

# Accorder son corps, s'accorder au monde

**N**ous communiquons par le langage mais aussi et surtout par le corps. Aujourd'hui, en anthropologie, le corps est au cœur de la recherche. Il n'y aurait de vraie connaissance que par corps. Si le monde contient les sujets sociaux, ceux-ci contiennent le monde dans leurs corps. Les connaissances pratiques, transmises par mimétisme et conservées dans la mémoire du corps, permettent de s'adapter aux différentes situations de la vie. Les récentes recherches sur les neurones miroirs ont montré que la reconnaissance des autres personnes, de leurs actions et de leurs intentions dépend de nos propres capacités motrices. Les normes institutionnelles, les valeurs sociales, ainsi que les relations de pouvoir s'incorporent principalement par mimétisme. Pour s'exercer et se reproduire, les hiérarchies complexes du pouvoir n'ont pas besoin de lois extérieures. Elles s'encodent dans les normes sociales somatiques. En tant qu'habitudes corporelles, généralement tenues pour acquises, elles échappent à la conscience critique et sont rarement remises en question. Et si aujourd'hui l'image du corps et les injonctions de « bien être » sont omniprésentes, ne nous leurrions pas. Il ne s'agit la plupart du temps que de changements de surface mis en scène par la société du spectacle et caractéristiques d'un libéralisme économique débridé créant de faux besoins.

Mieux connaître et mieux prendre soin de son corps, c'est-à-dire de soi pour vivre plus intensément et plus amplement est le projet mélioriste du CAP (Centre d'Actualisation du Potentiel). L'outil/le moyen proposé est un taijiquan qui plonge ses racines dans les anciennes pratiques taoïstes tout en s'enrichissant des éclairages scientifiques les plus contemporains. Cette expérience de quelques décennies de pratique, de recherche et d'enseignement se traduit par la mise en évidence de quelques postures, mouvements et principes d'une simplicité déconcertante. Comment se tenir debout, marcher, bouger, toucher l'autre et être touché par l'autre, intégrer le monde en s'intégrant au monde de manière naturelle (avec liberté, ressenti, conscience et efficacité). Lorsque, dans nos interventions en ergonomie, nous accompagnons des opérateurs sur les chaînes de montage automobile, devant l'évidence de ce que nous les amenons à vivre beaucoup nous disent : « pourquoi est-ce qu'on ne nous l'a jamais dit/montré ? », « pourquoi est-ce que l'on n'enseigne pas cela à nos enfants à l'école ? ». C'est aussi l'interrogation de Louis Landuyt, artiste lyrique, pédagogue et aujourd'hui pratiquant de taijiquan. Comme lui, j'ai vu nombre de jeunes musiciens « enfermés » dans leur corps. J'ai aussi constaté les conséquences de cet enfermement après quelques décennies d'une pratique qui finit par devenir « aliénante » au point de générer des souffrances physiques et psychiques. Le plus dramatique est que, lorsque nous faisons entrevoir un autre usage du corps et de soi, nous percevons une lueur, issue d'un instant de lucidité, aussitôt suivie par une immense terreur, celle de la remise en question. Le changement, c'est très difficile.

En situation de crise importante, le corps accède à des ressources cachées, insoupçonnées, extraordinaires, d'autres

instances en nous prennent les commandes. Le taijiquan, art martial interne, s'est beaucoup intéressé à ces passages : passages d'un état à un autre. Certaines notions fondamentales de l'anthropologie éclairent remarquablement ces processus : rites de passage, états de trances. La santé que propose le taijiquan n'est pas une santé au rabais, l'équilibre qu'il instaure n'est pas un immobilisme réconfortant. Le terme même de « taiji » contient les idées de « limite » et d'« extrême » : c'est en luttant que l'on déploie ses potentialités, c'est en se rapprochant de ses limites et en côtoyant la démesure que l'on acquiert la grande santé, c'est en épuisant toutes les résistances et tous les possibles que les portes intérieures s'ouvrent et que les gardiens du seuil nous laissent pénétrer dans notre temple intérieur. Ce mode de fonctionnement exceptionnel, le pratiquant de taijiquan apprend à l'utiliser en situation ordinaire afin de mobiliser au mieux ses ressources gestuelles, perceptives et attentionnelles en toutes circonstances.

“ **Quel travail pour lutter contre les représentations familières ! Contre la mécanique des gestes confortables !**  
**Claire Bourriot**  
**Les possibilités insoupçonnées du corps.** ”

Le taijiquan, tel que nous le pratiquons, commence par la *mimésis* et la prise de conscience de son importance dans nos vies. Pour pouvoir en neutraliser les effets pervers et retrouver son propre pouvoir d'agir, le *nei gong*/travail intérieur apprend à émuler le mouvement à partir d'une disposition intérieure. Nous sommes à ce moment-là dans l'ordre de la *genesis*. Dans la foulée, nous explorons, à partir du geste, les étonnantes facultés d'assimilation et de projection du corps humain. Nous expérimentons nos aptitudes à assimiler et à projeter sur les plans physique, perceptif et mental. A certains moments, nous enveloppons le partenaire avec notre cœur, à d'autres nous le mettons dans notre ventre.

Tout ceci, au lieu de nous éloigner du bien vivre, nous plonge au cœur de l'art de vivre. Tel le *pharmakon*, à la fois poison et remède, nos gestes de combat sont des gestes de guérison. Un contrôle articulaire bien exécuté comporte une possibilité de froisser muscles et tendons mais recèle aussi une capacité d'ouverture du corps inédite. Cette capacité de régulation/d'auto-régulation du corps va bien au delà. Tous ces micro mouvements ressentis, perçus et conscientisés au sein des multiples strates et dimensions de notre corps, du corps social et du corps cosmique ainsi que notre capacité de nous y accorder nous font (re)devenir petit à petit l'acteur principal de notre santé.

**Eric CAULIER**

# Transmission et pratique de la médecine chinoise (3<sup>ème</sup> partie)

## Etat des lieux et perspectives

ÉRIC MARIÉ\*

Nous remercions la revue *Perspectives chinoises* de nous avoir aimablement autorisés à publier in extenso cet article paru dans le n°2011/3 (pp4-11)  
<http://www.cfc.com.hk>

### Réception et adaptation de la médecine chinoise en Occident

Il apparaît clairement que depuis que la médecine chinoise s'est diffusée en Occident, les enjeux de sa préservation sont également liés à la façon dont elle est enseignée et pratiquée en dehors de la Chine. Divers aspects de la médecine chinoise sont parvenus en Europe depuis plus de trois siècles, initialement par l'intermédiaire des jésuites et de quelques médecins de la Compagnie néerlandaise des Indes occidentales, puis, à partir du milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, grâce à des diplomates en poste en Chine, notamment Georges Soulié de Morant, qui introduisit plus précisément l'acupuncture en France au début du XX<sup>e</sup> siècle. Cependant, c'est seulement depuis quelques décennies que le système médical chinois commence réellement son expansion en Occident. Il y a une vingtaine d'années, son enseignement était strictement limité à l'acupuncture. Les formations étaient organisées par des associations regroupant des médecins ou un plus large public. En France, à partir de la fin des années 1980, des cursus ont été introduits dans quelques facultés de médecine et, à partir de 1988, l'acupuncture a fait l'objet d'un enseignement sanctionné par un DIU (diplôme interuniversitaire) dans les facultés de médecine de Bordeaux, Lille, Lyon, Marseille, Montpellier-Nîmes, Paris-Nord (Bobigny) et Strasbourg<sup>41</sup>. Ce cursus a évolué, depuis 2007, pour devenir un diplôme d'État, la capacité d'acupuncture<sup>42</sup>. Parallèlement, des formations privées continuent à être dispensées indépendamment ou en complément du DIU, soit dans le cadre des autres aspects de la médecine chinoise, soit à destination d'un public plus étendu. Cependant, aucune de ces deux catégories d'enseignements ne répond totalement aux critères d'exigence qu'on pourrait attendre pour une telle discipline. La contrainte d'un nombre restreint d'heures de formation entrave la transmission des aspects les plus subtils de la théorie. Quant à la pratique, elle est souvent limitée à des stages ponctuels chez des praticiens libéraux : il n'existe pas de services hospitaliers spécialisés en médecine chinoise. Le recrutement des intervenants ne répond pas aux critères habituels de l'enseignement supérieur. La plupart des enseignants ne connaissant pas la langue chinoise, ils n'ont accès qu'à une littérature occidentale ou traduite. Le cursus théorique comprend généralement moins de 300 heures de cours réservés aux docteurs en médecine. En fait, cette branche thérapeutique de la médecine chinoise est traitée comme un prolongement des études de biomédecine, avec une importante disproportion, puisqu'un doctorat de médecine se prépare en neuf années universitaires à plein

temps (plusieurs milliers d'heures). Ce contexte rend difficile la génération de véritables experts au sein du corps médical français, malgré l'intérêt et les efforts constants d'un certain nombre de praticiens et d'universitaires qui travaillent pour une meilleure reconnaissance du système médical chinois. Pourtant, depuis des années, les cabinets s'ouvrent en grand nombre ; en 1996, sur un total de 6.756 médecins déclarés en MEP (mode d'exercice particulier), 2.061 sont installés en tant qu'acupuncteurs<sup>43</sup>, soit un quotient de 30,5 %. En dehors des « médecins acupuncteurs », il existe un grand nombre de praticiens<sup>44</sup>, formés de façons disparates, faute de réglementation en la matière. Ceux-ci prennent théoriquement le risque d'être sanctionnés pour exercice illégal de la médecine même si, dans les faits, les condamnations sont proportionnellement rares par rapport au nombre élevé de thérapeutes qu'il serait, de toute façon, difficile de poursuivre, à moins de mener une véritable chasse aux sorcières, sans compter que les pratiques concernées s'enfonceraient dans la clandestinité mais ne disparaîtraient pas car la demande du public est en forte croissance. Par ailleurs, il faut

---

\* Eric Marié se consacre à l'étude de la médecine chinoise depuis plus de 30 ans. Il a bénéficié à la fois d'un apprentissage traditionnel auprès d'un maître et d'une formation universitaire, principalement à la Faculté de médecine chinoise du Jiangxi où il a été nommé professeur (1992), puis directeur d'une unité de recherche (1998). Après avoir complété sa formation à Paris, avec un doctorat de l'EHESS (2003), il a enseigné divers aspects de la médecine chinoise dans les universités de Genève, Lausanne et Louvain-la-Neuve. Il est aujourd'hui responsable pédagogique des nouveaux diplômes universitaires de médecine chinoise à la faculté de médecine de l'université de Montpellier

41. Isabelle Robard, « Situation de la médecine chinoise en France », *Aesculape*, n° 20, 1999, p. 5.

42. Une « capacité » est un diplôme d'État correspondant à une formation complémentaire spécifique après le doctorat de médecine.

