



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch
1988 - 2018

Tantien

MAG

février 2018



30
ans
déjà!



Un projet fou... dont on ne voulait pas vraiment...

Nous voulions simplement apprendre auprès de lui, découvrir ce qui était tellement différent en lui.

Il nous montrait et nous parlait autrement de la vie.

Nous avons, pour quelques-uns en tout cas, déjà repoussé le monde tel que la société nous le présentait. Mais lui nous a montré qu'il était possible de vivre autrement. Il nous a montré que la réalité pouvait être différente.

Il nous a nourri du facteur « A » ... comme Amour ouvert.

Il a réveillé en nous un enthousiasme débordant, l'enthousiasme de la jeunesse.

Nous l'avons suivi, nous avons dit OUI, de manière inconditionnelle. Nous avons appris et travaillé les techniques et nous nous sommes engagés dans son projet : une grande école internationale !

Depuis, certains sont partis, d'autres ont continué et continuent à y croire. Les générations de mordus se succèdent, bienvenue à tous ceux qui y croient, à tous les explorateurs du monde intérieur !

Nous continuons à transmettre du mieux que nous pouvons... pour les générations futures.

Son projet n'était pas si fou...

Aujourd'hui, je peux dire : tellement humain !

L'école internationale a aujourd'hui 30 ans.
Longue vie !

"Continuons !"

Michèle Stévanovitch

Formatrice d'enseignants
Directrice de l'Ecole de la Voie intérieure



Sommaire

Ce qu'ils/elles nous disent de Vlady

Fabien Bastin	<i>La vérité de l'instant</i>	3
Michèle Stévanovitch	<i>La Méthode, la transmission, l'émetteur, les enseignants</i>	4
Madeleine Solvel	<i>Un creuset pour la Vie</i>	6

Ce qu'ils/elles nous disent de leur expérience

Karine Taymans	<i>Etre normal</i>	8
Laurence Bourreau	<i>Un long chemin de patience</i>	9
Anne-Marie Vessylier		
<i>L'histoire commence à l'automne 1991</i>		10
Marie-Christine Anthonissen		
?		13
Annick Dugas	<i>L'Ecole a 30 ans !</i>	14
Jean-Paul Duchêne	<i>L'aventure des Ondes Vives</i>	16
Michèle Stévanovitch	<i>Ecouter, ressentir ...</i>	
<i>Ce que je peux dire de mon histoire</i>		18

Ce qu'ils/elles nous disent de leurs pratiques

Léon Bernier		
<i>Du plaisir de faire au plaisir de ne rien faire</i>		20
Linda Bohamed	<i>S'abandonner à la terre</i>	22
Pierre Boogaerts	<i>L'art du chi : passionnant !</i>	24
Thierry Chastaing		
<i>Un peu d'organisation là-dedans !</i>		28
Christian Michel		
<i>27 années de pratique, que dire ?</i>		30
Michèle Stévanovitch		
<i>Les mots n'ont pas d'importance. Seuls les actes comptent !</i>		33

Une expérience qui promet

Eric Sampol		
<i>A Lyon, l'union fait sens !</i>		35
Une souscription et une tombola !		
Références bibliographiques		38
Le stage d'été au Centre International		39
Les centres de formation des enseignants		40

Bulletin de l'Ecole de la Voie intérieure édité par le Centre International Vlady Stévanovitch
Chemin d'Aubard
F-04200 Saint-Vincent sur Jabron - France
+33 (0)4 92 63 25 54 - stevanovitch@artduchi.com
www.artduchi.com

Directrice de la publication :

Michèle Stévanovitch

Photo de couverture : © Pierre Boogaerts

Logos : © Hugo Parmentier / CIVS

Composition : François Diot



Fabien Bastin

Formateur d'enseignants
Portugal



La vérité de l'instant

Vlady Stévanovitch était bien plus qu'un maître de techniques énergétiques. Celles-ci n'étaient qu'un moyen pour s'aventurer et explorer le chemin de la liberté intérieure, d'ailleurs unique liberté.

Comme j'ai vécu près de lui pendant presque 5 ans, j'ai pu observer et vivre directement son attitude et ses commentaires, dans la vie de tous les jours. Ils pouvaient être contradictoires et brusques. En effet, ils ne servaient qu'à (!!!) réveiller notre conscience, noyée dans les soucis quotidiens et les vérités de notre société, de notre éducation, des traditions spirituelles, de la science, de notre morale. Ces commentaires tombaient un peu des nues, étaient inattendus mais émis au moment juste.

Je me rappelle toujours un matin où le groupe d'élèves descendait vers le terrain de pratique, Vlady s'exclamait : « Si je dois aller manger dans un restaurant, j'irai chez MacDo ». Phrase qui fit frissonner de nombreux participants. Personnellement je ne l'ai jamais vu chez MacDo. Cette fois-là, j'ai tout de suite compris son commentaire choquant qui cassait nos vérités stockées dans nos cerveaux.

Ses commentaires n'étaient ni prémédités ni même médités, surtout pas ! Quand j'ai décidé de quitter l'Italie pour le suivre au Portugal, j'eus un doute que je lui confiai : « j'avais à peine développé l'École italienne qui n'était que très jeune ; la laisser aurait pu causer sa disparition ». Bien que Vlady fût très décidé à faire grandir sa nouvelle École, il me répondit immédiatement : « C'est toi qui compte, pas l'École ». Il répondit tout naturellement ce

qui était le plus juste à ce moment-là, même si ça allait apparemment à l'encontre de ses propres objectifs de développement de l'École.

Ses mots ne valaient qu'au moment où il les prononçait. Dans ce sens ils étaient absolus. Ses phrases n'étaient pas des vérités sacro-saintes, inscrites à jamais.





Michèle Stévanovitch

Formatrice d'enseignants
Directrice de l'École internationale de la Voie intérieure
France

La Méthode, la transmission, l'émetteur, les enseignants...

1988, la création de l'École fut un point de départ important pour nous qui suivions Vlady depuis quelques années et qui commençons à enseigner.

Mais pour Vlady, ce fût le début de l'élaboration de la **Méthode Stévanovitch**. En effet, Vlady allait transmettre à des Occidentaux l'essence de la transmission reçue de ses trois Maîtres.

Comment transmettre à un groupe en passant par le corps ? Comment court-circuiter ce mental tellement présent chez ses élèves ?

Il a développé une méthode vraiment originale. Les enseignants en parlent souvent... chacun à sa façon.

Mais si je devais résumer les points forts qui m'ont marquée, je dirais :

- L'exemple. Il émanait de lui quelque chose de profondément différent. Tout d'abord le « facteur A » qui saisissait au premier contact. Ce n'était pas démonstratif, ça rayonnait !
- Ensuite, une présence différente, profonde. On le sentait « relié ». Ce lien éveillait en nous un sentiment de vérité et une intimité de vie.
- La joie de vivre et une tendance énorme à la démystification. « La Vie, mes enfants, la Vie ! »
- Une grande compréhension de l'esprit occidental et de tous ses pièges. Ce qui lui a permis de les déjouer, mine de rien...
- Une patience infinie.
- Un désir de fidélité totale à l'enseignement reçu de ses Maîtres.

Nous avons tenté de recevoir du mieux que nous pouvions. En effet, pour qu'il y ait transmission, il faut être capable de donner, mais il faut quelqu'un capable de recevoir ! Le souci et la volonté de transmission l'ont habité jusqu'au bout. Il a écrit des livres, il a découvert que les photos (réalisées par Pierre Boogaerts) pouvaient porter le Chi,

a consacré ses 25 dernières années à enseigner de manière intensive. Il a cherché à inscrire le Chi dans des sons enregistrés, d'abord pour aider les médecins, ensuite pour aider les enseignants, pour aider les élèves...

Il en est résulté des outils pédagogiques (sons et musiques) utilisés dans l'École.

Il en est résulté « l'Onde Vive », complexe sonore inaudible destiné à ré-harmoniser les différents aspects de vie en nous.

2004, l'émetteur

C'est là que Jean-Paul Duchêne est arrivé. Grâce à lui, cette découverte a pris corps dans un appareil : **l'émetteur d'Ondes Vives** !

Grâce à Jean-Paul, nous pouvons bénéficier du Chi de Vlady encore aujourd'hui. Jean-Paul a fait un énorme travail de recherche afin de valoriser l'Onde Vive, sans la détruire ou la déformer par des aspects techniques indispensables !

2018. Alors voilà, **Jean-Paul a écrit un livre** afin de nous raconter son histoire à lui et comment il a pu faire le lien avec l'histoire de Vlady.

En effet, chaque rencontre avec Vlady a été une histoire personnelle. Celle de Jean-Paul est décrite dans son livre intitulé : **Le son de Vie** (voir page 38)

L'histoire de l'École continue, grâce à tous ceux qui s'engagent et qui ont compris l'importance de recevoir et de donner l'enseignement intact. Donner intact, c'est reconnaître qu'on a encore beaucoup à découvrir. C'est la preuve d'une grande ouverture et de beaucoup d'humilité, recommencer sans cesse comme un débutant. Cela demande une confiance en ce que contient l'enseignement. C'est dans la persévérance infinie que le vrai travail commence.

Faire ses gammes inlassablement afin qu'un jour, la technique disparaisse...



Avant l'École :
la forêt de Soignes en Belgique



Le début officiel de l'École :
1er stage d'été à Hermeton
en Belgique, 1989





Madeleine Solvel

Belgique

Un creuset pour la vie

Voici un "article" posthume de Madeleine.

Les anciens ont bien connu Madeleine, fidèle à tous les cours de Vlady dès avant l'École et pendant plus de 25 ans. Elle habitait Bruxelles, nous a suivis au Portugal et ensuite à Oppedette. Une fidèle amie qui a soutenu tous les projets de Vlady. Nous pensions qu'il était juste de lui donner la parole.

L'article en question est en réalité extrait d'un enregistrement effectué à Oppedette quelques mois avant sa mort. Elle était venue nous parler, au groupe des « anciens », pendant notre réunion annuelle.

Par souci de vérité, nous avons gardé le langage « parlé » de l'enregistrement.

«... Et voilà, je me retrouve à nouveau à me poser des questions fondamentales :

Qu'est-ce que le Taï Chi m'a apporté ? Qu'est-ce que l'enseignement de Vlady m'a apporté ?

Et alors, la réponse est complexe. J'ai l'impression, quand j'essaye de mettre les choses en mots, car ce n'est pas commode, que le Taï Ji m'a permis de fabriquer un creuset dans lequel j'ai mis toutes mes expériences de vie et ce creuset c'est ...

D'abord, il est tapissé d'une matière extraordinaire et d'une expérience fondatrice pour moi ; c'est d'avoir vu vivre quelqu'un qui était (j'allais dire : possédé), qui vivait un amour inconditionnel au service de tous.

Et ça, ça m'a littéralement soufflée et évidemment j'étais à des lieues... mais ça m'a donné une idée de ce vers quoi je voulais aller. Ça a précisé la direction dans laquelle je voulais faire aller ma vie. Et donc, ça c'est une chose merveilleuse, ça a modifié complètement tout ce que j'ai fait.

Et puis, qu'est-ce que je mets donc dans mon creuset, beau creuset très noble, tapissé d'un modèle qui me permet de... C'est un phare en fait, c'est mon étoile polaire. Je mets dedans évidemment tout l'enseignement de Vlady, l'enseignement, toutes les techniques, ça va de soi.

Il a rassemblé ces techniques avec une prodigieuse intelligence...

Par contre, pour ce qui concerne la personne de Vlady, ce que j'appelle sa flamboyance, ses discours à l'emporte-pièce, ses condamnations, ses opinions, la dérision, les moqueries terribles qu'il avait vis-à-vis de toute sorte de choses (où d'ailleurs parfois il faisait marche arrière). Tout ça, c'était compliqué pour moi. J'ai essayé honnêtement d'imiter Vlady pendant des années. Et je suis arrivée à un fiasco complet, une espèce de caricature à la fois de lui et de moi. Et je crois que ce n'était pas ce que je devais faire, ce n'était pas ce qu'il attendait de moi. Je crois qu'il attendait de moi et de tous d'ailleurs, qu'avec les outils qu'il nous donnait nous nous constituions une personnalité, nous optimisions en quelque sorte le potentiel qu'il y avait en nous. Et donc je m'étais complètement gourée en essayant de plagier ses attitudes ; parce que c'était de ça qu'il s'agissait et je ne voyais pas comment je pouvais faire autrement.

