 MONS
(en face du parking de l'hôpital Ambroise Paré),
de 18h00 à 19h15 et de 19h15 à 21h00

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

ARLON

Institut N-D d'Arlon (INDA)
Entrée par la rue Netzer
Le mardi de 20h00 à 21h30

MONTIGNY-LE-TILLEUL

Salle St-Martin - Rue de l'Eglise, 37
Le lundi de 19h30 à 21h00

BATTINCOURT

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

PEPINGEN

De Kring - Kareelstraat
Le mercredi de 19h00 à 20h30

HENSIES

École communale du Centre - Av. de l'Europe
Le mardi de 17h30 à 18h45

SOIGNIES

École Saint-Vincent - Rue de Steenkerque, 21
Le jeudi de 18h30 à 19h45

JURBISE

École communale de Masnuy-St-Jean
Rue du Bois de Genly, 1
Le lundi de 19h00 à 20h15

TOURNAI

Centre Saint-Paul - Rue Saint-Paul
Le lundi de 19h00 à 20h30

À l'étranger :

FRANCE : Maubeuge (Salle des fêtes Pierre Louis Fresnel (derrière la piscine) Quartier de l'Épinette.
Jeudi : 18h30 à 20h30). Xivry-Circourt (Rue Jules Ferry 11. Lundi : 19h00 à 22h00).
Saint-Nazaire, Toulouse.

ITALIE : Tarente

Inscriptions - Cotisations :

Inscriptions :

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

Affiliation annuelle :

30 € / 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
065/84.63.64 - C.A.P. asbl, rue Brunehaut, 107 - 7022 Mesvin E-mail : info@taijiquan.be - www.taijiquan.be

Présidents d'Honneur :

Restent en notre souvenir :
Alfred Lavandy et Paul Schmitt

Direction et conception des cours :

Éric Caulier, diplômé en arts internes,
Université des Sports de Pékin,
fondateur.

Professeurs honoraires :

Dominique Smolders
Roger Descamps

Professeurs

Georgette Methens-Renard, 7^{ème} Duan
(Mons, Uccle, Tournai) ;
Marie-Thérèse Bosman, 7^{ème} Duan
(Battincourt) ;
Michèle Van Hemelrijk, 7^{ème} Duan
(Mons, Soignies, Uccle) ;
Fabrice Dantinne, 6^{ème} Duan
(Montigny-le-Tilleul) ;
Mee-Jung Laurent, 6^{ème} Duan
(Mons, Soignies) ;
Paul Lauwers, 6^{ème} Duan
(Uccle) ;
Marco Pignata, 6^{ème} Duan
(Taranto, Italie) ;
Michelle Cornelis, 6^{ème} Duan
(Pepingen) ;
Jean Coton, 5^{ème} Duan
(Mons) ;
René Getti, 5^{ème} Duan
(Xivry-Circourt, France).
Josefa Fernandez Rodriguez, 5^{ème} Duan
(Mons, Tournai) ;

Instructeurs

Henri Behr, 4^{ème} Duan
(Soignies, Tournai) ;
Isabelle Bribosia, 4^{ème} Duan
Luc Deknop, 4^{ème} Duan
(Pepingen) ;
Martine Dukan, 4^{ème} Duan
(Xivry-Circourt, France) ;
Mathias Kaes, 4^{ème} Duan
(Battincourt) ;
Monique Naeije, 4^{ème} Duan
(Mons, Hensies) ;
Gautier Ravet, 4^{ème} Duan
(Toulouse, France) ;
Philippe Sautois, 4^{ème} Duan
(Mons, Jurbise) ;
Michel Senelle, 4^{ème} Duan
(Tournai, Hensies).
Luc Vekens ; 4^{ème} Duan
Martine Andries, 3^{ème} Duan
(Maubeuge, France) ;

Walid Benahmed, 3^{ème} Duan ;
Rose Hupez, 3^{ème} Duan
(Jurbise) ;
Henri Lavie, 3^{er} Duan
(Lille, France).
Martine Puttaert, 3^{ème} Duan
(Battincourt, Arlon) ;

Initiateurs

Caroline Coppée, 2^{ème} Duan
(Montigny-le-Tilleul) ;
Vincent Gallé-Fontaine, 2^{ème} Duan
(Battincourt) ;
François Glorie, 2^{ème} Duan
Hélène Horeau, 2^{er} Duan
(Saint-Nazaire, F) ;
Jacques Badin, 1^{er} Duan
(Le Conquet, F) ;
Pascale Decoster, 1^{er} Duan
(Pepingen) ;
Jean-Christophe Krebs, 1^{er} Duan
(Paris, F)



Le sens du mouvement

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

Albert Einstein



SOMMAIRE

ÉDITO	2
LE PRINTEMPS EN BREF LU POUR VOUS	3
STAGE INTERNATIONAL D'ÉTÉ	4
ÉVÈNEMENT Battincourt, 25 ans déjà	5
REGARD Engagement corporel sur le terrain d'un temple taoïste	6
CE QU'ILS EN DISENT Pourquoi le taichi chuan ?	12
Méthode épicurienne de pratiquer le taijiquan	13
Accepter de lâcher-prise et le droit à l'erreur	14
Taijiquan en vacances ?	16
AGENDA	17
MASTER CLASS	18
PRATIQUER LE TAIJQUAN	19