43. *Bloc-notes statistique* CNAM, n° 83, septembre 1997, p. 10.

44. Selon Tong Zhilin, président de la Pan-European Federation of Organisation of Traditional Medicine, il y a plus de 30.000 cabinets de médecine chinoise en Europe. La plupart sont orientés vers les thérapies par acupuncture. Les praticiens de médecine chinoise y font plus de 5.000.000 consultations par an. Plus de 200 instituts enseignent la médecine chinoise en Europe et mettent sur le marché plus de 3.000 nouveaux praticiens chaque année (International Senior Forum of Traditional Chinese Medicines and Botanical products, Hangzhou, 18-22 octobre 2001).

reconnaître que, s'il existe sans doute quelques opportunistes qui tirent profit de l'engouement pour les médecines alternatives, la plupart des praticiens sont maintenant organisés en fédérations, avec un code de déontologie et des examens à l'échelon national. Il faut également mentionner le cas des médecins chinois qui ont émigré en France et qui ont une longue formation universitaire et hospitalière ainsi que les Occidentaux qui ont suivi un parcours analogue. Il reste cependant problématique, en terme de santé publique, que la formation des praticiens qui souhaitent pratiquer la médecine chinoise dans son intégralité ne soit pas mieux encadrée. La solution qui consiste à former exclusivement des personnes ayant terminé leurs études de biomédecine apparaît peu réaliste pour produire de vrais professionnels de la médecine chinoise, car l'étendue du savoir à acquérir dans les deux disciplines imposerait de suivre deux cursus très longs l'un après l'autre, ce qui représenterait plus de 15 années de formation à plein temps. Une solution pourrait être adaptée du modèle chinois, en créant une véritable formation universitaire incluant une certaine proportion de biomédecine<sup>45</sup>. Cependant, une telle réforme ne peut s'envisager à court terme. Certains pays ont opté pour des solutions pragmatiques permettant de concilier le droit et la réalité sociale. Ainsi, en Suisse, les fédérations professionnelles ont été largement associées à l'élaboration d'un statut pour les praticiens de médecine chinoise, elles ont constitué des collèges d'experts qui ont adopté un programme de formation minimal, en biomédecine et en médecine chinoise, dont devait justifier tout candidat souhaitant ouvrir un cabinet, et elles ont négocié avec les assurances maladies les modalités de prise en charge des consultations applicables à la liste des professionnels validés et enregistrés, avec un code de déontologie et un tableau des actes autorisés et exclus de la pratique. Dans les cantons de langue italienne, une autre disposition a été mise en place : chaque praticien spécialisé en médecine chinoise n'ayant pas de titre de docteur en médecine est tenu de travailler avec un médecin référent qui suit les patients de façon parallèle. Cette coopération permet d'éviter les risques, réels ou supposés, qui sont souvent évoqués pour justifier la prohibition des pratiques médicales alternatives à la biomédecine. Ce système n'est pas seulement un garde-fou ; il favorise également un rapprochement et une coopération intellectuelle entre les deux médecines.

On peut discuter du bien-fondé de telles initiatives mais elles ont au moins le mérite de proposer des évolutions réalistes et un encadrement de pratiques qui existent de fait et qu'on ne peut plus ignorer hypocritement. Le déficit de reconnaissance des autres systèmes médicaux porte en effet un préjudice qui touche non seulement les patients mais également le corps médical et la recherche. Dans le seul domaine de la cancérologie, près de la moitié (48 %) des patients atteints de cancer traités par chimiothérapie et radiothérapie ont aussi recours à des médecines différentes et 75 % d'entre eux ne le disent pas à leur médecin. Ces chiffres proviennent de sources américaines : une étude menée auprès de 487 patients<sup>46</sup>, qui recoupe, en les majorant, les résultats d'autres études parus dans le *Bulletin du cancer* en 2003 et les *Annals of Oncology* en 2005. En France, au cours des années 1980, une première série d'enquêtes<sup>47</sup> avait déjà été menée dans ce sens. Le rapport de l'OMS, *Stratégie pour la médecine traditionnelle pour 2002-2005*<sup>48</sup>, pose ouvertement la question de l'existence et de l'intégration

des « autres médecines » dans les systèmes de soins nationaux. Et le Plan cancer 2003-2007, qui place le malade au centre de sa démarche, incite, dans le chapitre « Soins »<sup>49</sup>, à questionner et à informer, dans un objectif thérapeutique et anthropologique, cette démarche des malades afin de « faire évoluer de façon très volontariste l'organisation des soins autour des patients : rendre le système transparent, coordonner les structures de soins, donner accès de façon égale à l'information, aux innovations thérapeutiques et à une prise en charge globale et personnalisée ». Le problème de transparence qui est soulevé ne concerne pas seulement la déontologie, il a des conséquences dramatiques sur la recherche thérapeutique qui est entachée massivement d'une grande marge d'incertitude. Comment savoir ce qui doit être attribué au traitement de biomédecine quand le patient reçoit, en même temps, sans que ce soit connu de son oncologue, un autre traitement qui peut aussi bien potentialiser qu'inhiber celui qui lui est « officiellement » administré ? Toutes les études menées dans les dernières décennies, souffrent du même préjudice. C'est dans le prolongement de ce constat que l'Institut national du cancer a lancé, en France, un appel à projet. Une étude<sup>50</sup> de trois ans a permis d'explorer la place de la médecine chinoise, en France et en Chine. Au cours de cette recherche, j'ai eu l'occasion d'interroger patients et médecins, dans les hôpitaux de plusieurs grandes villes chinoises. Il est intéressant de noter que la quasi-totalité des malades me déclaraient avoir recours à la médecine chinoise, parallèlement à la chimiothérapie ou à la radiothérapie, y compris ceux qui étaient traités dans des hôpitaux de médecine occidentale n'ayant pas de service de médecine chinoise (ils consultaient des praticiens extérieurs). Lorsque j'ai posé la question de ces doubles traitements au chef du département d'oncologie d'un grand hôpital pékinois, celui-ci m'a répondu que moins de 10% des patients y avaient recours, alors que tous les patients que j'avais rencontrés dans son propre service m'avaient avoué prendre régulièrement de la pharmacopée chinoise...

Tout au long des années que j'ai consacrées à l'étude, à la pratique et à la transmission de la médecine chinoise, j'ai pu réfléchir sur les mesures qui permettraient de faire évoluer cette forme d'obscurantisme et permettre une exploration de cette discipline. Il me paraît tout d'abord essentiel d'infor-

45. Pour un développement de cette réflexion, voir Éric Marié, *Précis de médecine chinoise*, op. cit., p. 25-31.

46. Voir l'étude américaine dirigée par le Dr. Neha Vapiwala de l'université de Pennsylvanie à Philadelphie : Neha Vapiwala (éd.), « Patient Initiation of Complementary and Alternative Medical Therapies Following Cancer Diagnosis », *Cancer Journal*, vol. 12, n° 6, 2006, p. 467-474 (communication présentée au Congrès annuel de l'ASCO en 2005, Orlando, FL).

47. Sondage SOFRES de décembre 1985 et Rapport de février 1986 intitulé « Les médecines différentes, un défi ? » fait au ministre des Affaires sociales et de la Solidarité nationale et au Secrétaire d'État chargé de la Santé.

48. Voir <http://archives.who.int/tbs/trm/s2298f.pdf> (consulté le 11 novembre 2011).

49. Mesures 29, 39, 42, 43, 46 du Plan cancer.

50. Éric Marié, Olivier Martin, Patrick Triadou : « Place de la médecine chinoise en France dans l'offre et la demande de soin en cancérologie », rapport final remis en 2010.

mer le corps médical et la communauté scientifique sur sa réalité et ses enjeux. En effet, je me suis rendu compte, à de multiples occasions, que les résistances rencontrées étaient principalement fondées sur l'ignorance et les préjugés. Chaque fois que des échanges ont pu avoir lieu, dans un cadre indépendant de toute polémique, une simple information a suffi à faire changer les consciences. La plus grande difficulté était toujours de susciter l'intérêt préalable indispensable à ces rencontres. Il serait extrêmement utile que, non seulement les professionnels de santé, mais également les étudiants, puissent accéder à ne serait-ce que quelques heures d'information sur les autres médecines.

En Occident, la médecine chinoise est principalement connue à travers l'acupuncture qui ne constitue pourtant qu'une de ses branches thérapeutiques. En Chine, elle ne couvre que 10 à 15 % de la pratique, bien loin derrière la pharmacopée dont les applications cliniques sont plus nombreuses et plus faciles à expérimenter scientifiquement. D'autres thérapies sont également à prendre en compte (massage, diététique...). Alors que ces thérapies sont enseignées aujourd'hui dans la plupart des écoles privées, elles ne bénéficiaient jusqu'à présent d'aucun enseignement universitaire. L'ouverture, en 2007, à l'occasion de contrats de coopération franco-chinois<sup>51</sup>, d'une série de diplômes universitaires de troisième cycle<sup>52</sup> a permis de pallier partiellement cette lacune. Ils sont suivis par des professionnels de la santé mais également par des étudiants et des chercheurs issus d'autres filières, dans une approche pluridisciplinaire. Cette initiative marque un pas dans l'étude et la transmission de la médecine chinoise en France.