Vlady était un géant, un géant de la perception, un géant du Chi. Sur le plan thérapeutique, Vlady était un voyant. Vlady avait une intelligence extraordinaire. D'ailleurs la façon dont il a rassemblé

les techniques qui étaient à sa disposition, qu'il avait pratiquées au cours de sa vie, la façon dont il en a fait un ensemble qui est à notre disposition maintenant, je trouve ça tout à fait prodigieux. Je n'ai que gratitude pour lui.

Il a utilisé toutes sortes d'attitudes vis-à-vis des gens, il a parfois..., et c'est là qu'intervient justement la notion d'amour, d'amour inconditionnel.

Avec certaines personnes, il était très dur pour ne citer, ne parler que de mon exemple personnel. Avec moi, même s'il me ménageait en public, il était extrêmement dur.

Par contre, dans l'expérience personnelle, Jan qui, à l'âge de 12 ans est tombé, si je peux dire (en 1981), dans les pattes de Vlady alors qu'il était devenu tétraplégique à la suite d'un accident à l'école, Jan, à ce moment-là, était une espèce de porc-épic qui passait du désespoir à la révolte avec des aiguilles qui se soulevaient tout le temps. On avait l'impression qu'il allait lâcher ses aiguilles, grandes comme ça, sur tout le monde. Et donc Vlady l'a pris sur son dos avec une patience et une douceur absolument incroyables.

Et donc, Jan n'est pas le seul qui était dans ce cas-là et je ne suis pas la seule qui ait eu un entraînement extrêmement dur avec Vlady.

Et donc tout ça, pour lui, tous ces comportements hors normes qu'il avait, ça lui convenait admirablement, mais ils ne sont pas transposables au premier abord pour moi. Je ne peux pas dire, il a fait ça, donc je fais ça. C'est autrement que ça se passe. C'est beaucoup plus subtil.

La comparaison que je peux prendre : on me donne une paire de bottes italiennes d'une qualité, d'une souplesse, d'une architecture extraordinaire, une finition comme on n'en fait plus. Or ces bottes font du 47 et moi je chausse du 38 : alors qu'est-ce que je fais avec ça ? Donc je ne peux pas enfiler les bottes de Vlady.

Par contre, cette comparaison ne vaut que pour les comportements de Vlady ; pour tout ce qui est de l'enseignement et ce qui en est la base, donc l'amour dont je vous parlais, là, au contraire, je trouve qu'il y a des bottes pour tout le monde. Que chacun peut trouver sa pointure, sa couleur, sa forme. C'est au contraire un enseignement qui s'adresse à tout le monde. Que chacun, avec les outils qui lui sont donnés, peut adapter à sa personne.

Donc, voilà en toute honnêteté ce que je peux dire de Vlady et, ce qui reste, c'est la gratitude absolue pour ce qu'il m'a donné et ce qu'il a fait de moi. Et si j'arrive donc à la mort avec le goût de la vie, c'est bien grâce à ça, grâce à lui. »

Extrait d'un enregistrement réalisé lors de la réunion annuelle des Professeurs délégués et Formateurs, en mai 2011.





Karine Taymans

Formatrice d'enseignants
Belgique



Etre normal

Un jour, un pratiquant a posé cette question à Vlady :

« Finalement, tout ce que l'on fait dans l'Art du Chi, ça sert à quoi ? »

Très sérieusement, il a répondu :

« A rien, mais, pendant ce temps-là, on ne mange pas comme des porcs et on ne regarde pas de conneries à la télévision. D'ailleurs si nous étions normaux, nous n'aurions pas besoin de faire tout cela ! »

Longtemps, cette réponse m'a laissée perplexe.

Non pas dans sa première partie, qui a toujours provoqué en moi un petit sourire intérieur, mais qu'entendait-il par "normal" ?...

Trente années de pratique se sont écoulées et au-delà de toutes les techniques, questionnements et recherches, une chose est devenue évidente : l'Etre est là tout naturellement.

Il ne veut rien, n'attend rien, n'a aucun souhait de pouvoir ou de reconnaissance.

Comme une fleur au milieu des autres dans un jardin, il s'épanouit quand on prend le temps de l'écouter. D'abord pendant la pratique et ensuite, de plus en plus souvent, n'importe quand, chaque fois que je lâche toutes les bonnes intentions de faire, de devenir.

Ce n'est pas une expérience mystique, mais notre nature profonde, tout simplement.

La présence dans le Tai Ji Quan est un moment très privilégié. Quand je suis reliée à l'Etre, cette présence change complètement.

Je suis l'oiseau qui déploie ses ailes, le cheval sauvage qui galope fougueusement.

Mes mains sont deux feuilles légères qui dansent au gré du vent et parfois aussi deux poissons qui effleurent délicatement la surface de l'eau.

Je suis l'arbre, cette force tranquille enracinée dans son jaillissement.

La Terre bienveillante et le Ciel libre.

La vague qui nous porte ensemble dans ces moments magiques où le mental se tait.

Je suis la Vie l'espace d'un instant, dans le point unique et, la seconde d'après, l'infini de l'espace immense.

Je suis encore...et encore...

ETRE et INTER ETRE : j'ai mis beaucoup de temps avant de "saisir l'état normal".

MERCI A L'ART DU CHI





Laurence Bourreau

Professeure déléguée à la Formation personnelle
France

Un long chemin de patience

1989 : premier rendez-vous avec l'Art du Chi en Belgique le temps d'un week-end. Je garde surtout le souvenir de ma rencontre avec Vlady et la forte impression qu'il m'a faite. Et je crois que c'est plus pour lui que pour le Tai Chi que je me suis retrouvée au stage en Charente l'été suivant. Je sentais qu'il avait quelque chose d'important à me transmettre sans que je sache trop quoi. La graine était semée. Elle a germé lentement, très lentement, parfois elle sommeillait puis se réveillait mais elle était toujours là. Quelque chose m'attirait irrémédiablement vers cet art, comme un appel. Que dire de la découverte du Tantien, du Chi, des notions tellement nouvelles pour moi et qui pourtant me laissaient entrevoir un monde infini et qui me parlait. Je n'ai jamais eu l'occasion de prendre des cours hebdomadaires, aussi je faisais des stages quand ils se présentaient, pas trop loin de chez moi. Lors d'un retour de stage de week-end, je me souviens d'avoir éprouvé à la fois une légèreté mais aussi une invincibilité et je m'étais dit : « Quoi qu'il m'arrive, je suis prête à assumer ». Je ressentais comme une force intérieure et une confiance dans la vie. Ça donnait envie de continuer...

Deux temps forts ont marqué mon parcours : les deux fois deux mois passés au Portugal en immersion en 1992 et en 1994. La fleur s'est enfin épanouie et, pour la laisser croître, il me fallait enseigner. C'était le moment. Depuis, l'Art du Chi ne m'a plus quittée. En donnant des cours presque tous les jours, il s'immisce lentement en moi. Dire qu'il m'a changée, je ne crois pas. Je suis toujours impatiente et réactive. Je dirais plutôt

qu'il a changé ma vie. Je trouve dans l'Art du Chi un équilibre et un calme bénéfique et nécessaire. Curieusement, je m'installe avec plaisir dans la lenteur du Tai Chi et je fais preuve d'une grande patience avec les élèves. Il m'accompagne dans mon évolution et participe à ma recherche d'un mieux-être. Je réalise l'importance d'être centré dans le mouvement mais aussi dans la relation aux autres et dans le rapport au monde. Les résistances sont encore là mais c'est comme si la pratique venait les saper progressivement. A chaque fois, je creuse un peu plus, je découvre, j'élimine le trop plein, j'arrondis les angles, je tends vers une plus grande fluidité et une plus grande profondeur. Je suis impressionnée par l'aspect complet de l'Art du Chi. Il touche à tout, à l'essentiel, il nous connecte en permanence à la vie, il nous rend plus humain. Dans le monde d'aujourd'hui, ces valeurs ont de plus en plus d'importance, c'est pourquoi il est nécessaire de les partager, de les diffuser plus que jamais. Longue vie à l'École, longue vie à l'Art du Chi.





Anne-Marie Vessyllier

Professeure déléguée à la Formation personnelle
France

L'histoire commence à l'automne 1991

Lorsque je rencontre Vlady, et donc l'Ecole de la Voie intérieure, j'ai 38 ans, cela fait une dizaine d'années que je suis sortie du chemin balisé par une société dans laquelle je ne me reconnais pas. Ma recherche d'une vie plus orientée vers les valeurs humaines que matérielles, laissant une large place à la quête spirituelle, à la bienveillance et au non jugement comme valeur relationnelle, à la reconnaissance et protection du précieux de la Vie m'a amenée à faire des choix que certains trouvent courageux, d'autres inconscients, en tout cas marginaux.

Mère de 4 enfants je me suis rencontrée grâce à eux, mes maternités et accouchements ont été le déclencheur et le plus essentiel d'un déroutant et constructif cheminement personnel. Lorsque je rencontre pour la première fois l'école, ma plus jeune enfant a 18 mois.

Le stage donné par Vlady se déroule dans une vieille bâtisse belge non loin de là où résident Vlady et Michèle. Il nous guide dans une séance sur la relation Tantien Tong (pour les « non initiés » le Tantien = centre vital du corps, le Tong = le centre du périnée).

Je suis stupéfaite : je retrouve ce que j'ai touché spontanément au cours de mes accouchements : la puissance viscérale qui transcende la femme et la fait développer des ressources hors du commun pour accoucher naturellement, est de la même essence ! Je découvre que cette puissance de Vie et d'action est accessible et reproductible à travers une pratique corporelle, énergétique... et c'est un homme qui la transmet !

Evidemment et sans hésitation j'ai envie d'approfondir et me voilà embarquée dans une aventure qui 27 ans plus tard me porte toujours.



Le 2^o moment fondateur a lieu environ 2 ans après ce premier cours, nous avons organisé notre vie familiale pour passer le temps des vacances scolaires en stage intensif avec Vlady. Et chaque fois je me "régale". Un jour à l'issue d'un cours sur la petite circulation je prends conscience qu'au lieu de « travailler » à la surface de la peau je travaille à plusieurs centimètres à distance de mon corps. Etonnée à la fin de la séance, j'en parle à Vlady qui me répond :

« Ah tu t'en es enfin rendu compte ! A partir de maintenant efforce toi de revenir à tes limites corporelles, plus tard c'est là que je vous guiderai mais pour l'instant reviens à ton corps ».

Cela m'a demandé des mois d'effort et d'attention,

mais le "jeu en valait la chandelle" : je me suis "incorporée", "incarnée". Ma vie s'est alors ancrée, en retrouvant mon corps et en l'habituant je m'offre la possibilité d'être présente ici, maintenant.

C'est aussi le point d'ancrage pour explorer le champ de l'infiniment grand et l'infiniment petit, en toute sécurité.



Le 3^e moment important et fondateur se déroule quelques mois plus tard. Nous sommes au Portugal, Vlady nous prend en petits groupes pour des séances « de sons ». A l'époque il ne nous les enseigne pas, mais il a accepté de les pratiquer avec nous. Après une préparation de base pour se centrer nous restons en assise pendant que Vlady pratique l'émission des sons.

La séance a sans doute duré 1h, mais j'en garde le souvenir d'un "temps suspendu". Chacune de mes cellules vibrent, sensation d'être à la fois nettoyée de l'intérieur et régénérée. En moi pétillie une vie légère, joyeuse, je retrouve la liberté de l'enfant intrépide et joyeuse, tous les possibles s'offrent à moi, je suis Vivante, Vibrante, un formidable élan de Vie me porte et s'imprègne durablement.



C'est un peu après cette expérience à moins que cela ne soit avant (j'ai la mémoire qui flanche) qu'un autre élément vient bousculer ma vie et lui donne une nouvelle orientation.