Le rôle des universités et des institutions de recherche est essentiel pour permettre une meilleure connaissance de la médecine chinoise. Le problème est qu'aujourd'hui la plupart des chercheurs qui s'y intéressent le font à travers le prisme d'une autre discipline (sinologie, anthropologie, histoire, économie...), dans le cadre d'une démarche souvent isolée. L'importance de la discipline justifierait la création d'au moins un centre de recherche qui permettrait de l'étudier en tant que telle, sans exclure une coopération avec des spécialistes de biomédecine et de sciences fondamentales ou sociales, ouvrant, par ailleurs, des collaborations

internationales avec un très grand nombre d'institutions académiques, non seulement en Chine mais dans tous les pays où elle s'est développée<sup>53</sup>. Enfin, le développement de la médecine chinoise confronte les institutions et agences nationales ou européennes à des difficultés lorsqu'il s'agit d'évaluer ou de réglementer, par exemple dans le cas des produits à usage pharmaceutique d'origine chinoise. Le déficit en ressources humaines compétentes et fiables conduit souvent à des prises de position inadéquates. La création d'un collège d'experts, à l'échelon national ou européen, permettrait d'explorer de façon plus sereine et plus performante un certain nombre de questions et d'y apporter des réponses argumentées qui constitueraient des aides à la décision précieuses. Ces spécialistes de la médecine chinoise joueraient également un rôle utile dans le cadre d'accords franco-chinois portant sur le développement de la recherche.

Depuis que la médecine chinoise s'est diffusée dans l'ensemble du monde, sa transmission et sa pratique ne concernent plus seulement la Chine mais tous les pays où elle s'est implantée, qu'il s'agisse de préserver son patrimoine ou de mettre à la disposition des populations ses apports en matière de santé publique. Cette responsabilité internationale impose une réflexion d'ensemble sur l'identité de la médecine, sur sa pluralité, ses différentes émergences dans le temps et dans l'espace et ses capacités d'évolution et d'adaptation dans un monde en perpétuel changement.

(Fin)

51. Trois contrats ont été établis, liant respectivement les municipalités de Montpellier et de Chengdu, la faculté de médecine de l'une et la faculté de médecine chinoise de l'autre, et les hôpitaux universitaires de ces deux villes.

52. Trois diplômes sont déjà proposés et d'autres sont à l'étude. Ils couvrent les champs de la théorie médicale chinoise, du diagnostic, de la pharmacopée, du massage et du *qigong*.

53. Selon l'Organisation mondiale de la santé, dans la seule région du Pacifique occidental, 62,5 % des pays ont développé des cursus universitaires de médecine traditionnelle et il existe des instituts nationaux de recherche dans 69 % d'entre eux (Organisation mondiale de la santé, Bureau régional du Pacifique occidental, Comité Régional, 52e session, Brunei, Darussalam, 10-14 septembre 2001, p. 13).

## A NOTER...

Afin de promouvoir la pratique des arts martiaux chinois internes en France, Jean-Jacques Sagot fonde en 1999 l'association **La Grande Ourse**. Nous avons eu le plaisir de sa visite à Mons, l'année dernière, tandis que plusieurs de ses pratiquants étaient au stage donné par Eric Caulier à St-Paul de Vence (Nice) en été. Les **14 et 15 juin** prochains, *La Grande Ourse* fêtera ses 15 ans. Vous y êtes tous conviés.

Pour en savoir plus : voir p. 16. <http://www.lagrandeourse.org/asso.php>

**Les Inattendues de Tournai** sont devenues un moment fort à la fin de l'été. Initiées en 2011 par la Province de Hainaut et la maison de la culture de Tournai sur un concept percutant (allier la philosophie - discipline se popularisant en ces temps de questionnement face aux incertitudes et mutations profondes - et la musique), au cœur d'un patrimoine exceptionnel que domine la Cathédrale Notre-Dame de Tournai, elles auront lieu le **vendredi 29, samedi 30 et dimanche 31 août 2014**.

Nous aurons le plaisir d'y participer. Plus d'info dans le prochain numéro.

Pour en savoir plus sur cet événement à ne pas manquer : <http://www.lesinattendues.be/fr/>

## Réflexions concernant l'article d'Eric Marié

L'article «Transmission et pratique de la médecine chinoise», écrit par Éric Marié, demande une formation d'historien et une connaissance approfondie des langues chinoises tant modernes qu'anciennes ce qui, on en conviendra, est loin d'être évident.

N'ayant pas ces qualités, il ne m'est pas possible de juger de la valeur de l'énorme recherche historique effectuée par l'auteur. Il ne me semble cependant pas y avoir de critique à formuler sur ce point. Bien au contraire, l'article montre bien l'incroyable complexité de l'évolution, de l'élaboration de la médecine traditionnelle chinoise.

Par contre, je me permets de m'insurger en faux lorsque l'auteur affirme que «La médecine chinoise est mieux armée pour prendre en charge le patient dans sa totalité et surtout dans son individualité» et «que la médecine chinoise est performante pour soigner un grand nombre de pathologies chroniques, récurrentes et complexes pour lesquelles la médecine occidentale ne propose que des traitements symptomatiques ou palliatifs».

La médecine générale que je pratique au quotidien est bien une médecine globale. Elle soigne le corps et l'esprit et toute sa difficulté réside dans la recherche et l'interprétation des différents symptômes, des liens complexes existant entre différents organes. Ce n'est pas ici la médecine moderne qui doit être critiquée mais bien la manière selon laquelle elle est parfois (sinon trop souvent) pratiquée. Encore que son extraordinaire complexité a rendu nécessaire la formation d'hyper spécialistes.

La médecine moderne est performante dans de nombreuses pathologies aiguës. C'est évident. Je prendrai deux exemples parmi tant d'autres: l'infarctus du myocarde qui nécessitait il y a quelques dizaines d'années une fort longue convalescence et dont aujourd'hui le pronostic est transformé par les techniques utilisées par les urgentistes. Les pneumonies bactériennes, jadis fort souvent mortelles, soignées aujourd'hui par les antibiotiques.

Mais elle l'est tout autant dans la chronicité. Le chronique c'est d'abord, on semble l'oublier, la médecine préventive, les mesures d'hygiène, la diététique, le sport (le taijiquan!). Mais aussi les maladies génétiques, l'hypertension, le diabète, le cancer (il y a un demi-siècle 100% des enfants mouraient d'une leucémie, ce chiffre est tombé à 50% aujourd'hui), les allergies, les transplantations d'organe, l'emphysème, l'arthrose, les maladies rhumatoïdiques, la gestion de la douleur etc., etc.

Est-ce pour autant que je veuille rejeter l'acupuncture et la médecine traditionnelle chinoise? Certainement pas. Mais il ne faut pas oublier le contexte culturel, religieux, géographique, politique, sociologique et médical dans lequel ils se sont élaborés.

La médecine chinoise était empirique. Les praticiens n'avaient aucune connaissance scientifique. L'interprétation des résultats et le système lui-même s'est élaboré en fonction de concepts philosophiques et ce essentiellement du taoïsme.

Il y a donc dans ce système médical un nombre énorme d'éléments qui doivent être rejetés.

Je l'ai toujours affirmé, l'acupuncture (et la médecine traditionnelle chinoise) ne peut être qu'un complément d'un arsenal thérapeutique moderne. Le diagnostic moderne est incontournable et le traitement moderne le plus souvent irremplaçable (j'y inclus, ne l'oublions pas, les mesures hygiéno-diététiques). Ce qui ne veut pas dire pour autant que le traitement par acupuncture ne pourra pas être parfois un premier choix, je pense par exemple au torticolis.



© xiquence - Fotolia.com

Ce que nous devons faire aujourd'hui, c'est de mieux étudier les mécanismes d'action de l'acupuncture et de la médecine traditionnelle chinoise, de faire des études scientifiques sérieuses (il est affolant de voir le nombre d'études parfaitement bidon, pseudo scientifiques, que l'on trouve dans la littérature et qui ne peuvent que discréditer la discipline) et de déterminer les éléments intéressants que l'on peut intégrer dans un arsenal thérapeutique moderne. La démarche est difficile (il est bien plus confortable de se conformer au dogmatisme) mais passionnante et indispensable si l'on ne veut pas retourner à l'obscurantisme.

**Docteur Paul LAUWERS**  
Spécialisé en médecine générale  
Président de l'Union Professionnelle  
des Médecins Acupuncteurs de Belgique

# Le taijiquan, un chemin pour se retrouver ?

**P**ourquoi ouvrir un cours de taiji pour un public spécifique ? Quel en est l'intérêt alors que beaucoup de groupes existent déjà un peu partout ?

Voilà quelques années, je suis tombée malade d'un cancer du sein et je n'ai jamais arrêté la pratique du taijiquan pendant toute la durée des traitements. J'y puisais une force de vie, j'y gardais un lien avec le monde des « non malades ». A ce moment, j'étais loin de penser partager une expérience qui m'apparaissait essentiellement personnelle et pas obligatoirement transférable. Il m'a fallu le temps de prendre des distances avec mon propre parcours, affronter quelques problèmes et surtout faire des rencontres pour que l'idée s'installe.

Je me suis rendu compte combien il pouvait nous être difficile de s'y retrouver dans les différentes propositions de suivi autres que médicales.



PHOTOS CAP

« Retrouver une harmonie corporelle en relation avec le monde qui nous entoure n'est-ce pas un des objectifs de la pratique du taijiquan ? »

Les plus courageuses et chanceuses trouvaient une place dans les programmes « sport et bien-être » existants (places limitées et conditions particulières), les autres... laissaient tomber, trop souvent découragées et/ou épuisées par les démarches à faire.