Vlady me pousse, gentiment mais fermement, vers la porte de l'enseignement.

Dans la génération des "anciens", nous avons tous connu, je pense, ce processus. Il ne m'était pas venu à l'idée d'enseigner l'Art du chi, je n'en avais aucunement l'intention ni même l'envie.

Mon activité d'accompagnante en périnatalité et en développement personnel me comble et je ne me vois nullement apte à enseigner.

Pourtant je vais suivre l'invitation de Vlady.

Certes je suis un bon disciple et m'imprègne de l'enseignement de Vlady sans résistance, il nous rappelle que pour enseigner un peu il faut pratiquer beaucoup, enseigner est sans doute une bonne garantie de ne pas lâcher la pratique et la recherche !

Mais je suis aussi reconnaissante de tout ce que je reçois et ai reçu, j'ai envie que cet enseignement soit plus largement transmis, envie de contribuer... alors si donner 1 cours ou 2 y participe... C'est ok.

A l'époque il s'agit d'enseigner "un peu", mon compagnon qui m'a amenée à l'école enseigne depuis 3 ans, c'est aussi une façon de l'accompagner et de nourrir une dynamique ensemble.



Pendant plusieurs années j'enseigne tout en maintenant mon engagement familial, celui de thérapeute et bien sûr celui auprès de Vlady, Michèle et les formateurs.

Cela nécessite de poser des choix, notre vie s'adapte aux exigences des cours en soirée, des stages en WE, des vacances consacrées à suivre l'enseignement de Vlady.

Nous devenons riches... pas riches d'argent ou de biens matériels, mais riches de cet enseignement, riches de Vie, riches de partages, riches d'expériences.



Enseigner, transmettre est une évidence et me semble maintenant aussi naturel et vital que respirer. Transmettre l'Art du Chi c'est transmettre une orientation de vie privilégiant l'authenticité et l'intégrité avec soi plutôt que la compromission, l'écoute plutôt que le faire, l'attention plutôt que la paresse, le lâcher prise plutôt que la retenue, la joie plutôt que la peur !

Richesse de vivre cet enseignement au quotidien, de rechercher une posture juste même si cela nécessite de sortir du cadre établi et parfois implique de déstabiliser son environnement.

Au bout du compte je ne pense pas que l'Art du Chi ait changé ma vie, mais indubitablement cet enseignement l'a enrichie et l'a replacée sur ses justes rails.

L'Art du Chi a éclairé le chemin que j'ai emprunté et m'a guidée là où j'ai à être et à contribuer. J'en suis profondément reconnaissante.





Marie-Christine Anthonissen

Professeure déléguée à la Formation personnelle
Belgique

Cheminement vers le moi profond

28 ans déjà ... (presque 30 !) que je découvre une démonstration de Tai Ji Quan dans la rue. J'ai été attirée par ce groupe de personnes qui faisaient des mouvements lents "portés". par quelque chose et par l'enregistrement de la voix de Vlady qui parlait de "force intérieure".

A ce moment- là, j'étais plutôt fragile avec un corps tendu, bloqué énergétiquement ... et en recherche du sens de la Vie.

J'ai senti intuitivement que cette pratique de l'Art du Chi allait m'aider.

Cours et stages se sont enchainés... J'avais une grande soif d'apprendre et de libérer mon corps.

Au bout de quelques années, j'ai pris la décision de donner des cours, ce qui me permettait, en plus du plaisir de partager cet enseignement, d'avoir davantage de temps pour pratiquer quotidiennement et d'avancer dans cette recherche. Avec l'envie de transmettre, enseigner m'a permis de découvrir ces techniques avec de plus en plus de précision et de subtilité.

Cette belle aventure dans laquelle je me suis engagée m'a emmenée beaucoup plus loin que ce que j'aurais pu l'imaginer. La répétition de ces techniques de chi et la pratique du

Tai Ji Quan ont rendu mon corps plus détendu, en meilleure santé et surtout plus ouvert à la perception du chi.

Cette libération du corps est un long cheminement avec des moments d'émerveillements, de joie profonde ... mais aussi avec des moments moins agréables.

Aujourd'hui je ressens davantage de sérénité, de paix, de force intérieure et je continue ce chemin qui me mène vers ... moi, vers la Vie.





Annick Dugas

Professeure déléguée à la Formation personnelle
Nantes

L'École a 30 ans !

L'École a 30 ans !

La pratique du Taï Chi a été au centre de ma vie durant tout ce temps. Je m'y suis consacrée comme on « rentre en religion », totalement.

Chaque jour a été nourri de la pratique et de l'enseignement de notre Art.

Être dans le Taï Chi, c'est être là où la Vie me vit, je n'ai rien fait d'autre.

Une aventure riche de rencontres et de partages au quotidien, comme pour le musicien qui se réjouit de jouer sa partition à chaque concert.

L'Art du Chi a délié mon corps et enchanté mon âme.

J'ai progressivement infusé sur ce chemin des profondeurs. Comme il est difficile d'exprimer cette lente érosion qui m'a petit à petit amenée à l'épuration de ma pratique, à me laisser imprégner de cette évidence : ça se vit, laisse faire ...



Au début

Grâce à l'enthousiasme de Vlady, l'École a tout de suite pris un bel envol.

La richesse et la simplicité de son enseignement, sans dogmes, sans blabla ... juste l'expérience

corporelle, l'ouverture des sens et sa joie de vivre. Sa priorité était de « donner » ce qu'il avait reçu de ses maîtres. Ainsi sont nés les grands stages d'été gratuits pour les enseignants.



Que de merveilleux souvenirs ces premiers grands stages ! Six semaines en immersion totale, chaque année dans un pays différent, avec déjà des groupes de 100 personnes.

L'École a ses règles, sa structure, mais à l'intérieur nous avons notre liberté pour vivre l'aventure à notre convenance.

C'est une ruche vibrante où nous venons faire notre « miel » au gré de nos envies. On y trouve les abeilles laborieuses et aussi les papillons légers, de passage...

Avec en commun d'être "Tous Mordus" !

L'École c'est aussi pour moi, ce que Vlady a semé à notre première rencontre dans ma belle région du bord de l'Océan. Dans ce terreau fertile, avec l'appui de mes « trois piliers » présents au départ - Odile, Alain et Georges, le Taï Chi s'est déployé et continue encore et encore.

Toujours plus d'enseignants et d'élèves, et l'enthousiasme resté intact.

Une belle histoire d'amitié qui me réjouit le Cœur !

Avant l'école

J'ai rencontré Vlady et Michèle en septembre 1985.

Un mois après j'étais chez eux à Bruxelles.

Chaque jour, pendant un mois, Vlady m'a initiée aux bases de son Art : « sentir le chi », « chercher le tantien », « répéter inlassablement les mêmes mouvements ». C'est tout un monde inconnu qu'il m'offrait à découvrir.

Je me suis souvent découragée... mais ses éclats de rire, sa patience et sa bienveillance sont venus à bout de mes résistances.

Et je n'oublie pas cette phrase qu'il m'a dite : « Suis Michèle, elle a la "Chose", elle est née avec, nous on la cherche encore ... »

Et maintenant

Je suis Michèle avec le même enthousiasme. Elle a su reprendre le flambeau en toute humilité et simplicité avec un engagement total pour continuer la transmission.

À Aubard, ce lieu magique, l'École trouve un nouvel essor.

Chaque stage est un retour à la maison d'une grande famille, joyeuse de s'y retrouver.

L'Enseignement que nous propose l'École permet d'entrer en contact direct et immédiat avec la Vie à l'oeuvre.

Le passage se fait par la pratique quotidienne, par le corps, et surtout l'enracinement à la terre, le dialogue avec la nature, la présence au vivant.

Oser y faire allégeance et continuer inlassablement : tantien, tantien, tantien !

Laisser de l'espace et du temps à notre voix intérieure et lui accorder notre Voie d'expression, là où le mental ne peut que se taire et l'indéfinissable poindre.

30 ans et la quête continue, oui « continuions » !





Jean-Paul Duchêne

Professeur
France

L'aventure des Ondes Vives

Cela fait 42 ans que le travail sur le Chi fait partie de ma vie, au quotidien et 22 ans que j'ai intégré notre école.

Lorsque j'ai rencontré Vlady en 1995, j'avais 47 ans. J'ai tout de suite humé auprès de lui le parfum déjà perçu en compagnie de certains Maîtres.

Depuis l'âge de 28 ans, j'avais connu plusieurs Maîtres auprès de qui j'avais travaillé. Je dirais que les techniques transmises et enseignées ont une certaine importance, mais l'importance d'un truc que l'on utilise. La finalité n'est pas dans le truc, elle est dans ce que j'en fais, c'est à dire mon intention (qui est de trouver la Paix en moi). Et ce que transmet le Maître au-delà de la technique est infiniment plus précieux.

Si la recherche de la posture juste et des mouvements fluides, la circulation du Chi ne m'amènent pas à trouver la Paix, je ne vois pas pourquoi j'y consacrerai autant de temps depuis tant d'années maintenant...

Comme tous les enseignants de l'Ecole, je transmets à mon tour, à ma façon qui est le résultat de mon parcours. J'en profite pour remercier mes élèves sans qui je ne pratiquerais pas beaucoup !!!

L'ART DU CHI me conduit à la limite du monde manifesté, au-delà duquel, il n'y a plus de Chi, donc plus de formes. Après, il reste à cheminer vers la source de la Volonté, de la Connaissance et de la Puissance qui manifeste la Vie par le Chi.

Ma position par rapport à Vlady a d'abord été celle de l'élève. A plusieurs reprises, il est venu enregistrer des textes dans mon studio, car le sien était devenu obsolète. Au fil de nos rencontres, nous sommes devenus amis. Je pourrais m'illusionner sur la nature de nos relations s'il ne l'avait écrit lui même dans la dédicace d'un de ses « si beaux livres » qu'il a voulu m'offrir :

Il m'a confié une mission : Développer les Ondes Vives, son legs à l'humanité. Je n'en ferai pas tout l'historique ici. (Un livre qui a pour titre *Le son de Vie* va paraître dans quelques semaines qui relate toute cette aventure dans le détail).*

Question de Michèle : Quels changements la rencontre avec notre Ecole a apportés dans ta vie ?

Ça a été un tournant, une nouvelle orientation professionnelle. J'ai progressivement délaissé mon activité audio-visuelle qui se transformait rapidement avec l'arrivée en force du numérique pour me consacrer à la fabrication et la diffusion des Emetteurs d'Ondes Vives. Je n'avais jamais fabriqué d'appareil, et Vlady le savait. Malgré cela il a insisté pour que je fasse ce travail

Ce que nous faisons à l'extérieur est le reflet de ce que nous sommes à l'intérieur. Je ne pouvais pas dissocier le travail sur les Emetteurs d'Ondes Vives du travail sur moi même fait dans le sein de l'école. Les deux vont obligatoirement de pair.

Cette nouvelle aventure était loin de me déplaire. Et ce fut l'occasion de travailler avec Vlady, non seulement sur les Ondes Vives, mais plus généralement sur les sons. J'en profitais pour lui faire écouter les sons chargés de Chi que j'émettais, et j'ai bénéficié de ses précieux conseils.

Il m'apparaissait comme beaucoup plus cohérent pour porter les Ondes Vives, de pouvoir émettre moi même des sons chargés de chi. Je crois que j'ai été le premier élève de l'école à émettre un Kiai. Là aussi, ce n'est pas une fin en soi et l'intérêt que j'y vois est de pouvoir faire circuler du chi soit en moi, soit chez autrui et ainsi faire sentir la réalité du chi porté par un son à un public intéressé par les Ondes Vives.

Tout ce travail réalisé dans le domaine des sons me permet de les enseigner à mon tour.

J'espère maintenant que quelqu'un (de jeune) va se présenter pour continuer cette mission que Vlady m'a confiée, mais il y a un pré-requis : l'attitude intérieure adéquate...