J'ai constaté aussi qu'en plus des séquelles chirurgicales, les traitements médicamenteux (entre autres les chimiothérapies) avaient parfois des conséquences senso-

rielles importantes peu prises en compte (« ça va passer... il faut de la patience... »).

Alors, « on attend »... jusqu'à quand ? Une nouvelle récurrence ? La construction d'une belle carapace donnant l'illusion que tout va bien, que rien ne s'est passé ?

Il y a un an, j'ai proposé une séance de taiji à une population spécifique, celle du cancer du sein. Sentir, percevoir, réinvestir le mouvement dans un corps blessé, se réconcilier avec lui. Voilà une partie du programme, l'autre étant de rencontrer des personnes avec une expérience semblable. Le groupe s'est ouvert tout naturellement à d'autres en recherche d'un travail corporel adapté.

Retrouver une harmonie corporelle en relation avec le monde qui nous entoure n'est-ce pas un des objectifs de la pratique du taijiquan ?

**Monique NAEIJE**  
(Mons)

**D**u taiji, je ne connaissais rien ou presque. J'avais seulement admiré ces dizaines de Chinois qui, le matin dans les parcs, semblaient si heureux d'exécuter avec une merveilleuse fluidité des mouvements harmonieux, calmes, sereins.

Mais le hasard fait parfois bien les choses. Monique ayant démarré un cours à Hensies, j'y suis allée. Au départ, par amitié et par curiosité, sans imaginer que la pratique de cet art me donnerait un bien-être dont j'avais besoin, après mon cancer du sein en 2003.

Ce malheureux épisode de ma vie, j'essaie de l'oublier, d'y faire allusion le moins possible. Un beau déni ! Heureusement et contrairement à ce que je craignais, notre groupe n'est pas du tout une assemblée de pleureuses. Chacune y vient avec ses raisons et ses attentes, mais dans l'enthousiasme et l'optimisme.

L'heure de cours est un moment de sérénité, de « lâcher prise », de douceur, très bienfaisants pour l'esprit. La concentration requise permet de décrocher du quotidien, de diriger le physique et le mental vers un but précis, comme une flèche...

J'espère donc, grâce au taiji, me réconcilier pas à pas avec un corps malmené, porter sur moi un autre regard ; dépasser la colère et le sentiment de dégradation pour accepter plus calmement ma nouvelle apparence. Y penser comme à un obstacle inévitable, le dépasser, vivre mieux !

**Anne BAUD'HUIN**

## Modules de Master Class 2013-2014



PHOTOS CAP

Cette année, on se bouscule au portillon des modules de master class tant pour le style Yang que pour le Wu Hao. Il y a les habitués qui reviennent d'année en année et les nouveaux. Parmi ces derniers, notre école a le plaisir d'accueillir deux enseignants français que les kilomètres ne rebutent pas. Ils ne sont pas les seuls externes. Depuis plusieurs années, nous comptons dans nos rangs quelques pratiquants venus d'autres horizons. Ils sont devenus des habitués.

## Stage tous niveaux Pepingen – 19 janvier

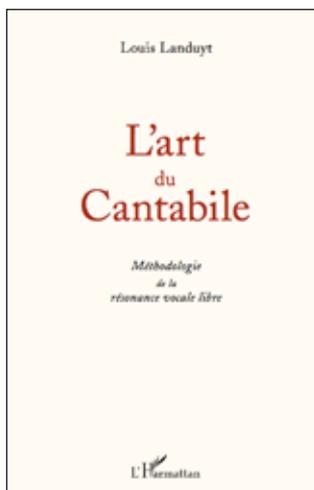


PHOTOS CAP

L'accueil du centre de Pepingen dirigé par Micheline Cornelis est toujours aussi chaleureux. C'est donc un plaisir pour tous de participer à un stage sous la houlette d'Éric Caulier. Au menu, pour la partie taijiquan, neigong et applications dans le style Wu Hao et Chen. Quant à l'autre menu, celui de nos réalités terrestres, il était l'œuvre d'Ivan : les 25 participants en ont redemandé !



## Lu pour vous



Louis Landuyt, artiste lyrique, dont la carrière internationale s'étend sur plus de trois décennies, est un pédagogue extra-ordinaire. Dans un style clair et incisif, il nous livre le fruit de son vécu. Sa vaste culture, son approche transversale nous fait redécouvrir l'essentiel, non seulement de l'art du Cantabile, mais aussi de l'art d'être. Sa compréhension de la nature humaine couplée à de judicieuses références aux savoirs scientifiques et aux maîtres du passé aboutit à une description fine des gestes intérieurs caractéristiques de toute virtuosité fondée sur un éveil de la nature profonde.

A sa manière et de façon remarquable, il a redécouvert tous les grands principes du taijiquan : la disposition intérieure prélude à toute activité authentique, l'importance de la posture et du mouvement libéré et vivant, le rôle de l'imaginaire et des images mentales. Les chapitres sur la respiration et sur le sens musculaire sont éclairants. Il ose prendre position vis-à-vis de nombre d'idées fausses tellement répandues. Ayant perçu ce que l'énergie signifie au plus profond de lui-même, il fait de l'espace vibrant librement l'indispensable charpente du chant.

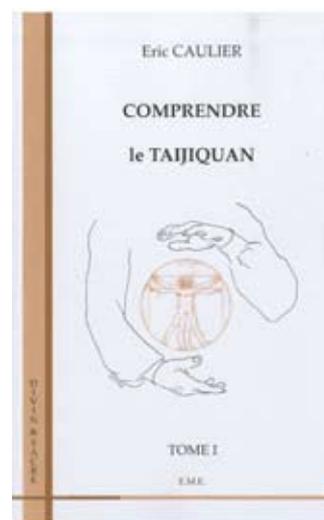
Non seulement l'auteur a bien compris et explicité tous les éléments fondamentaux nécessaires à son art, mais en plus il nous montre tout au long de son ouvrage comment ceux-ci interagissent entre eux. Je vous en livre un extrait (p. 115) : « *Faire physiquement* » est facile et à la portée de tout le monde. Par contre, jouer avec les vibrations et l'énergie de la musique exige une grande maîtrise de notre expressivité, c-à-d une consciente différenciation des éléments de notre nature en mouvement et provient de la dynamisation de notre nature. Tout cela demande d'abord un travail de concentration méditative et d'initiative créatrice. Pour tenter ce genre d'expérience, il y a, hélas, bien moins de candidats ».

J'ai rencontré Louis au cours de taijiquan de Soignies et dès le début, nos échanges sur nos pratiques et expériences respectives ont été très stimulants.

Eric Caulier

Les éditions EME proposent différentes versions du 3<sup>ème</sup> livre d'Éric Caulier :

- \* broché
- \* PDF
- \* instrumenta
- \* version cartonnée



# Les arts martiaux japonais et le sentiment d'évidence : une certitude du corps entre savoir et savoir-faire<sup>1</sup>

Basile Doganis

Les « arts martiaux »<sup>2</sup> asiatiques connaissent ces dernières années un impressionnant phénomène de mode, parallèle à une vogue plus générale de tout ce qui touche de près ou de loin à la culture asiatique, de la « médecine orientale » aux « sagesse d'Orient », en passant par les idéogrammes chinois, sous forme de logos vestimentaires ou de tatouages. En marge de cette vogue un peu « pop », assez sauvagement syncrétique, et aux simplifications et déformations souvent aberrantes<sup>3</sup>, existe un vaste champ d'études sérieuses sur l'Asie en général et les arts martiaux en particulier, mais qui par réaction aux vulgarisations des ouvrages « grand public » et par crainte des formulations trop générales et abstraites, s'enferment parfois dans des analyses pointilleuses assez inaccessibles aux non-spécialistes.

On trouve toutefois entre ces deux tendances un certain nombre d'ouvrages qui tout en étant précis et rigoureux, restent également assez faciles d'accès. C'est en général par un choix de problématique judicieux, et par une délimitation des sources utilisées que de tels ouvrages parviennent à éviter le double écueil de la vulgarisation et de l'érudition excessives. Nous souhaiterions que le présent article, par un rapprochement entre certaines expériences personnelles dans le domaine des arts martiaux japonais et certaines lectures, s'inscrive dans cette perspective qui ne renonce ni à la rigueur, ni à la généralité du propos.

Une des difficultés majeures, pour partager certaines expériences relevant du rapport au corps, consiste dans le fait que l'essentiel s'y produit hors du langage, et par conséquent, en marge de la sphère du communicable. Lorsque le discours sur ce rapport au corps s'accompagne d'une série d'expériences corporelles précises, il peut encore se charger de signification ; mais livré à lui-même, sans ce soutien pratique et vivant, il apparaît comme un discours déraciné, aussi peu convaincant, pour un public occidental ou occidentalisé, que des recueils d'assertions péremptives et non argumentées, ou des textes mystiques. Une des spécificités de la philosophie occidentale est d'avoir constitué un domaine où – selon elle – tout passe par la formulation et l'explicitation langagière, où toute parole se veut auto-suffisante, et n'a en tout cas pas besoin de faire appel à des pratiques corporelles pour se soutenir et se « justifier ». Dans la tradition asiatique en général et japonaise en particulier, non seulement une telle prétention est à peu près inexistante, mais son contraire est même constamment réaffirmé jusqu'à devenir un véritable leitmotiv : les mots, l'explicitation, le langage ne sauraient rendre compte à eux seuls de la profondeur de telle ou telle expérience vécue.

Il existe d'ailleurs un terme très intéressant, en japonais, qui désigne une expérience qui s'enracine non pas dans les mots ou dans la pensée, mais à même le corps, qui littérale-

ment marque, entaille le corps, y laisse son sillon, son pli : *tai-ken* (« corps » et « marque », « empreinte »), ainsi que de nombreuses expressions qui accordent un rôle prépondérant au corps là où la tradition occidentale allèguerait plutôt des facultés qu'elle attribue à l'« esprit », telles que la mémoire ou la volonté<sup>4</sup>. Dans le domaine des arts martiaux, les maîtres tiennent la parole pour à peu près rien, pour une partie infime de l'enseignement véritable. D'où de nombreux problèmes de transmission des techniques et des savoirs, et d'interprétation, lorsque dans le meilleur des cas des textes subsistent, comme le célèbre *Traité des Cinq Roues* de MIYAMOTO MUSASHI<sup>5</sup>, (1584-1645).