Voici un extrait du livre à paraître, *Le son de Vie** :

« En recevant tous les jours l'intention d'Amour de Vlady, les utilisateurs du Veps qui ont une attitude intérieure adéquate et qui donc ne le considèrent pas comme un outil purement thérapeutique, se laissent influencer et à la longue, deviennent eux-mêmes des Emetteurs d'Ondes Vives...

Le Veps, on l'aura compris, loin d'être un objet de bien-être, est un compagnon sur notre chemin intérieur qui nous amène peu à peu vers un état paisible, harmonieux, simple et la vie peut devenir heureuse, sans qu'il y ait des raisons extérieures à ce bonheur.

Vlady, de tout son être, à force de travail et de bienveillance, a réussi à atteindre son but.

Personne d'autre, à ma connaissance, n'a abouti à une telle réalisation. Il faudra sans doute du temps pour que notre monde, englué dans le matérialisme et les conflits de toutes sortes, perçoive l'importance et la grandeur du legs que Vlady a fait à l'humanité. »

* voir souscription p. 38



L'Emetteur d'Ondes Vives première génération (2005)



Le VEPS III



Michèle Stévanovitch

Formatrice d'enseignants
Directrice de l'École internationale de la Voie intérieure
France

Ecouter, ressentir... ce que je peux dire de mon histoire

Un amour immense
qui a commencé par une petite lumière en point d'interrogation...

l'impatience, la curiosité, l'étonnement permanent
la route vers un paradis perdu, guidée

le bonheur, la confiance, être guidée
l'aventure...
et le rire, le rire... j'apprends
rien n'est important

écouter ses écrits, découvrir, penser autrement
le monde, de plus en plus ouvert... infini
penser, expérimenter et vivre au travers des techniques transmises
en lien permanent

doucement, me laisser pénétrer par la confiance en ce qui germe en moi
toujours guidée, encouragée

enseigner à mon tour et rire...
voir naître la même joie, multipliée
continuer

la déchirure, l'arrachement intolérable

rester en lien
transmettre le lien

guidée toujours...
l'aventure encore
le centre, tout est là
un centre vers lequel tout converge et duquel tout part
rester centrée

l'école hésite, le doute se répand

le centre
l'école répond
un immense oui ! De partout, merci !

la confiance, l'enthousiasme
l'action !
continuer

transmettre
la vie, la joie, l'immense facteur A

30 ans, déjà !
continuer





Léon Bernier

Professeur
Québec



Du plaisir de faire au plaisir de ne rien faire

Dès le premier cours avec Nicole Renson et durant les années qui ont suivi, j'ai éprouvé l'immense plaisir de découvrir un monde dont j'ignorais tout. Il y avait cette façon très particulière de se mouvoir dans l'espace, l'importance de centrer son attention sur des sensations physiques étonnantes, puis un mode d'apprentissage bien particulier, où le fait de suivre ce que faisait l'enseignant et de répéter inlassablement un même mouvement prenait le pas sur les mots et les explications. Trente ans plus tard, le plaisir ne s'est pas démenti. Il n'a fait que se confirmer et se raffiner. Plus que toute autre motivation, c'est vraiment le plaisir, qui peu à peu s'est transformé en une joie profonde, qui fait en sorte qu'au bout de trente ans, le Tai ji quan en tant qu'Art du Chi fait partie intégrante de ma vie, par la pratique régulière, mais aussi par l'influence qu'il a dans ma façon d'être au monde.

Au début et pendant longtemps le plaisir a été de l'ordre du faire. Tous ces mouvements qui aujourd'hui me paraissent tout naturels il m'a fallu les apprendre. Toutes ces techniques de Chi, telles que codifiées par Vlady et enseignées par lui et les premiers enseignants de l'École, il m'a aussi fallu me les approprier. Tout cela demandait beaucoup de travail. Travail de mémorisation où le mental ne manquait pas d'intervenir mais qui s'est fait surtout par d'inlassables reprises des mêmes mouvements et des mêmes techniques. Heureusement cette façon d'apprendre m'a toujours plu. Et la fameuse phrase de Vlady que l'on commence vraiment à faire du Tai ji quan après dix mille heures de travail, loin de me décourager et de me rebuter, m'a stimulé en me faisant entrevoir toute l'ampleur du travail à faire. J'en avais pour longtemps et c'était tant mieux.

En plus de suivre le maximum de cours, d'ateliers et de stages qui nous étaient offerts, j'ai beaucoup travaillé seul, surtout les mouvements de Tai ji quan et leurs enchaînements. Dès la sortie d'un cours, je m'empressais de répéter ce qu'on venait de nous apprendre. Quel plaisir. Peu à peu le corps enregistrait et le mental devenait de moins en moins dominant et se mettait de plus en plus en mode observation. Avant que le tantien en vienne à se manifester réellement et non pas seulement dans l'imagination, il aura fallu plusieurs mois et même plusieurs années. Et je me suis vite rendu compte que dans ce travail, qui passe essentiellement par l'expérience corporelle, il n'y a pas de tout ou rien. Ce qu'on appelle le tantien aujourd'hui sera une autre réalité demain, dans un an, dans dix ans. Sans que cela paraisse extérieurement la répétition des mouvements de Tai ji quan et des techniques de chi amènent le corps à se façonner progressivement de l'intérieur. D'où l'importance de répéter, répéter, répéter. Cela m'est apparu particulièrement évident avec le travail respiratoire. Combien d'années il m'aura fallu pour atteindre un certain calme respiratoire surtout à l'expiration. Cela est venu avec la détente sélective de plusieurs parties du corps et l'ouverture des espaces permettant de laisser passer le souffle, tout cela résultant d'un travail constant, attentif et de plus en plus personnel. Pour atteindre l'aisance respiratoire, j'ai dû me débrouiller et chercher ce qui faisait obstacle dans mon propre corps. Lorsqu'on enseigne on peut donner des pistes qui sont d'ordre technique et des conseils basés sur sa propre expérience. On ne peut pas faire le travail corporel pour l'élève. Lui seul peut le faire.

Pendant toutes ces années où le faire domine, surviennent des moments où on a la sensation qu'un mouvement s'est fait tout seul, que le Chi a passé sans qu'on ait eu à intervenir. Quel plaisir. On entrevoit alors l'éventualité d'une phase beaucoup moins volontaire dans notre pratique du Tai ji quan et nos expériences avec de Chi. Mais ces moments restent longtemps passagers et nous invitent à continuer le travail de reprise inlassable et systématique des mêmes mouvements et des mêmes exercices.

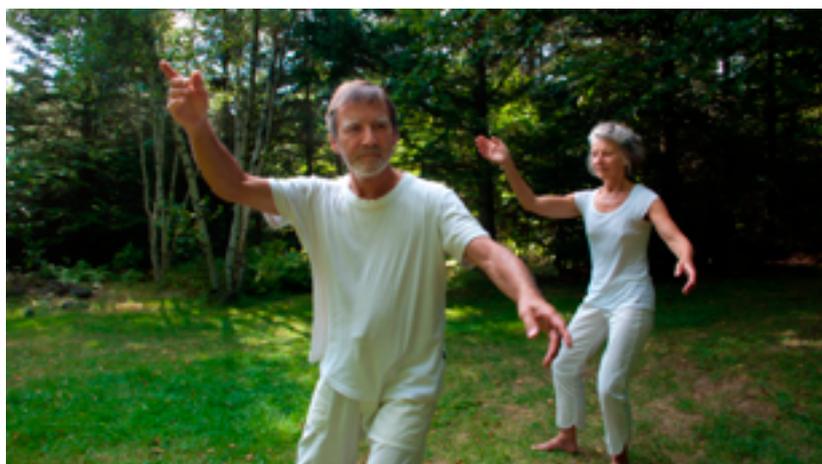
L'un des volets du travail qui favorise le passage du faire au ne rien faire est celui des diagonales. Avec Pierre Boogaerts, on travaille beaucoup la diagonale yang qui met très explicitement le doigt sur la dimension du faire. La yang inaugure le mouvement par une action qui vient d'une poussée du pied sur lequel est concentré le poids du corps qui se communique au tantien et se répercute dans le poignet du bras opposé. Cela est d'abord d'ordre ostéo-tendino-musculo-neuro-cutané, comme disait Vlady, mais peut aussi et surtout mettre en évidence une façon de lancer le chi dans une partie du corps. Or le Chi mis en branle dans la diagonale yang poursuit sa course lorsque cette même diagonale devient yin et c'est là qu'apparaît la dimension du non faire ou de la non action. Dans les exercices de Chi surviennent aussi des moments où, de la répétition d'une technique, émerge une phase spontanée où l'on a la sensation que le mouvement se fait tout seul indépendamment de notre volonté. Pierre ne manque pas de nous faire observer la survenue de ces passages vers la spontanéité. De tels moments ne naissent pas tout seul. Pour qu'ils apparaissent et qu'on les perçoive, il aura fallu souvent et longtemps répéter les mêmes techniques et pratiquer les mêmes mouvements. Mais arrive un moment où le corps, ayant suffisamment travaillé, en vient à se libérer de la technique. À l'image de la phase spontanée propre à une technique particulière, la

pratique du Tai ji quan dans sa totalité tend vers la spontanéité, c'est-à-dire à laisser le mouvement se faire de lui-même, ce qui implique une liberté et une ouverture corporelles qui donnent toute sa place à la circulation du chi. Cela ne veut pas dire qu'on peut alors inventer à sa guise de nouveaux mouvements ou de nouveaux exercices. C'est en refaisant ceux-là mêmes qu'on a appris que se manifeste le non faire.

Or, tant qu'on est dans l'ordre du faire, l'enseignement et la pratique peuvent aller de pair. Mais quand on atteint la dimension du non faire, c'est-à-dire du mouvement spontané, on sort du domaine de l'enseignement puisque ce que l'on enseigne ce sont des techniques, qui peuvent ou non mener au non faire suivant le travail personnel qu'aura fait l'élève. La spontanéité peut se souligner et se montrer, mais non s'enseigner. Elle peut apparaître quand tout est en place. Elle suppose aussi ce que Michèle appelle, je crois, une certaine «indifférence», soit de réaliser que quelque chose se passe en soi dont on n'est pas tout à fait maître tout en sachant que cela nous concerne totalement.

Laisser le mouvement se faire spontanément amène à reconnaître que le chi qui nous habite et nous anime nous fait participer à une réalité qui est commune à tout ce qui vit, a déjà vécu et continuera de vivre sans nous. Cela a de quoi modifier notre façon de nous percevoir en tant qu'individu dans l'univers. Aller vers la spontanéité amène à changer d'échelle de référence et à relativiser l'importance de ce qui nous arrive.

Après plus de trente ans de pratique du Tai ji quan, après toutes ces années où j'ai pris plaisir à faire et à refaire, je me sens de plus en plus attiré par le non faire et le plaisir tout particulier qu'il m'apporte. Tout en sachant que le chemin est long, et je ne le leur cache pas, c'est vers cela que j'oriente de plus en plus mes élèves.





Linda Bohamed

Professeur
Québec

S'abandonner à la terre

L'ancrage au sol, à la terre, est inscrit dans notre nature. Comme tout corps physique, nous subissons la gravité. Il ne devrait donc pas être si difficile de «garder les deux pieds sur terre» si ce n'était de la tendance qu'a notre mental de vagabonder dans tous les sens et surtout de nous distraire de nos perceptions les plus naturelles.

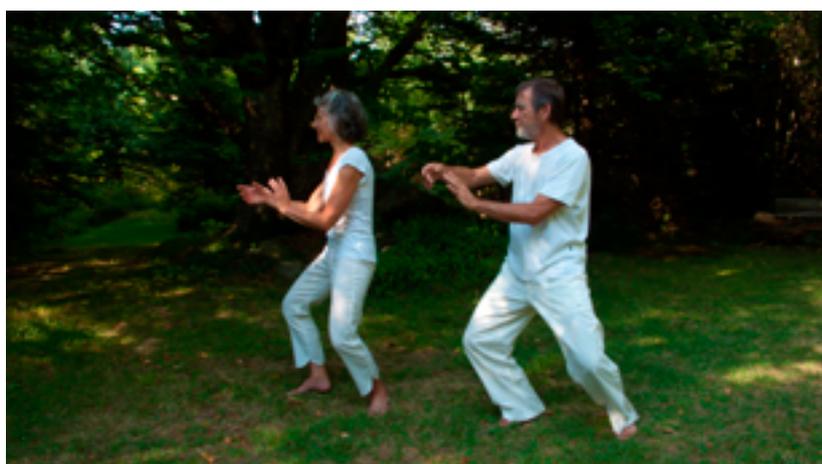
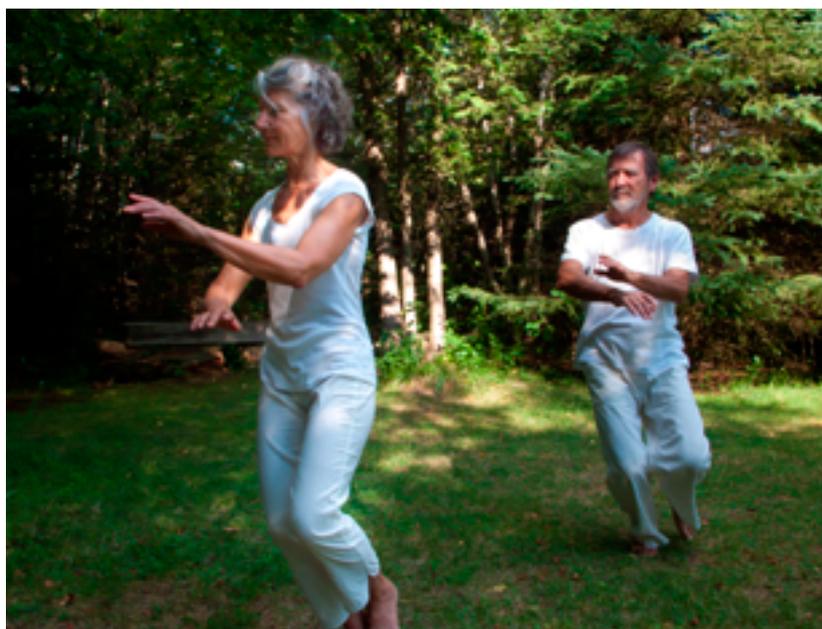
Assez jeune, j'ai eu la chance de voir des personnes faire du Tai ji quan. Sans savoir ce qui était à la base de cette façon très particulière de se déplacer dans l'espace j'ai tout de suite été captivée et je n'ai pas hésité quand, quelques années plus tard, s'est présentée l'occasion de m'inscrire à un cours au Centre de Nicole Renson. L'enseignement qu'on y donnait me convenait tout à fait et j'ai très vite senti que cette démarche pouvait me mener loin.

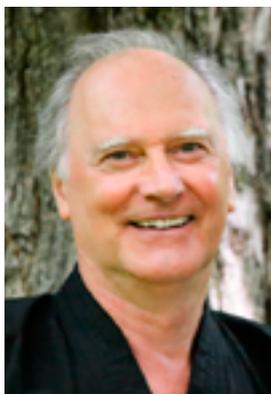
Dès les premiers cours on y insistait sur l'importance du contact avec le sol en tant que base et origine de tous les mouvements. Déjà, le fait de centrer son attention sur la poussée des pieds contre la résistance du bassin et éventuellement celle du tantien, contribuait largement à occuper le mental et à le ramener à des perceptions physiques concrètes. Tout le travail fait dans la foulée de l'enseignement de Vlady allait dans cette même direction. Il m'aura néanmoins fallu plusieurs années de pratique, tant des mouvements de Tai ji quan que des exercices de chi au sol, pour qu'en vienne à se développer ce que j'appellerais une relation intime avec la terre.

Ce qui était au début un travail mécanique de poussée dans le sol est progressivement devenu un échange, une communication, via la respiration et la perception de plus en plus nette du chi à l'intérieur et à l'extérieur du corps. À l'expiration, là où dans les arts martiaux se donne le coup, survient un mouvement de détente musculaire qui permet au chi de descendre progressivement jusque profondément dans le sol, entraînant du même souffle un abandon à la fois physique et mental. Plus cet abandon se réalise, plus se manifeste à l'inspiration un mouvement de vague venant de la terre

qui entraîne une sensation d'expansion, comme si tout le corps, devenu vaporeux, se répandait dans l'espace au point de se fondre avec celui-ci. Ce qui avec les années de pratique est devenu une évidence, c'est que le fait de s'ancrer à la terre et de s'y abandonner sans retenue est ce qui permet, en retour, une liberté de mouvement donnant lieu à la plus grande ouverture possible à tout ce qui existe et à ce que signifie être vivant.

Les mots arrivent mal à traduire ce que l'on ressent dans son corps et ce qui occupe la conscience au bout de nombreuses années de pratique du Tai ji quan. Plus s'accumulent les années de pratique, plus le Tai ji quan met en présence de sensations physiques qui en viennent tout naturellement à occuper et apaiser le mental. Le Tai ji quan m'aura personnellement amenée à me déposer physiquement et mentalement. Cela n'est jamais acquis, mais chaque pratique me ramène à cette espèce de grâce que représente pour moi maintenant la sensation de m'abandonner à la terre. De plus en plus cette sensation m'habite non seulement quand je pratique le Tai ji quan, mais dans tous les moments de ma vie.





Pierre Boogaerts

Formateur d'enseignants
Responsable de l'École
au Québec

L'art du chi : passionnant !

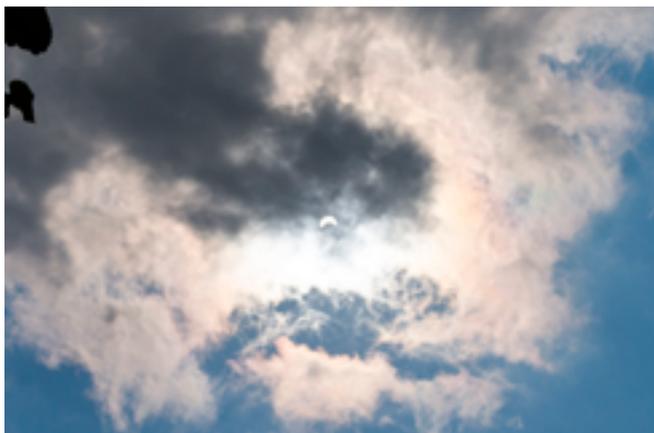
Nous explorons et enseignons le Chi en passant par notre corps. Or, à la première relaxation profonde, ce corps, nous l'effaçons ! Lorsque nous nous appuyons sur le Tantien, nous contractons des muscles qui n'existent pas. Dans notre corps, nous travaillons une sphère, des anneaux et des cerceaux, un mât qui est à la fois plein et creux, tout cela et bien d'autres choses qu'aucun livre d'anatomie ne mentionne. Nous tenons un ballon entre nos mains, qui est aussi dans notre ventre et tout autour de nous car nous sommes à l'intérieur de lui ! Y a-t-il contradiction ? Le corps, les sens, sont-ils obstacles ou moyens ? Comme une éclipse peut-être, le filtre nécessaire pour percevoir une réalité trop aveuglante (qui nous aveugle) ?

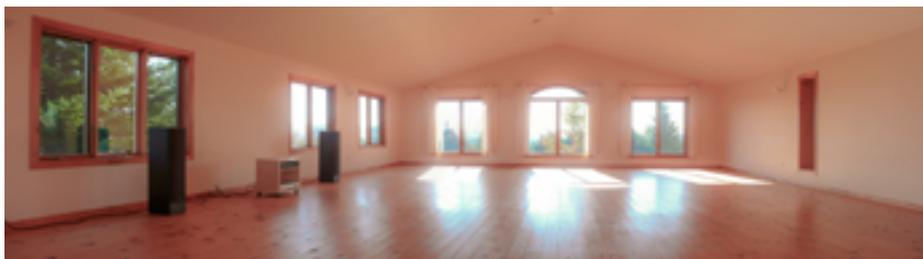
J'enseigne l'Art du Chi de Vlady

Pratiquer et enseigner, organiser ma vie et le centre pour pratiquer et enseigner, enseigner aux enseignants aussi, surtout. Prendre soin, diriger et veiller sur l'École au Québec, faire le lien avec Michèle et le Centre international. Enseigner encore et encore, semer et ressemer; garder le cap, garder le sens, c'est lui qu'il faut montrer, toujours, quoiqu'il arrive. Le sens, pas nécessairement les façons de faire. Pratiquer et entretenir la formation continue des enseignants de l'Art du Chi.

« Notre progression se fait par étapes, l'une étant la condition de la suivante. En même temps, aucun palier n'est complètement conquis, aucune technique n'est véritablement maîtrisée. [...] C'est normal, tout se tient. Chaque facteur est influencé par tous les autres et, en même temps, agit sur tous les autres. » Vlady Stévanovitch, La Voie de l'énergie (voir page 39).

Parfois, calmer certains ou en conforter d'autres, réveiller les assoupis aussi; être clair, pas seulement pour moi, mais pour les élèves, les enseignants, qui interprètent toujours à leur manière, selon ce qu'ils veulent, ce qu'ils vivent dans le monde d'aujourd'hui... Tant de choses, et bien plus, que Vlady m'a montrées et confiées. Je mesure cette chance qui m'a permis de clarifier mon chemin et m'a donné cet immense plaisir d'avoir des élèves. « Ne me remercie pas, tu remercieras tes élèves », me disait-il. Les élèves sont d'une grande aide pour l'enseignant.





Dire ou ne pas dire, quoi dire ?

Vlady qui a tant dit et divulgué, écrivait au début de son livre sur le Tai Ji Quan : « *Lao Tseu a dit : le Tao dont on parle n'est pas le vrai Tao. À quoi bon parler du faux Tao ? Donc, n'en parlons pas* ». Il laissa une page blanche et poursuivit son livre en parlant de la respiration.

Pour Wikipedia, l'étymologie du mot « mot » réfère à deux sens tout à fait opposés : celui d'un discours articulé et celui d'un discours inarticulé et incohérent tel « *un grognement de bovin* ».

Pour enseigner, l'enseignant a besoin des mots. Des mots clairement articulés d'abord, puis des mots justes et précis, qui sont souvent ceux qu'a utilisés la personne qui lui a enseigné. Vlady est, là aussi, un merveilleux exemple à suivre. Ses mots et ses descriptions de techniques sont clairs et précis, pas d'approximations pouvant induire les élèves en erreur; jamais d'enflures verbales, de boursoufflures spirituelles ou émotionnelles. Son « *Tout ce qui pourrait être mal interprété, le sera* » est tout un challenge pour chaque enseignant !

Les mots les plus justes pour décrire ce qui est tout à la fois indispensable et secondaire !

Pourtant, les mots se situent aussi à l'opposé de ce que nous enseignons, car ils ne font que décrire alors que ce que nous enseignons, c'est être. L'histoire des mots c'est l'histoire de la représentation, qui est aussi l'histoire de la séparation de l'homme d'avec la nature.

Si les mots permettent la compréhension, celle-ci entretient, de plus en plus aujourd'hui, une relation ambiguë avec l'être et l'action. L'histoire de la parole, c'est aussi celle d'une certaine liberté. Mais si cette liberté de parole peut nous aider à sortir d'une tyrannie, elle peut tout autant nous jeter dans les griffes d'une autre. Car les mots

font croire et la liberté de parole devient alors prison. Avec les mots, c'est facile de déguiser une perte en gain, une thésaurisation en largesse, la consommation en économie, la soumission en liberté d'expression, le formatage des esprits en éducation, la fermeture en ouverture, etc. Finalement, la plus grande victoire des mots n'est-elle pas d'avoir su déguiser l'assassinat de la réalité vécue en éloge de la vie ? Donc de présenter la mort comme étant la vie ? Je repense au double sens de l'étymologie de « mot ».