Miyamoto Musashi, tout en prenant la peine de coucher par écrit certains des principes fondamentaux de son école

1. Article publié par *Tracés. Revue de Sciences humaines* Éditeur : ENS Editions <http://traces.revues.org> <http://www.revues.org> Document accessible en ligne sur : <http://traces.revues.org/4145> Ce document est le fac-similé de l'édition papier. © ENS Éditions.

2. La dénomination même d'« arts martiaux » et la traduction des différents termes qui les ont désignés à travers l'histoire, notamment en Chine et au Japon, pose de nombreux problèmes que nous n'aborderons pas ici. Sur cette question, cf. la revue *DARUMA* n° 8/9, automne 2000 / Printemps 2001. Malgré ces problèmes réels, nous recourons ici à la dénomination d'arts martiaux qui reste la plus répandue.

3. Voir entre autres l'utilisation du mot zen, dans des phrases comme « je reste zen (sic) », où l'on ne voit plus très bien la différence entre le terme pourtant extrêmement spécifique de zen et des mots aussi vagues et dénués de sens que « cool », par exemple.

4. Cf. F. CHAMPAULT, « Apprendre par corps – problèmes relatifs aux implications psychologiques et morales dans l'apprentissage des arts de combat au Japon », in *DARUMA* – n° 8/9, automne 2000 / Printemps 2001, p.75 : « Il existe en japonais plusieurs expressions, toujours d'actualité et employées fréquemment, qui désignent l'apprentissage par le corps : *karada de oboeru* « apprendre par le corps » ; *mi o ireru* mot à mot « mettre son corps » pour « s'appliquer, s'adonner (au travail) » ; *mi o motte shiru*, « connaître avec le corps », dans le sens d'apprendre par expérience personnelle ; *mi o motte shimesu*, « montrer avec le corps », donner l'exemple... Ce qui est assimilé à fond, *mi ni tsukete iru koto*, *taikoku shite iru koto* est mot à mot « ce qui est mis, pris, obtenu dans le corps » ».

5. Nous respectons la convention selon laquelle, en japonais, le nom (Miyamoto) précède le prénom (Musashi).

de sabre, met souvent en garde son lecteur contre toute interprétation hâtive, et va jusqu'à dire clairement que « la seule lecture du texte ne permet en aucune façon d'assimiler les principes de la tactique » et « [qu']il faut s'appliquer de tout cœur à l'étude de ces écrits comme s'ils étaient les siens propres, sans se contenter de les comprendre par l'observation ou l'imitation, mais comme si on en avait soi-même fait la découverte<sup>6</sup> ». Comme le dit très bien Françoise CHAMPAULT<sup>7</sup>,



© kuco - Fotolia.com

« Il s'agit non pas de copier le mouvement achevé du maître, mais de retrouver en soi les éléments de sa re-création. Au travers d'incessantes répétitions, c'est un effort de reconstruction qui [...] est demandé. »

On assiste donc moins à la transmission extérieure d'un savoir ou d'un savoir-faire qu'à une série de suggestions conduisant l'élève à produire lui-même le geste et l'attitude appropriées, comme s'il en était l'inventeur. D'où ce sentiment d'évidence – sur lequel nous allons revenir – reliant fermement l'élève à lui-même et à tout ce qu'il acquiert dans sa pratique. Chaque geste finit par sourdre d'une région si profonde et intime de la personne, qu'il ne s'agit plus de la simple imitation d'un modèle extérieur, mais d'une production ou d'une subtile synthèse personnelle où l'individu se reconnaît lui-même tout entier à chaque instant : chaque mouvement est une partie de lui-même, de sa vie, de son propre corps, de son passé entier, réorientés, canalisés d'une façon jusque-là insoupçonnée, et placés sous un éclairage neuf, mais en parfaite continuité avec ce qu'il a toujours été.

Avant de poursuivre cette analyse du sentiment d'évidence physique et charnelle éprouvée dans les arts martiaux japonais, une confrontation avec la forme d'évidence que l'on rencontre, en Occident, dans le domaine des discours argumentatifs ou démonstratifs pourra s'avérer des plus utiles. A la suite d'une brillante démonstration mathématique, ou d'une argumentation philosophique, le sentiment d'évidence – qui n'est d'ailleurs pas le même dans les deux cas<sup>8</sup> – résulte d'une sorte d'intuition où « tout se tient », où tout paraît « couler de source », où chaque élément prend sens au contact des autres pour former comme une ligne de si-

gnification homogène, une unité mélodique. Ce qui est alors remarquable, c'est qu'en une seule fois, en un seul « événement », quelque chose s'établit fermement et pour toujours. Comme si un circuit se formait, comme si une sphère de sens, une boucle se refermait sur elle-même en s'appuyant sur des fondations fermes, et devenait, du même coup, indéradicable et définitive. Ce sentiment constitue un véritable leitmotiv, dans les dialogues de Platon : à la suite d'une ar-

gumentation de Socrate, l'interlocuteur, qui, conformément à la démarche maïeutique a produit et recréé lui-même les arguments menant à la conclusion, ne peut réprimer un mouvement d'enthousiasme et d'émotion devant l'évidence qui l'envahit.

6. MIYAMOTO MUSASHI, *Traité des Cinq Roues*, « Rouleau de l'Eau » (3), traduction personnelle. Il existe une traduction française de M. et M. Shibata chez Albin Michel, collection « Spiritualités vivantes ».

7. F. CHAMPAULT, op. cit. p. 76, au sujet des kata.

8. Dans la démonstration mathématique, il suffit de connaître la définition des termes en présence pour éprouver un sentiment d'évidence, sans le besoin d'une extériorité (telle que celle d'une expérience personnelle, par exemple) qui vienne les alimenter; nul besoin « d'avoir vécu », pour que l'évidence se fasse. Le mathématicien ne peut nier ce qui fait cette évidence sans nier le fonctionnement même de son esprit, ou du moins, sans renier les catégories de pensée selon lesquelles ce fonctionnement s'effectue à tel état du développement des mathématiques – car les mathématiques modernes (et la géométrie non-euclidienne, entre autres) montrent bien que le « rationnel » peut s'ouvrir et s'élargir jusqu'à englober des principes et des types de rationalité en contradiction avec les principes sur lesquels elles se sont pourtant fondées pour y parvenir.

En philosophie, dès l'étape de l'analyse des termes en présence (concepts philosophiques ou langage ordinaire), une certaine expérience personnelle est requise, comme nous aurons l'occasion de le montrer.

Notons d'emblée que le caractère « définitif » de l'acquisition du savoir qui se produit alors ne signifie pas que l'individu s'interdira désormais toute évolution, et qu'il s'y attachera aveuglément et pour toujours<sup>9</sup>. L'évidence est moins un engagement vis-à-vis de l'avenir qu'une condensation de tout le passé vécu jusqu'au moment présent de sa manifestation. De nouvelles expériences et de nouveaux discours peuvent très bien produire de nouveaux sentiments d'évidence, éventuellement « incompatibles » avec les acquisitions précédentes. Mais alors, le nouveau ne viendra pas détruire et balayer l'ancien comme si ce dernier n'avait jamais été, mais en jaillira de l'intérieur, comme d'une carapace où il aurait été en gestation jusqu'à devenir trop vaste pour y rester confiné et qu'il aurait ouvert, écartelé du dedans selon un phénomène de mue.

si cette démarche peut sembler plus familière au public occidental – que le savoir à la lumière du savoir-faire, et d'un certain rapport à l'expérience personnelle et au corps. Dans le *Hagakure* de YAMAMOTO JOCHO (1659-1719), cet autre classique de l'éthique samouraï écrit entre 1710 et 1717, on trouve au Livre II une description des plus intéressantes de la façon dont un savoir s'acquiert :

« Il faut écouter avec gratitude et déférence les paroles d'un homme qui a derrière lui de nombreuses années d'expérience, même s'il ne dit rien qu'on ne connaisse déjà. Il arrive qu'après avoir entendu dix ou vingt fois la même chose, on ait soudain l'intuition d'une compréhension en profondeur. Une telle révélation contient bien davantage que la signification courante des mots.<sup>10</sup> » (Nous soulignons).



© kuco - Fotolia.com

Ainsi, le mode d'acquisition d'un « savoir » ne diffère pas fondamentalement des processus d'acquisition d'un « savoir-faire ». Dans la plupart des langues, c'est le verbe « apprendre » qui est utilisé dans un cas comme dans l'autre, et en français, le verbe « savoir » s'applique aussi bien à des compétences à mi-chemin entre savoir et savoir-faire (« savoir parler une langue », « savoir jouer d'un instrument ») qu'à des aptitudes qui ne semblent en rien relever de la connaissance à proprement parler : « savoir conduire », « savoir nager », « savoir siffler ». Tout comme le savoir socratique, le savoir-faire s'acquiert une fois pour toutes. Bien entendu, ce savoir-faire est perfectible, et peut également se dégrader, lorsque certains muscles ou certaines connexions nerveuses ou synaptiques ne sont pas suffisamment sollicités. Mais lorsque le pli est pris, lorsque le sillon est tracé – pour reprendre les images suggérées par le terme *taiken* – il suffit de les « repasser » pour les réanimer. Il est d'ailleurs possible, mais extrêmement difficile, d'infléchir et de réorienter ce sillon dans une direction neuve, dans le cas où, par exemple, on voudrait corriger une certaine posture. Et même alors, on n'efface moins l'acquis qu'on n'ajoute par-dessus, qu'on ne le recouvre de strates qui se superposent.