Le Chan et le Tao

À la fin de ce même livre sur le Tai Ji Quan, Vlady disait aussi : « *Le Tai Ji Quan est l'œuvre des maîtres du Chan (le Zen en japonais). Leur attitude fondamentale était le rejet de toutes les écritures, de toutes les idéologies, de toutes les formulations verbales. Voudrait-on faire mieux qu'eux ? Dire ce qu'ils n'ont pas dit ? Expliquer ce qu'ils n'ont pas expliqué ?* »

Or, à y bien regarder, chaque page des livres de Vlady, chaque anecdote qu'il relate, chaque description ou technique qu'il commente ne montre que ça : le Tao dont on ne parle pas. Le modèle qu'incarnait Vlady, ses actions, son enseignement, tout est imprégné de ce Tao-là. Il suffit de bien regarder. Car si le doigt montre la lune, le regard peut se porter sur le petit bouton sous l'aisselle de celui qui montre la lune...

À la dernière ligne de ce qui pour moi est le plus beau texte que Vlady ait écrit sur son parcours de vie et qu'il a intitulé : « Le Chi en médecine », il écrivait : « ...pour s'approcher encore un peu plus de l'Innommable. De l'absolu. » Il lisait cette phrase à voix haute puis, il s'est retourné vers moi et me dit « Je voulais mettre : *Du Tao*, mais je ne me le suis pas permis ». Hé oui, le respect implique aussi le « ne pas dire » !

« Suivre »

Bien regarder, faire attention, observer Vlady, ou aujourd'hui, observer le formateur, c'est ce que nous appelons dans l'École « suivre », lors d'une pratique de Tai Ji Quan ou de n'importe

quel cours de Chi. Suivre, c'est « ne pas dire », ne pas décrire comme le font les mots, c'est « faire avec » (quelqu'un), « en même temps », « conjointement ». C'est communier.

En pratiquant et en enseignant l'Art du Chi, nous jouissons d'un très grand privilège : celui de découvrir une relation très différente avec la vie. Notre attention envers elle est un rapprochement, une recherche de communion même, puisque cette vie est notre corps, nous-mêmes.

Paradoxalement, ce « suivre » est aussi l'occasion de découvrir notre bavardage intérieur. C'est ce qui gêne la communion. Car observer revient à s'observer, puisque ce que je vois dépend de mon regard. Mon regard qui est mon attention... teintée de mes intentions, conscientes et inconscientes. Suivre, c'est donc aussi une façon de découvrir peu à peu les idées reçues qui obstruent notre vue, notre ouïe, notre toucher et la compréhension que l'on pense avoir des choses, des êtres, de la vie.



Des spectateurs !

La simple attention, elle, implique une séparation d'avec ce qui est observé. C'est celle du scientifique dont le regard, rappelons-le, est celui de notre civilisation, qui aujourd'hui, est celui de toute la planète. Et c'est bien ce regard-là qui a formé le nôtre et qui a donc façonné notre esprit. Ce regard-là fait de nous des spectateurs.

Car ils sont spectateurs, ceux qui se mettent en retrait de la vie pour mieux l'observer (la position du scientifique); ils sont aussi spectateurs, les drogués aux sensationnalismes marchands, publicitaires, politiques, religieux, artistiques, médiatiques, et autres industries du divertissement. Observer la vie, c'est s'en éloigner. Irrémédiablement.

Notre société forme des spectateurs. Des spectateurs souvent insatisfaits et cherchant donc à devenir acteurs. La société propose quantité de moyens de le devenir, mais elle fait hurler la planète entière, car tous les chemins qu'elle offre tournent le dos à la vie. Les suivre ne comblera jamais le manque de vie de notre vie. En jugeant, en comparant, en évaluant, en argumentant, nous ne faisons que ce qu'elle nous a appris à faire : nous séparer. De soi, des autres, de la nature, de la vie. Elle nous maintient toujours dans le rôle du spectateur.

Une révolution

C'est en pratiquant et en enseignant l'Art du Chi que nous quittons notre condition de spectateur. L'Art du Chi nous permet d'aller dans la Vie. Et la vie, c'est à l'intérieur, en dedans de nous qu'elle se trouve. Là est la vie : moi, nous, tout. Là, il n'y a ni spectacles ni spectateurs, il n'y a même plus d'acteurs. Lorsqu'on y est, on n'est plus « face à », mais dedans. Nous sommes, c'est tout. Nul besoin de juger, d'évaluer, de comparer, d'argumenter... Impossible de parler, ni d'expliquer. L'Art du Chi tourne le dos à la direction vers laquelle toute la société regarde et progresse, irrémédiablement. Voilà pourquoi il est révolutionnaire.



Dedans, pas devant !

Très jeune, je me demandais comment l'homme avait bien pu déterminer ce qui était comestible de ce qui ne l'était pas. J'imaginai l'hécatombe des écerelés mangeant n'importe quoi tout comme celle des héros se sacrifiant pour la sécurité de l'assiette des autres. Hasard et nécessité, écrivait plus tard Jacques Monod ! Grâce à Vlady, l'exploration du Chi m'a permis de découvrir une tout autre perspective, loin de Monod.

C'est drôle, parce que je lisais récemment ceci : vétérinaire, Sabrina Krief, a commencé à étudier les chimpanzés en 1997, au Congo. Six singes dont la mère avait été abattue par des braconniers furent recueillis et éduqués par des humains. Lors de leur réintroduction dans la forêt équatoriale, à l'âge adulte, voilà ce qu'elle a observé : « Dès le premier jour, les chimpanzés ont été autonomes et ont mangé les bonnes plantes, alors qu'ils avaient été élevés aux bananes ». Et lorsqu'ils étaient malades, ces mêmes chimpanzés se sont nourris de plantes qui ne faisaient pas partie de leur régime habituel. Comme s'ils connaissaient leur pouvoir médicinal ! (Gabriel Combris – lettre Pure Santé – octobre 2017)

C'est bien cela que Vlady et la pratique du Chi m'ont fait découvrir : nous avons tout à apprendre, mais nous connaissons déjà tout. Il suffit d'y avoir accès. Pas facile à comprendre, car ceci n'est ni une incitation à la paresse ni un éloge rousseauiste. Nous avons tout à apprendre lorsque nous sommes devant les choses, lorsque nous en sommes séparés, lorsque nous sommes spectateurs. C'est alors une perpétuelle réaction au monde : on juge, on réfléchit, on compare, on est d'accord ou pas... Par contre, lorsque nous sommes à l'intérieur, lorsque

nous ne sommes pas séparés de la vie, nous savons tout ce qu'elle sait. Nous n'avons aucun besoin; on ne compare pas, on ne réagit pas. On agit, c'est tout. Et on agit juste.

« Nous n'essayons plus de nager à contre-courant ni de lui opposer une résistance. Nous nous laissons porter. Et si nous faisons quelque chose, c'est ramer dans le bon sens. [...] La vie est un vaste élan, un grand courant, une immense vague. Le drame de l'homme petit, de l'Homo minus, de l'Homo minabulus egocentricus, [...] c'est d'ignorer l'élan de vie. Alors il utilise son intelligence, sa volonté sa vie, pour lutter contre la vie. » Vlady Stévanovitch, La Voie de l'énergie (voir page 39).





Thierry Chastaing

Professeur délégué à la formation personnelle
France

Un peu d'organisation là-dedans !

La pratique de l'Art du Chi chemine en moi depuis 30 ans ; depuis le jour où Vlady m'est tombé dessus lors d'un stage de week-end à Genève.

Je vous partage ici un aspect majeur qui s'impose à moi depuis quelques années. Il s'agit de la perception « toute relative » mais finement intuitive que la pratique de l'Art du Chi me structure et m'organise intérieurement.

Toutes les cellules du corps se régénèrent en permanence et à des rythmes différents suivant les tissus. Mais globalement, nous avons été reconstitués totalement sur une période de 7 à 10 ans. Tout l'espace et toute notre structure interne s'organisent régulièrement dans un espace tridimensionnel (3D) et je ne doute pas que dans ce processus, les forces énergétiques du corps humain soient mises à contribution avec force...

Nous pouvons donc facilement en déduire que les exercices de mobilisation ou de manipulation (mot douteux) vont participer et soutenir concrètement tout ce processus de régénération permanente, vitale et évolutive.

(Attention : 3D n'est pas l'abréviation de : Dupont, Durant et Dudule)

Hééé, dépêche toi ; le cours 24 postures commence dans dix minutes !!!

... nous arrivons à l'heure et après avoir changé de tenue, nous nous retrouvons sur le tapis de sol plus ou moins moelleux. Après le rituel passage obligé « relaxation », nous voici en posture assise à ajuster notre posture comme un musicien accorde son instrument.

« Le Tan Tien serait donc le centre de notre espace intérieur, logiquement en 3D comme le reste au dehors. » Alors en toute innocence, nous ajustons repères : avant/arrière/tantien (première dimension), repères latéraux/tantien (deuxième dimension), tong/tantien/sommet (troisième dimension).

Eh bien, voyez vous, en prenant le temps d'observer finement les qualités de traçage de ces trois simples barres, j'ai pu « goûter » les influences multiples de leurs présences :

- l'ajustement postural de mon espace intérieur
- la façon différente pour chacune d'elle de m'inviter à me laisser façonner. (Attention, le monde entier tient grâce aux trois dimensions. On n'est pas dans du bricolage).
- la saveur corporelle que chacune délivre séparément, puis en association avec le Tan Tien.
- le déploiement et le renforcement du corps énergétique en association avec la respiration TanTiennienne et la connexion aux narines. La bulle est en 3D.
- le prolongement dans la ceinture de Chi et dans l'espace plus lointain.
- les possibilités de mobilisation énergétique qui en résultent - respiration équatoriale, sphère, petite circulation « céleste » (au passage).
- l'intégration conscience du pratiquant dans cet élan immense de la vie (cela me rappelle quelque chose).

Hola ! hola ! tu n'en fais pas un peu trop ?!

Je n'en fais pas assez, tu veux dire. Peut-être bien qu'en pratiquant ce banal exercice, je réactualise une des structures essentielles du corps... et peut-être même de mon être (il me semble bien avoir lu quelque part qu'il existait trois dimensions : corps, âme, esprit).

Ensuite, toutes les postures s'enchaînent autour de ce placement intérieur. Quelle intégration dans l'espace !... puis dans le groupe qui bouge en 3D autour de l'enseignant qui est le Tantien du moment présent.

Je vous invite sérieusement lors de votre prochain passage sur le Zafou à cliquer sur la mise à jour afin de télécharger la version : tantien.3.D.



Un exemple d'espace 3D avec du Chi au Centre Art du Chi Bourgogne



Christian Michel

Professeur délégué à la Formation personnelle
Belgique

27 années de pratique, que dire ?

Comme j'ai commencé jeune, je n'ai en fait pas tellement de recul... Que serais-je devenu sans la rencontre avec Vlady et la poursuite de la pratique ? Comment se serait réalisée cette soif d'Absolu ? Comment serais-je ici maintenant ? Serais-je plus ou moins ou différemment connecté à la Vie, au Bios (cf. livres de Vlady) ?

"La Vie mes enfants, la Vie" disait-il... et avant la manifestation de la Vie, qu'est qu'il y a ? Cette lumière dans laquelle Moâ (ou le Soi) baigne quand Moâ glisse dans l'eau profonde et mystérieuse du Tantien. Est-ce la Vie ? Est-ce qui précède la manifestation de la Vie ? Est-ce une présence lumineuse immuable dont le miracle de la Vie n'est qu'une réalisation parmi d'autres ?

Tu vois Ami Promonca, je n'ai que des questions, et encore... Je m'amuse un peu à les poser, je joue avec les mots.

Je ne sais rien !

Il y a quelques années, je savais mieux, j'aurais pu écrire un bel article.

Maintenant, j'aimerais bien, pour faire plaisir, mais je ne sais pas quoi dire.

Si je peux dire quelque chose quand-même, c'est que j'essaie d'être un artisan du rien, du vide.

J'essaie que quelque chose dans la pratique me fasse glisser en douceur, l'air de rien, dans cet état de rien, de vide, où tout est infini et plein.

Disons que je n'essaie pas, je me laisse faire, je ne sais pas, mais quelque chose sait.

Si je me laisse bien faire... ça glisse.

Et après ? Quand c'est fini ? Tu es comment ?