Or, ce rapprochement entre savoir et savoir-faire vise moins à éclairer le savoir-faire à la lumière du savoir – même

Yamamoto illustre d'ailleurs parfaitement ce principe lorsque, énonçant une thèse générale dans ce même Livre II (« Ce qui est vraiment difficile, c'est de connaître aussi bien ses faiblesses que ses points forts<sup>11</sup> »), il ajoute aussitôt qu'« [il] doi[t] cette observation au maître zen Kaion ». Comme si le savoir lui-même, tout comme le savoir-faire, nécessitait bel et bien un certain nombre de répétitions (détermination quantitative), mais se révélait pourtant d'un coup et définitivement (saut qualitatif). De même que l'on franchit un véritable seuil<sup>12</sup> lorsque l'on passe d'un état où on ne « sait » pas nager ou monter à vélo à un état où on en devient capable, de même l'acquisition d'une connaissance constitue

9. Ces remarques valent également, comme nous le verrons plus bas, pour l'évidence physique rencontrée dans les arts martiaux.

10. Extrait d'un Appendice de textes choisis du *Hagakure* in MISHIMA Yukio, *Le Japon moderne et l'éthique samouraï*, traduit par Emile Jean, Gallimard, 1985, p. 141.

11. *ibid.*, p. 137.

12. C'est ce qui justifie, dans les arts martiaux, l'utilisation des dan, ou échelons, marquant la progression et le passage d'un seuil de compétence, d'un niveau à l'autre.

“ Une des difficultés majeures, pour partager certaines expériences relevant du rapport au corps, consiste dans le fait que l'essentiel s'y produit hors du langage, et par conséquent, en marge de la sphère du communicable. ”

une rupture dans la continuité, un bouleversement d'ordre qualitatif dans ce qui jusque-là paraissait n'être qu'une répétition du même.

Ainsi, même dans l'ordre de la connaissance où la parole ne semble entretenir *a priori* aucun rapport avec le corps, le sentiment d'évidence a, lui, partie liée avec une expérience personnelle, une *taiken*, enracinée dans le corps et l'action. C'est ce dont on fait d'ailleurs souvent l'expérience lors d'une lecture philosophique: il arrive alors souvent que telle formulation, d'abord mystérieuse et inaccessible, s'éclaire soudain, parfois bien après la première lecture, et sinon grâce à une pratique corporelle déterminée, du moins sous l'effet d'une situation ou d'une expérience précise qui vient donner tout son sens à l'énoncé jusque-là « fermé ». Et lorsque ce n'est pas le cas – lorsque l'évidence est pour ainsi dire « instantanée » –, c'est que les expériences nécessaires à l'« ouverture » du sens d'un énoncé ont déjà été vécues par le lecteur, et se réactualisent automatiquement au contact des paroles appropriées.

Une des intuitions les plus profondes de la philosophie grecque consiste dans l'idée selon laquelle tout « savoir » est un « faire » potentiel, que la connaissance procède d'expériences tirées de la réalité quotidienne et qu'elle y retourne circulairement sous forme d'action. Un savoir qui se couperait de cette dimension pratique et qui n'aurait aucun souci de se réaliser, de prendre chair, de « s'incarner » cesserait par là-même de constituer un savoir véritable. C'est ce que Platon exprime clairement dans sa Lettre VII lorsqu'il explique qu'il s'est rendu auprès du tyran Denys de Syracuse pour tenter de réaliser pleinement ses conceptions philosophiques et politiques, sous peine « de se révéler n'être, en tout et pour tout, que simples paroles (logos), incapable d'entreprendre jamais aucune action (ergou) »<sup>13</sup>. Platon cherche ainsi également à éprouver la profondeur de ses convictions, et à vérifier qu'il ne trahit pas lui-même cette philosophie que, par ailleurs, « [il] ne cesse de louer et [dont il] di[t] qu'elle est indignement traitée par le reste des hommes »<sup>14</sup>. Comme si au fond, le savoir qui ne subissait pas l'épreuve des faits et de la réalité ne possédait aucune consistance. D'une certaine façon, c'est même l'action qui, dans une sorte de syllogisme performatif, prouve rétrospectivement la consistance du savoir et des paroles qui la présupposent.

Cette méfiance vis-à-vis de la parole coupée de l'action et d'une dimension physique concrète se manifeste de façon bien plus forte et plus terrible dans la culture japonaise, et notamment dans son rapport au suicide par événement (*seppuku* ou *hara-kiri*), tel que l'analyse Maurice Pinguet<sup>15</sup>:

« Je ne suis ni ce que je dis, ni ce que je pense, ni ce que je crois être, ni cela seulement que je sais que je suis. [...] Ce que je suis, pensaient les *bushi*<sup>16</sup> de Kamakura, c'est ce que je fais, ce dont je suis capable, la somme toujours inachevée de mes actes, qui déborde toujours la conscience que j'en ai. [...] C'est cette vérité que l'acier devait démontrer aux yeux des témoins, selon ce que Nitobe, dans son livre classique sur l'idéologie des *bushi*, nomme curieusement le « syllogisme du *seppu* »: dans le ventre siège la vérité de mon être<sup>17</sup>, or je m'ouvre le ventre, à toi donc de constater si je suis un être vrai ou l'apparence d'un homme ».

Cette primauté de l'acte et du « faire » sur l'épanouissement par la parole ou par le savoir est paradoxalement soutenue même par un homme de lettres – assez particulier, et peu « représentatif », certes – : MISHIMA YUKIO (1925-1970):

« Lorsque, à la fin, la mort survient, qui, de l'homme d'action ou de l'artiste aura eu le plus pleinement un sentiment d'accomplissement ? Je suis persuadé qu'un homme dont la mort parfait le monde en un instant par l'ajout d'un unique point en retire un sentiment d'accomplissement beaucoup plus intense. »<sup>18</sup>

(A suivre)

13. PLATON, *Lettre VII*, 328 c, traduction B.D.

14. *ibid.*, 328 e

15. M. PINGUET, *La mort volontaire au Japon*, Gallimard, 1984, p.101.

16. Le mot *bushi* signifie « guerrier » et désigne aussi les *samourai*.

17. Cf. M. PINGUET, *op. cit.* p.100: « Selon l'anatomie morale de l'époque [12<sup>e</sup> siècle], le ventre était le siège de la vie et du vouloir. La face obéit aux bienséances, la bouche parle et peut mentir – mais en bas se trouve la vérité, c'est-à-dire la force agissante. Ventre et visage se différencient comme l'être et le paraître. »

18. MISHIMA YUKIO, « Jour faste de l'écrivain », article publié en 1955 et cité in *Le Japon moderne et l'éthique samourai*, *op. cit.* p. 19.

# La voie du sentir

Il est des questions qui semblent parfois devoir rester sans réponse ou peut-être que la réponse se trouve déjà dans la question...

*Un disciple vient questionner un sage :*

*« Maître, quel chemin dois-je suivre ? Comment dois-je être ? Que dois-je devenir ? »*

*« C'est bien, continue, tu es sur la bonne voie. »*

Il n'existe pas de recette miraculeuse ni de voie rapide à la réalisation personnelle. Seule une longue exploration de soi et une lente progression nous permettent de franchir les cols successifs de nos reliefs intérieurs. Le cours de la vie, son cortège d'événements et d'incidents nous ont façonnés corps et âme depuis notre petite enfance, laissant ici versants abrupts ou coteaux ensoleillés et là plaines arides ou vallées fertiles. S'éveiller à la lecture de nos paysages intérieurs nous permet d'apprendre à contourner les escarpements et à jardiner les terres fertiles.

Lors du module, Eric nous prend pour exemple, Michèle et moi, et compare nos deux postures de l'arbre. Michèle bien installée dans le bassin et moi bien trop dans les épaules... Questionnement, ouverture de conscience... Ma raison concevait bien le principe mais pour y parvenir mon corps ne l'entendait pas de cette oreille, il restait sourd aux appels de la raison, je décidai donc de lui prêter la mienne (l'oreille) et de me mettre à son écoute.

La pratique du jardinage en tant que professionnel à une époque où un certain sentiment de toute puissance nous fait encore croire en une invulnérabilité à toute épreuve, a contribué à une érosion précoce de ma colonne lombaire. Au cours des années, les accidents successifs et leurs cortèges de douleurs ont développé des protections rigides et des automatismes. Les stratégies sécuritaires mises en place sont devenues de véritables réflexes conditionnés qui amenaient finalement plus d'inconfort que de protection. Le moindre stress, justifié ou non, provoquait la rigidification de la musculature dorsale, la station debout m'était devenue insupportable au-delà du quart d'heure, les attentes et réunions en position assise me semblaient interminables.

Sept années de taijiquan, la pratique d'étirements et quelques passages chez un kiné spécialisé en « rééducation posturale globale » ont permis de désamorcer bon nombre de ces mécanismes. Reste celui qui induit encore un surinvestissement des épaules, des pectoraux et des bras, au détriment de la ceinture lombaire car, si celle-ci a retrouvé une certaine souplesse, elle reste désinvestie et sous-exploitée.

Comment continuer ce travail de réappropriation de soi, comment faire tomber la tête et les épaules dans le ventre (Sans toutefois passer par le nombril ! Chacun sait combien il peut être dommageable de s'y coincer le nez !)? Comment rejoindre mon centre, le tantien ou le hara, comment ré-habiter cette partie de mon corps et laisser tomber le bas du dos avec une confiance retrouvée ? Bref, comment retrouver un peu plus de cœur au ventre !!!

Un travail persévérant d'écoute et de présence à soi était nécessaire, non seulement en pratiquant l'arbre et les exer-

cices de base mais aussi par un éveil de conscience dans le déroulement du quotidien. J'essayai alors de m'y appliquer :

- Au réveil, assis au bord du lit, respirer profondément ... Suis-je bien dans mon assiette... ?
- Je prépare le café, m'assois dans le bassin relâcher les épaules, amener la respiration vers le ventre...
- Petit déjeuner, corriger l'assise, alourdir le siège, alléger les épaules...
- Trajet à moto, stress de la circulation, prise de conscience des crispations... relâcher les mains, les avant-bras, les épaules, desserrer les mâchoires, respirer profondément, s'ancrer sur la selle, utiliser le bassin plus que les bras pour piloter...
- Réunion, conversation tendue, corriger l'assise, se recentrer, respirer profondément, pousser l'expir dans le bas-ventre et détendre le diaphragme, se donner de l'espace intérieur...
- Séance de jardinage, coup de râteau, va-et-vient en utilisant le centre plus que les bras...

Tout acte, toute activité devient exercice. On explore, on expérimente la présence et les possibles de notre bassin dans diverses situations, dans l'assise ou dans la marche, dans le travail ou les loisirs. On est très proche d'une pratique de pleine conscience (mindfulness) quant au fait d'être attentif à son corps dans l'instant présent, en fixant l'attention sur le souffle.

Mais oups ! Cent fois par jour on s'oublie et on remonte vite fait à l'étage supérieur. Retour dans les épaules ! Accepter, en rire... Compassion et bienveillance avec soi-même contribuent davantage au progrès que tensions et acharnements. Il faut rester dans le domaine du plaisir, rechercher le confort et le mieux-être plutôt que les résultats.

Un autre type d'exercice, très ludique qui me permet de reprendre contact avec le centre: debout pieds parallèles bien ancrés au sol, se déstructurer dans la lenteur et le contrôle à partir du bassin, bien attentif et à l'écoute de ce qui se passe, aller loin dans les étirements et explorer l'amplitude des mouvements qu'il m'est possible d'effectuer sans perdre l'équilibre, sans forcer sur les genoux et sans mettre les lombaires en danger. Éprouver ses limites. Sentir ainsi de quelle mobilité le centre peut bénéficier et reconstruire une confiance en « soi ». Pour ce type d'entraînement, il est préférable de rester discret, cela pourrait susciter auprès de spectateurs soudainement bien intentionnés le désir d'appeler le 112.

Tout ce travail de pleine conscience du mouvement, s'il nous permet de redécouvrir les possibles de notre corps, nous transforme imperceptiblement de l'intérieur, influence notre mental et transmute peu à peu notre état d'être intérieur. A force de s'exercer à mieux habiter le mouvement, on commence aussi à mieux habiter son agir. Se recentrer, rassembler l'être dispersé en nous, être plus en lien avec soi-même.

*« Nul ne peut-être en lien avec les autres s'il n'est d'abord en lien avec lui-même. »*

CG Joung.

Ce chemin n'est pas à sens unique, ce n'est pas un aller simple vers un « me, myself and I » où on entrerait dans une contemplation narcissique. Véritable voie de développement personnel, elle n'a de sens que si elle nous permet de mieux adapter notre agir à notre environnement et d'être mieux préparé aux interactions avec les autres.

En ce sens, le travail avec partenaire devient une continuité indispensable pour qui veut progresser, que ce soit en poussée des mains ou dans les applications, car nous sommes remis en contact avec « l'autre ». Ce nouvel élément vient bousculer nos certitudes, nos sécurités et nous faire perdre nos illusions... si on en avait, bien sûr ! Et c'est alors que ressurgissent toutes nos bonnes vieilles habitudes : raideurs et duretés, réflexes conditionnés et recherche d'efficacité mal placée...

Mais de quelles craintes et de quelles croyances inconscientes s'alimentent-elles ?

*« L'ennemi le plus tenace que l'on rencontre lorsqu'on entreprend d'acquérir la force du centre vital est donc le Moi ambitieux qui empêche la parfaite manifestation du savoir faire. »*

K.G Dürckheim, *Hara, centre vital de l'homme*

Il faudra de nouveau se recentrer, déconstruire ces réflexes, apprendre à penser autrement, toujours avec humour et bienveillance envers soi-même. Retrouver la confiance et le lâcher-prise avec ce nouvel élément qui n'est pas moi, rester à l'écoute de soi et développer maintenant l'écoute du partenaire.

Petit à petit, la collaboration s'installe, véritable travail d'équipe où le regard de l'autre et son ressenti deviennent précieux car ils permettent à chacun de se corriger et de progresser...

*« Si vous ne vous sentez pas bien, faites-vous sentir par quelqu'un d'autre ! »*

Francis Blanche

Pour présenter l'évaluation, une idée faisait son chemin : enseigner les bases de la poussée des mains à un jeune praticien ayant déjà une bonne connaissance de la forme des 40. En septembre, ma recherche d'un partenaire restait suspendue à quelques points d'interrogation. Pas facile de trouver quelqu'un de suffisamment motivé, prêt à se rendre disponible et résidant à une distance raisonnable pour ne pas perdre trop de temps. C'est alors qu'une collaboratrice de travail venant d'apprendre que je faisais du taijiquan me confia le grand engouement de son mari pour cette discipline. Il pratique depuis un an à Soignies, me dit-elle, et il a participé au stage d'été 2013 sur lequel il a d'ailleurs écrit un article. Durant l'échange, une petite voix intérieure me murmurait : « Il n'y a pas de hasard ! ». En effet, Henri demeure non loin de mon lieu de travail et, avantage non négligeable, il est pratiquant d'aïkido de longue date et donc sa connaissance de l'art du mouvement serait favorable à un apprentissage rapide et à des échanges intéressants.

Je retournai lire l'article ce qui me conforta dans l'idée de solliciter son aide, ce que je fis. Il accepta.

L'expérience fut très enrichissante.

Merci Henri, encore et encore, d'avoir accepté de m'accompagner sur ce chemin. Tes connaissances en matière de martialité me furent précieuses et permirent de corriger ma pratique. De bons échanges, un bon partage. Ce fut un vrai plaisir de travailler avec toi !

Mais au terme de tout cela, me direz-vous, suis-je parvenu à faire descendre les épaules dans le tantien et finalement de mieux utiliser cette partie du corps ?

Il est des questions qui semblent parfois devoir rester sans réponse... ou peut-être que la réponse se trouve déjà dans la question...

Mais si cela laisse chez vous quelque interrogation, c'est bien. Continuez, vous êtes sur la bonne voie !

Ph. SAUTOIS



PHOTOS CAP

### Pierres précieuses

*Conte de Henri Gougau, extrait de « Petits contes de sagesse pour temps turbulents » (éd. Albin Michel)*

- Quel métier feras-tu mon fils ?
- Père, seul me tient à cœur la passion des pierres précieuses. Je veux devenir bijoutier.
- Va voir Maître Yu de ma part. Il connaît l'art des minéraux, ces plus vivants de la terre, aussi bien que je te connais. Il t'instruira utilement.
- Le garçon vint chez Maître Yu.
- Je veux être votre apprenti, enseignez-moi je vous prie.
- Volontiers, lui répondit l'homme. C'était un vieillard simple et sec. Il prit une pierre de jade, la tendit à son serviteur.
- Ne la lâche plus, garde-la une pleine année dans la main.
- C'est tout ?
- C'est tout. Bonsoir garçon.
- L'apprenti s'en alla déçu. « Tenir une pierre dans la main, est-ce là un travail utile ? se dit-il, les sourcils froncés. Cet homme se moque de moi ! ». Il obéit pourtant. Il mit un point d'honneur à la serrer toujours même au cœur du sommeil.
- Après douze mois, il revint à l'atelier de Maître Yu, lui rendit la pierre de jade. Il demanda :
- Et maintenant ?
- Yu lui tendit une autre pierre.
- Dans ta main, dit-il, une année !
- Ah non, répondit le garçon. Moi, je suis venu vous voir, c'est pour apprendre le métier. Quand allez-vous m'instruire, dites ?
- Il palpa machinalement, dans sa main, la nouvelle pierre que Yu venait de lui donner.
- Tiens, dit-il, ce n'est pas du jade !

# Corps taoïste et sciences cognitives

Atelier donné par **Éric Caulier**, docteur en anthropologie, professeur de taijiquan. Formateur de formateurs, fondateur d'une école internationale de taijiquan, consultant en entreprise en ergonomie.

« Au travers de quelques postures et mouvements fondamentaux, nous explorerons la dimension intérieure du taijiquan héritée des anciennes pratiques taoïstes. Nous découvrirons la force opératoire des images intériorisées pour amplifier nos sensations, mobiliser nos ressources profondes et mieux habiter notre corps. Dans un exercice avec partenaire, nous expérimentons les différentes étapes de l'empathie permettant de détecter les intentions dans les actions. Nous mettons en évidence la convergence entre modèles traditionnels et modélisations issues des sciences cognitives. Retrouver notre cohérence personnelle et notre pouvoir d'agir sur nous-mêmes en interaction avec autrui et notre environnement nous aide à croître et nous permet d'accompagner d'autres sur leur propre chemin. »

Nous sommes 13 participants dans l'aumônerie, tous remplis de curiosité pour découvrir cet atelier au titre un peu mystérieux. Participants venus d'horizons très différents, avec un fort lien vers ICF (Past President & President ICF France, President ICF Belgique ...). Eric Caulier est passionné par le lien entre la tête et le corps, avec une vaste connaissance aussi bien des pensées et cultures orientales, chinoise en particulier, et occidentales, passées et contemporaines. Il arrive à intégrer dans une approche souple, et adaptée à notre esprit occidental, cette cohérence entre la tête et le corps, l'Orient et l'Occident, le masculin et le féminin, le blanc et le noir. Un atelier riche en concepts, en idées, en pensées et aussi tourné vers la mise en pratique. J'ai l'impression de boire les paroles d'Eric, et qu'à chaque fois que je les entends, la boisson aura un autre goût, une autre couleur, une autre consistance. Et ces quelques lignes que je partage ici avec vous ne sont qu'une perception d'un moment, d'un vrai atelier de travail.