Le singe prend son temps, mais il redevient fou. L'homo externalis se réveille aussi et se venge parfois que je l'aie laissé tomber pour un autre espace... plus vaste que lui. Inacceptable !

Je me retrouve, petit à petit, aussi limité qu'avant ! Peut-être un tout petit peu moins quand même... A voir.

Mais au moins je sais que c'est possible, que peut-être j'y retournerai, que je disparaîtrai à nouveau dans la Lumière... Qui sait si ça se passera et comment ?

Les élèves qui me connaissent bien, mes proches, voient bien la différence entre le Christian pleinement dedans et le Christian moyennement dedans, voire pas du tout. Ils voient les incohérences.

Je ne suis pas toujours calme, doux, fort, gentil, aimable, aimant, centré, bienveillant, à l'écoute, motivé, courageux, connecté, en bonne santé...

Sans blague !

Ça ne m'empêche pas d'essayer, de tendre vers, malgré les chutes, d'avoir envie de faire un peu mieux.

En ce sens, il n'y a pas forcément incohérence.

Je crois que si, au départ, on est animé par un sincère élan de devenir meilleur, notre pratique sert cette orientation. Je crois que notre pratique peut aussi servir notre ego et renforcer nos travers.

Vigilance.

Est-ce que j'écoute vraiment quand on me parle ? Est-ce que j'utilise bien ma parole (non ça n'est pas du blabla ! La parole est aussi vibration) ? Est-elle apaisante ? Blessante ?

Suis-je capable de vivre en harmonie avec les autres ? Comment est-ce que je réagis quand je me sens agressé ou simplement bousculé ?

Un Tantien fort pour quoi faire ? Pour se centrer vraiment, se réunifier sur tous les plans, ou pour se faire croire qu'on est centré ?

Pour servir la Vie ? Notre soif de reconnaissance ?

Vigilance.

Quand Moâ est lumière, tout ça n'existe pas ! Moâ est, c'est tout.

A moins de demeurer en cet état, l'homo externalis (version rafistolatus en plus) va reprendre le dessus, et dans son monde, d'autres choses se révèlent.

Je crois que notre pratique riche et profonde peut n'être d'aucune aide à certains moments ! C'est à dire que ça sera de toute façon bon, ça fera du bien, mais ça ne changera pas certains fonctionnements demandant à être mis en lumière et pacifiés autrement. Il faut, je pense, avoir l'humilité de le reconnaître. Parce que ça n'est peut-être pas le bon moment, pas le bon plan vibratoire maintenant. Parce qu'il est des couches profondes, souffrantes, pleurantes... que notre pratique de qualité, malgré nos essais sincères, n'arrive pas à apaiser... Pour l'instant en tout cas. Parce que des mêmes schémas reviennent sans cesse malgré notre niveau avancé (qu'est-ce que veut dire "avancé" d'ailleurs ?). Parce que nous sommes incarnés en humains.

Je pense que tout ce qui peut aider à se libérer de ses poids est à prendre (pratiques autres, thérapies, démarches, vibrations d'autres guides...). L'explorateur du monde intérieur a besoin d'avoir les coudées franches ! Il a besoin de s'alléger, de retrouver toute son énergie pour franchir des paliers.

Ça se verra, même s'il n'a rien à montrer, dans la qualité et la profondeur de ses mouvements de Tai Ji Quan.

Notre école, son évolution, quelques réflexions...

Vlady était tellement fort qu'il était peut-être plus difficile d'avoir un fonctionnement circulaire.

Je trouve que Michèle a apporté cette touche circulaire, et beaucoup de simplicité. Aussi, la réalisation du centre international, même si ce fut un travail d'équipe avec de nombreuses personnes clefs aux bons moments, a pour moi démontré son ampleur, sa capacité à faire que ça marche, que ça soit. C'est superbe, on en profite tous. Franchement, Chapeau !

Voici ce qui figure sur mon site à son sujet :

« Michèle est une personne de grande qualité ! Sa présence simple, généreuse et joyeuse, nous invite nous-mêmes à nous simplifier et à aller à l'essentiel. A son contact, et l'air de rien, par delà nos résistances, opère une véritable transmission. Vlady Stévanovitch nommait cette transmission authentique « le Xy ».

Le rôle de Michèle, entre autres, est de transmettre et de protéger l'enseignement diffusé dans notre école.

J'adhère. C'est aussi le rôle de tous les enseignants et particulièrement des anciens. Je pense que c'est ce que je fais.

Dans le même temps, j'aime rester ouvert et curieux et ne refuse pas d'autres éclairages, dont certains ont engendré chez moi de vrais déclics.

Mais même s'il existe plein d'autres façons de faire, d'autres techniques qui pourraient nous être utiles et nous inspirer, à la fin, peut-on tout explorer ? Et bien ?

Protéger notre enseignement revient à nous imposer une sorte de discipline, une rigueur, une concentration sur notre façon de faire.

Qu'on le veuille ou non, c'est en répétant beaucoup, longtemps, que des dimensions nouvelles se révèlent.

Combien de fois, de nouvelles sensations, de nouvelles expériences, avec le même exercice ?

Qui peut affirmer avoir totalement maîtrisé l'exercice, la forme, et ne pas pouvoir aller plus loin ???

Il y a toujours un moment où le mental va nous faire croire que ça y est. Alors ça y est ? Vraiment ?

La discipline, contenant du mot "disciple", va nous aider à aller plus loin que ce que nous révèlent nos croyances, nos constructions mentales, nos limites du moment.

Ouverture, fluidité, vide... et discipline ! (Notez l'audace d'avoir utilisé trois fois ce mot, à connotation rigidifiante peut-être pour certains).

Je pense que ça n'enlève en rien la créativité personnelle, qui s'exprime naturellement quand on est connecté. Chacun s'y prend un peu différemment dans son enseignement. Nous sommes tous pareils, et différents. Les intuitions, les images, les mots justes... Se centrer et laisser venir.

Pour moi, le trésor essentiel de notre école, qui est arrivé par Vlady, et qu'il nous faut cultiver, c'est le Xy !

Tout le monde ne comprend pas ce que ça veut dire. C'est pourtant ça l'unicité de notre école. Il y a une transmission. Tout le monde ne comprend pas ce que ça veut dire...

Et toi ? Tu sens, tu comprends ?

Rester ouvert, trouver cette part de Soi qui a soif, de quelque chose de plus, de différent.

Rester ouvert à cette possibilité d'une transmission par delà la conscience.

Xy.

PS : je vous invite à lire, relire, en demeurant dans le Tantien, le chapitre consacré au Xy dans *La Biosophie* de Vlady (voir page 39)





Michèle Stévanovitch

Formatrice d'enseignants
Directrice de l'École internationale de la Voie intérieure
France

Les mots n'ont pas d'importance. Seuls les actes comptent !

Nous sommes des êtres de langage.

Nous avons développé de nombreuses façons de parler : on parle de tout et de rien... , pour un premier contact, pour ne rien dire, pour cacher une gêne ou notre mal-être, par politesse, pour briller, pour se faire remarquer, pour rigoler, pour fuir, pour convaincre ...

Mais aussi pour expliquer, pour réfléchir seul ou ensemble, pour travailler, pour transmettre des informations, pour toucher, pour tenter de se comprendre, pour aider à guérir ou pour faire du bien, pour collaborer ...

Lorsque l'on enseigne l'Art du Chi, nous cherchons les mots qui permettent de toucher le corps.

Notre travail s'adresse d'abord au corps, justement afin de calmer le mental, première étape.

Il s'agira pour l'enseignant de parler (car c'est indispensable) afin de produire chez l'élève l'action adéquate. Une action concrète, réalisée avec des muscles, le souffle, etc.

Ensuite, et parce que nous nous adressons à des occidentaux, nous cherchons à ce que la démarche fasse sens, c'est indispensable au début, notre mental a besoin de logique. Mais chacun se rend vite compte que ce n'est pas l'essentiel.

Le plus important sera que les mots choisis permettent d'agir juste mais aussi de communiquer par le corps, de réveiller et de transmettre quelque chose chez l'autre. Quelque chose de profond.

On pourrait dire que nous détournons le sens du langage ? Je dirais plutôt que nous en retrouvons l'essence, c'est-à-dire un vrai moyen de communication qui touche l'être dans sa globalité.

La manière dont nous parlons dans nos cours doit être un véritable travail, corporel. Des mots d'expérience, des mots qui touchent dans l'instant.

Quelques indices :

Notre parole doit être simple, claire.

Par exemple pour parler du Tantien, nous disons « la boule » Il n'y a aucune connotation derrière ce mot et la notion de boule parle au corps car nous avons tous pris une boule en main, cela correspond à une perception et/ou une action.

Le choix de nos mots doit traduire notre perception et en aucun cas une interprétation de nos perceptions. Exemple, nous disons dans une relaxation : « lourd » et non pas, « je sens que mon corps se détend ».

Nous favorisons chez les élèves le développement de perceptions propres sans imposer les nôtres. A cette fin, nous changeons souvent d'image. Il ne s'agit pas de répéter des mots, de reproduire des perceptions mais de les éveiller et à chaque fois elles seront nouvelles, c'est ce qui permet le développement de l'écoute intérieure.

L'apprentissage de l'écoute intérieure n'est pas évident au début car on ne sait pas ce qu'il faut chercher. Les mots doivent réveiller une réponse sensible. Changer les mots, changer les images... L'enseignant et l'élève apprennent à s'ouvrir de plus en plus, à ne rien attendre, l'écoute s'affine et les paroles, finalement, ne sont qu'un pâle reflet des perceptions.

Un beau discours bien construit, des images trop détaillées, des interprétations nous éloignent (nous et nos élèves) de notre recherche, nous éloignent de l'ici, maintenant.

Notre parole doit également porter l'intention que nous désirons placer dans notre travail ; équilibre, harmonie, bienveillance. Mais aussi concentration. Il faut donc que notre voix soit déposée sur notre Tantien, lui-même porteur de notre recherche. Il faut que notre priorité soit de rester centré.

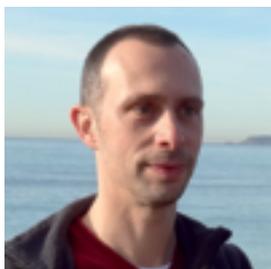
On pourrait développer, mais ne nous attardons pas trop sur le raisonnement, l'important c'est que quelque chose en vous comprenne. Que l'expérience des cours ressurgisse. Que votre présence intime se réveille.

On m'a souvent posé la question suivante : « Est-ce que le fait de parler en donnant cours ne te dérange pas dans ta pratique ou ton expérience ? » Justement non, car il n'y a pas de dissociation entre le ressenti et l'expression du ressenti. Il n'y a pas de réflexion mais seulement description. Le discours reste le plus proche possible de l'instant et de la réalité de la perception. C'est le corps qui guide, c'est l'action qui compte.

La parole va devenir un instrument d'action. Elle va nous aider à disparaître dans la vie même.



Les premiers outils pédagogiques
1988



Eric Sampol

Enseignant



Une expérience qui promet

A Lyon, l'union fait sens !

En 2018 ? Les enseignants innovent !

La première condition pour devenir enseignant est d'être « mordu ». Effectivement, les personnes qui font le pas, qui signent la Charte de l'École et entament la formation d'enseignants sont des mordus de l'Art du Chi.

Malgré tout, lorsque le moment se présente, créer des cours demande pas mal d'efforts : trouver une salle, trouver des élèves, donner les cours par tous les temps, souvent le soir, assurer la régularité... développer sa communication, recommencer chaque année, etc.

De plus, c'est en ville que l'intérêt pour notre travail est le plus vif. Normal, les citadins ont bien besoin de nos techniques ! Mais la plupart des enseignants vivent... à la campagne.

A Lyon, plusieurs enseignants se sont regroupés afin de reprendre et développer le travail d'un enseignant qui se retire. Deux Professeurs délégués à la formation personnelle apportent leur expérience et leur capacité d'organisation aux enseignants plus récents. Bel esprit d'équipe qui va tout à fait dans le sens d'ouverture et de coopération que l'École a toujours tenté de stimuler. Chacun apporte son dynamisme et les différentes approches se complètent et s'enrichissent. Et les élèves sont heureux et passionnés !