Nous commençons par un exercice. Debout, nous faisons des cercles avec nos articulations: cou, épaules, coudes, poignets, hanches, bassin, genoux, chevilles ... Nous prenons ainsi conscience que notre corps est un ensemble de ressources, conscientes et inconscientes, connues et inconnues. Notre capacité de faire demande l'intégration de ces ressources, pour aller vers la maîtrise – comme par exemple la calligraphie.

Nous sommes invités à sentir nos muscles. Toujours debout, nous penchons vers la droite, et nos muscles à gauche s'étirent. Eric nous invite à porter notre attention sur le côté droit. Et oui, je les sens, mes muscles contractés côté droit. Si je m'étire d'un côté, l'autre côté se contracte. Les muscles s'ouvrent et se ferment. Ce sont deux pôles opposés, qui travaillent dans une dynamique constructive, comme le yin et le yang, le noir et le blanc.

Et nous allons trouver la posture de confort, toujours debout. En testant, les pieds l'un contre l'autre, ou bien très écartés, ou en ligne avec les hanches. Les genoux bien droits, ou bien flexes. Nous trouvons chacun notre posture qu'on appelle « bien dans ses pompes », ou « aligné », ou « bien assis ». J'ai les pieds légèrement écartés, genoux flexes. Et je sens la transformation dans mon corps, sur les trois niveaux: ventre, poitrine et tête. Voilà l'opposition entre le Confucianisme et le Taoïsme. Le Confucianisme, c'est comme le bon père de famille, avec des règles, la



Stage d'été 2011 – Abbaye de Saint-Denis (photo CAP)

force, se redresser, la dominance, les poings serrés. Le Taoïsme cherche la nature profonde, l'harmonie, la résonance, l'écoute, les 2 mains ouvertes: « Celui qui ne force rien peut tout ». Le corps humain, le corps social et l'univers se mettent en résonance, en empathie et assertivité.

Maintenant, nous allons découvrir nos limites, toujours dans notre posture de confort, avec les bras ouverts en demi-cercle, devant la poitrine. Eric nous invite à ouvrir et fermer nos bras. Et nous y allons de bon train, montrons que nous sommes souples, ouvrons grand les bras, les fermant en force, contractant toute la poitrine. Eric nous fait prendre conscience du mal que nous nous faisons dans les épaules en forçant les bras grands ouverts, la contraction des poumons à la fermeture. Et je trouve mes limites, j'ouvre mes bras pour accueillir l'autre sans me faire mal, je respire en même temps, mon regard se dirige vers l'horizon. Et je ferme légèrement mes bras, ma respiration change, mon regard baisse, je m'accueille. Les neurosciences nous apprennent que le regard précède le mouvement dans l'espace, et montre l'intention.

Nos dernières expériences portent sur notre relation à l'autre, et aussi à nos projets, nos objectifs. Pour commencer, face à face, jambe droite pliée devant, le buste légèrement en avant, nos mains droites se touchent. Elles restent en contact lorsque je prends ou donne plus d'espace à l'autre. D'une manière souple, en harmonie, nous « dansons », nos mains collantes. Le regard de l'autre m'indique où je vais, comme le mien l'indique à mon partenaire.

Ensuite, toujours dans la même position, sans se toucher. L'idée est de faire bouger l'autre. Avec la force, dans le même axe, nous n'y arrivons pas. Mais si je me mets de biais, si je cherche le vide, une simple pression des doigts suffit. Et si cela s'appliquait aussi à mes projets, mes objectifs ? J'ai envie d'apprendre à m'ajuster, à m'ouvrir à tous les possibles.

Merci Eric.

**Catelijne CLOUTOUR**  
 Formatrice, spécialisée en gestion de carrière  
 et management  
 auprès des particuliers, des entreprises,  
 en MBA et Master.

## AVRIL 2014

**27 AVRIL**  
**STAGE TOUS NIVEAUX**  
 10 h – 17 h

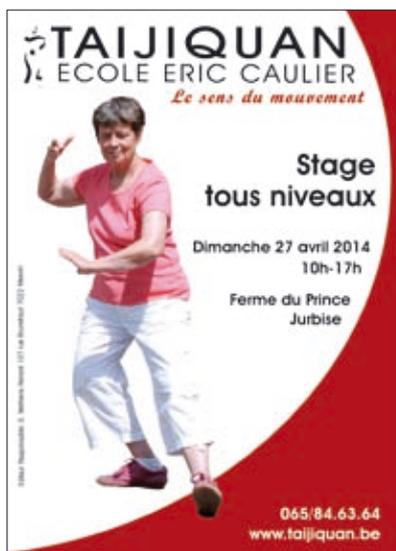


PHOTO CAP

**Lieu : Ferme du Prince,**  
**183 Chemin du Prince, 7050 JURBISE**  
 Participation : 60 €  
 (pauses café/tisanes et repas de midi inclus)  
 Inscriptions : 065/84.63.64 - info@taijiquan.be  
 Les inscriptions sont confirmées  
 par le virement d'un acompte de 20 €  
 Compte C.A.P. asbl  
 BIC BBRUBEBB – IBAN BE29 3700 8031 3764

## MAI 2014

**4 MAI**  
**12H30 – 18 H**

### FÊTE ANNUELLE DE NOTRE ÉCOLE

Lieu :  
 Abbaye de Saint-Denis,  
 4 rue de la Filature,  
 7034 OBOURG (Mons)

Apéro, buffet froid,  
 dessert et ...  
 pratique commune  
 dans un merveilleux  
 écrin de verdure.



PHOTO CAP

*Inscription et info : voir carton d'invitation*

## JUIN 2014

**14-15 JUIN** (voir p.5)

L'association **La Grande Ourse**  
 (Périgord, France) fête ses 15 ans.

Lieu : Domaine des Chaulnes (GRIGNOLS)

Le samedi : démonstrations,  
 ateliers, des invités, des surprises...  
 et surtout une grande fête, buffet,  
 orchestre blues/funk.

On peut dormir sur place  
 et faire un réveil qi gong  
 suivi de baignade...

**TOUT LE MONDE EST INVITE !**

<http://www.lagrandeourse.org/asso.php>



## La Cie des Nombreuses

### Petites Mains recrute !



#### Qui sommes-nous ?

Un groupe de bénévoles gourmands, aimant la fête, désireux de participer à l'organisation de la fête annuelle de notre école de taijiquan afin d'en faire un grand moment de convivialité et de bonheur.

#### Que faisons-nous ?

**Samedi :**  
 préparer la salle (max. 10 personnes)

**Dimanche :**  
 préparer et servir l'apéro (max. 5 personnes),  
 servir au buffet (10 personnes minimum),  
 faire la vaisselle

#### Contact :

Michèle Országh michele.vh@gmail.com  
 0476/46.01.21 ou 065/31.80.35





## AOÛT 2014

*5 bonnes raisons pour s'offrir*

### DES VACANCES PAS COMME LES AUTRES...

- 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 à se lécher les doigts !



PHOTO CAP

**15-17 AOÛT 2014**  
**STAGE**  
**SAINT-PAUL DE VENCE**  
**FORÊT DE LA SINE**  
**(ALPES MARITIMES, FRANCE)**



PHOTO CAP

**29, 30 ET 31 AOÛT**  
**FESTIVAL**  
**LES INATTENDUES (TOURNAI)**

*Il s'agit de **musique**, de toutes les musiques, associée à la **philosophie**, dans un esprit de rencontre et de tolérance, **mise en scène**, dans des **lieux patrimoniaux** d'exception qui font la personnalité de Tournai, pour le **grand public** curieux, intégrant des **activités pour les enfants**,... sans oublier la convivialité festive. (voir p. 5)*

Les modules de **master class** 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. Cet enseignement s'adapte de ce fait aux personnes et au lieu.

Chaque module de **master class** comprend 4 week-ends, dont un résidentiel, qui constituent un tout. L'inscription à un module engage le candidat pour la totalité de celui-ci. Une lettre de motivation adressée à Eric Caulier est demandée au préalable.

### Prérequis : bases en taijiquan



PHOTO CAP

## Module 1 de master class

**Programme :** Sur base de la forme Yang des 40 postures, développer son corps énergétique par le neigong, applications martiales, enchaînement à 2 de style Yang.

**Dates :** 14-15 décembre 2013, 22-23 février 2014, 17-18 mai 2014 (résidentiel à Battincourt), 21-22 juin 2014

**Lieu :** Ferme du Prince (7050 JURBISE) ou abbaye de Saint Denis (7034 SAINT-DENIS)

## Module 2 de master class

**Programme :** Sur base de la forme des 46 postures WuHao, habiter son corps énergétique par le neigong, applications martiales, enchaînement à 2 de style Wu Hao pour interagir harmonieusement avec l'autre et agir avec efficacité dans la vie.

**Dates :** 4-5 janvier 2014, 1-2 février 2014, 15-16 mars 2014, 5-6 avril 2014 (résidentiel à Battincourt)

**Lieu :** Ferme du Prince (7050 JURBISE) ou abbaye de Saint Denis (7034 SAINT-DENIS)

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



PHOTO CAP



PHOTO CAP

# 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

### **GENT**

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

### **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

En France :

### **MAUBEUGE (F)**

Espace Joseph Bras  
Rue d'Haumont, 189  
de 18h30 à 20h30  
Le mardi : avancés  
Le jeudi : débutants

### **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.

**Professeurs :**

Georgette 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) ; René Getti, 2<sup>ème</sup> duan (Xivry-Circourt).

**Instructeurs :**

Jean Coton, 2<sup>ème</sup> duan (Mons) ; Fabrice Dantine, 2<sup>ème</sup> duan (Montigny-le-Tilleul) ; Mathias Kaes, 2<sup>ème</sup> duan (Battincourt) ; Josefa Fernandez Rodriguez, 2<sup>ème</sup> duan (Mons) ; Martine Andries, 2<sup>ème</sup> duan (Maubeuge, F) ; Luc Vekens (Jette) ; Vincent Evrard (Blaton) ; Mee-Jung Laurent (Soignies).

**Initiateurs :**

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

**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>*