Eric vous raconte cette belle expérience à Lyon. Elle n'est pas sans rappeler l'expérience vécue à Marseille depuis plusieurs années. Une aventure similaire se prépare à Montréal.

Bravo les enseignants !! A reproduire, sans modération.

Michèle Stévanovitch

Un contexte propice au changement

Au début de l'année 2015, Albert Laurent décide d'arrêter définitivement son activité d'enseignant de l'Art du Chi à Lyon afin de partir voyager autour du globe. 10 ans de présence de l'Art du Chi à Lyon, 15h de cours par semaine, environ 130 à 150 adhérents par an dont les 2/3 pratiquent depuis plusieurs années !

J'étais, à ce moment là, président de l'association et donnais une soirée de cours par semaine depuis 3 ans en alternance avec Albert. Il m'a donc été naturellement proposé de reprendre les cours et la gestion de Tai Chi Lyon.

Cependant, ce n'était pas du tout dans mes projets. Il était hors de question de reprendre, d'une part une structure si lourde et d'autre part cela faisait plus de 2 ans qu'on essayait avec ma

compagne et ma fille de quitter Lyon pour les Alpes. Nous rencontrions cependant beaucoup de résistances et de difficultés dans la réalisation de notre projet familial.

J'avais pourtant en tête cet enseignement taoïste, que l'on découvre dans notre pratique de l'Art du Chi : agir dans le « non-agir », savoir écouter son intuition et accepter le courant de la vie. Car nager à contre sens est souvent perte de temps et d'énergie.

Albert propose alors à Thierry et Anne-Marie de reprendre l'enseignement à Lyon, mais pour eux aussi, cela s'avère compliqué de quitter complètement leur implantation en Savoie. Nous en discutons tous lors d'une réunion Promonca régionale...le temps presse, dans 4 mois Tai Chi Lyon n'aura plus d'enseignants...

Une proposition est alors émise par Thierry et Anne-Marie : pourquoi ne pas répartir la charge de la reprise en reprenant les cours à nous 3. Je ne crois pas que ce soit une simple idée mais vraiment une « Intention » comme on le dit dans l'Ecole. Probablement, du fait de leur expérience, ils ont senti l'intuition avant moi. Elle a fait écho dans mon Tantien. A ce moment là, je le sens dans la pratique quand je me détache du singe fou. Mon intuition me dit que le courant de la vie coule dans ce sens là malgré encore des résistances, des doutes, des projections du mental voulant absolument quitter la grande ville...



Sentir et suivre le flux de la vie...

Au mois de mai 2015, c'est décidé ! Nous formons un collectif d'enseignants pour reprendre les rênes de l'Art du Chi à Lyon. Tout semble couler, être fluide, c'est bon signe. L'entente avec Thierry et Anne-Marie est excellente, nous vibrons sur une même fréquence et nos nombreuses réunions permettent de faire sortir quelque chose de neuf et dynamique. En quelques mois Tai Chi Lyon devient une plateforme pour diffuser l'enseignement de l'Art du Chi à Lyon en proposant l'alternance des enseignants. Je donne les cours 2 semaines sur 3 et Thierry et Anne-Marie alternent avec d'autres enseignants en Savoie pour venir à Lyon toute les 3 semaines ! Je m'occupe de l'administration et d'être l'interlocuteur auprès des adhérents et des partenaires. Je quitte mon poste de Président, nous changeons les statuts pour faire émerger une nouvelle façon d'administrer l'association tout en impliquant des élèves motivés ou des futurs Promoncas. La grande expérience

de Thierry et d'Anne-Marie est évidemment un Atout majeur, mais au delà de ça, c'est la mise en commun de nos intentions qui nous a permis de faire émerger des idées novatrices et d'articuler le fonctionnement de TCL à plusieurs. La répartition des tâches prend en compte évidemment l'aspect financier car il faut pouvoir en vivre... La gestion et les cours demandent un véritable temps plein et beaucoup de disponibilité.

Les élèves sont ravis de la reprise, c'est un nouveau souffle pour Tai Chi Lyon. La 1ère année nous avons également intégré Ivola Demange (qui a rejoint les cours cette année) et Pierre Mabboux dans notre programme de stages en week-end. Les élèves choisissant de pratiquer sous forme de journées mensuelles en week-end peuvent rencontrer jusqu'à 5 enseignants. C'est une grande richesse pour eux mais c'est aussi un signe de la vigueur de l'enseignement de l'Art du Chi sur Lyon. Nous avons également mis au point, sous l'impulsion d'Anne-Marie, un outil de suivi des cours et stages vraiment efficace qui nous permet d'assurer une continuité et une harmonie dans l'alternance de l'enseignement. A l'assemblée générale, les élèves partagent leurs impressions de nous sentir unis dans l'enseignement.

Se réunir pour partager, proposer, discuter et rire un peu permet de faire naître des idées, de les enrichir et de les concrétiser. C'est la mutualisation de nos Tantiens qui a permis de donner ce nouvel élan. Il y a là quelque chose qui nous dépasse, notre pratique est si profondément collective.... Chercher la fluidité, être à l'écoute les uns des autres et engager tout notre corps dans le projet... Bref, être en accord avec ce que la pratique de l'Art du Chi nous enseigne.



Accepter la Voie telle qu'elle se présente

A titre personnel, c'est pour moi une grande chance et une grande joie de pouvoir m'immerger complètement dans l'enseignement. Je n'ai pourtant jamais voulu enseigner mais j'ai toujours eu la claire et profonde intention de suivre la Voie. La pratique emplit quotidiennement ma vie depuis plus de 10 ans maintenant.

Tout me pousse à rester à Lyon depuis des années, je décide de me laisser aller dans ce flux... Quelques mois plus tard, nous trouvons avec ma compagne une maison dans un village perché dans une magnifique vallée à 30km de Lyon ! Un endroit où toute la famille a enfin l'envie de s'enraciner...

Parfois en cours, présent dans mon Tantien au milieu d'une quinzaine de pratiquants, je ressens un puissant sentiment d'être ici et maintenant à ma place, profondément reconnaissant d'avoir reçu cet enseignement. Pouvoir à mon tour devenir un petit maillon de la transmission. Participer à faire passer l'enseignement au-delà de cette époque de troubles où l'Homme a perdu son Centre et son lien sacré à la Vie...Voilà ma vie qui prend alors tout son sens.





Une souscription, une tombola !



Chaque rencontre avec Vlady a été une histoire personnelle. Celle de Jean-Paul Duchêne est décrite dans son livre intitulé : *Le Son de Vie*
Si vous voulez découvrir cette belle histoire, **une souscription est ouverte jusqu'au 30 mars 2018** :

<https://www.veps.fr/blog-actu-veps-chi/106-livre-le-son-de-vie.html>

En 2018, pour fêter les 30 ans de l'École, une tombola...

Ce n'est pas tout ! Dans le cadre des 30 ans de l'École, la société V.E.P.S. offre un émetteur dernière génération au gagnant !

- Chaque souscripteur bénéficiera d'un n° de tombola.
- Chaque inscription à un stage (un jour minimum) dans un des 4 centres de formation entre le 1^{er} février 2018 et le 30 mai 2018 donnera lieu à un n° de tombola.
- Chaque enseignant de l'École (liste sur le site) recevra 4 numéros de tombola à distribuer (tirage au sort ?) à ses élèves.

D'autres prix sont prévus, comme un stage de 4 jours avec Karine Taymans au Centre Belgique, un stage de 4 jours au centre Pierre Boogaerts, un stage de 4 jours au Centre International, etc.

Le règlement de la tombola paraîtra prochainement sur les sites des centres de formation de l'École (voir page 39)



Le stage d'été au Centre International

du 7 juillet au 9 août 2018

semaine 1

du samedi 7 au jeudi 12 juillet

4 Formateurs + 1 ...



Durant cette première semaine de festivités autour des 30 ans de l'Ecole, les quatre Formateurs d'enseignants seront réunis (voir page 30).

Michèle annoncera également la nomination d'un 5e Formateur !

Thème de la semaine : **Lâcher et recevoir**

Les Formateurs d'enseignants vont chacun nous faire toucher à une expression particulière de l'Art du Chi.

A chaque participant de lâcher ses acquis afin de s'ouvrir et ainsi de recevoir les richesses de plus de 30 ans de travail.

semaine 2

du samedi 14 au jeudi 19 juillet

Spéciale Enfants

En présence de Christian Michel et Thierry Chastaing, Professeurs délégués à la Formation personnelle. Avec la participation des enseignants expérimentés de l'Ecole.

Durant cette semaine, les enfants sont bienvenus. Des activités seront prévues pour eux durant les heures de cours avec Corinne, notre animatrice enfants.

Chaque jour, un enseignant de l'Ecole proposera une séance découverte de l'Art du Chi adaptée aux enfants (de 2 à 12 ans). Une approche ludique et plus courte (45 minutes), en plein air.

Thème de la semaine : **Détente-Action**

La détente est le point de départ de notre travail. Qu'il s'agisse du travail au sol ou des mouvements, l'action juste et simple dépend de notre capacité à lâcher les muscles, lâcher le mental...

Chaque enseignant interprétera le thème afin de vous permettre d'élargir votre approche.

semaine 3

du samedi 21 au jeudi 26 juillet

En présence d'Anne-Marie Vessylier, Professeure déléguée à la Formation personnelle. Avec la participation des enseignants expérimentés de l'Ecole.

Thème de la semaine : **La présence centrée**

Le centre du corps, le Tantien, va devenir le point d'appui de toute action. La répétition inlassable des exercices, de notre attention, de nos mouvements va nous permettre de « devenir » Tantien.

Le Tantien devient alors le centre de l'univers...

semaine 4

du samedi 28 juillet au jeudi 2 août

Avec la participation des enseignants expérimentés de l'Ecole.

Thème de la semaine : **Eveiller les mains**

Par les auto-massages, la relation avec le Tantien, la respiration et les mouvements de Tai Ji Quan, nous allons transformer nos mains en antennes souples et sensibles.

« les mains... les mains... les mains » disait Vlady !

semaine 5

du samedi 4 au jeudi 9 août

Avec la participation des enseignants expérimentés de l'Ecole.

Thème de la semaine : **Déployer la respiration**

Quel bonheur de découvrir la respiration libre en partant de la détente ! Aucun effort, retrouver le simple plaisir de respirer. Tout le corps en bénéficie et s'ouvre avec gourmandise.

Quelques références citées dans les articles

Vlady Stévanovitch, *La voie du Tai Ji Quan - L'art du Chi*, Éditions Dangles, réédition 2008

Vlady Stévanovitch, *La voie de l'énergie.*

L'éveil et le développement du chi, ou énergie vitale.

Éditions Dangles (épuisé, réédition en cours par le CIVS)

Vlady Stévanovitch *La Biosophie*, Collection Bouteille à la mer, 1987.

Les Centres de formation d'enseignants

Centre International Vlady Stévanovitch

(France)

Formatrice : Michèle Stévanovitch

tél.: +33 (0)4 92 63 25 54

stevanovitch@artduchi.com

www.artduchi.com

stage d'été : du 7 juillet au 9 août 2018 (voir p. 29)

Centre Vlady Stévanovitch

Québec

Formateur : Pierre Boogaerts

tél.: au Québec (sans frais) 1-888-922-1146

tél.: +1 (819) 826-2020

centrepb@artduchi.com

www.artduchiquebec.com

stage d'été : du 21 juillet au 16 août 2018

Centre Vlady Stévanovitch

Portugal

Formateur : Fabien Bastin

tél.: +35 (1) 289 793 984

telm.: 96 468 4594

centrealgarve@artduchi.com

www.taichievi.byethost13.com

stage d'été : du 28 juillet au 23 août 2018

Centre Vlady Stévanovitch

Belgique

Formatrice : Karine Taymans

tél.: +32 (0)67/87.84.44

karine@artduchi.com

www.cvsb.be

Le stage d'été 2014 au Centre International
avec les 4 Formateurs



© Pierre Boogaerts