

Tantien Mag.

BULLETIN DE L'ECOLE DE LA VOIE INTERIEURE – AVRIL 2005

SOMMAIRE

Editorial

En vue :

- « La guérison est possible » p. 2
- « l'Art du Chi à la maison
d'arrêt de Bonneville » p. 3

La rubrique de Vlady :

- « L'Art du Chi » p. 5

L'Ecole et l'enseignement :

- « chaque jour » p. 6

Les centres de formation p. 7

L'EVI dans le monde p.10

- la France p.11
- le Québec p.12
- la Belgique p.12
- la Suisse p.13
- l'Ecosse p.13

Le site internet p.14

Le Fonds de Solidarité p.15

La boutique p.16



ÉDITORIAL

Le bulletin est relancé.

Il est plus particulièrement destiné aux Promoncas et sera donc plus professionnel.

Il ne contient pas l'agenda des stages que vous trouverez sur internet.

C'est à nous de l'enrichir et de l'améliorer.

Au-delà des différences et des distances, il est notre organe de liaison autour de l'Art du Chi.

EN VUE...EN VUE...EN VUE...EN VUE...EN VUE

La guérison est possible...

Je sentais qu'il y avait autre chose que des prothèses de hanches pour guérir mon arthrose.

Donc, j'ai fait le choix d'écouter ma petite voix et j'ai annoncé à mon médecin que je n'irai pas me faire opérer.

Presque deux ans plus tard, je me suis retrouvée en Provence chez des gens qui font une pratique qu'on appelle Tai Ji Quan. Je ne connaissais rien de ce travail, mais je me suis directement inscrite pour huit semaines de stage.

Comme je suis Suisse Allemande, je ne comprenais pas toujours bien ce que Michèle et Nicole nous disaient de faire. Mais oh ! surprise, j'ai quand même tout de suite senti cette boule dans mon ventre. Grâce à la perception de mon



Tantien et les différentes techniques qu'on m'enseignait, je pouvais immédiatement influencer mes tensions musculaires et surtout soulager ma douleur. Cela me paraissait tellement extraordinaire de ne plus être victime de ma maladie !

Même si l'apprentissage des mouvements de Tai Ji Quan était très difficiles et me provoquait encore plus de douleurs, je sentais qu'il y avait là quelque chose qui pouvait m'aider à guérir.

Quelques mois plus tard, je me suis installée près du Centre et toute mon attention a été orientée sur la guérison de mon arthrose de hanche. J'ai eu la chance de pouvoir travailler avec les sons de Vlady. Grâce à ces sons régénérants tout allait plus vite !

Au bout d'environ un an de travail intensif, je commençais à pouvoir marcher des petits bouts sans douleurs.

Quel bonheur et aussi quelle panique ! Oui : la peur de guérir était grande. Je ne pouvais pas m'imaginer qui je serai sans cette maladie....

Mais j'ai continué de travailler tous les jours le Chi et le Tai Ji. Je pleurais et je rigolais souvent. Une force en moi me poussait vers l'avant et elle était heureusement plus forte que les peurs et les habitudes de la souffrance.

Petit à petit, j'ai retrouvé la confiance dans mes jambes et tout mon corps commença à se libérer de ses tensions et de ses peurs.

Ça fait cinq ans que j'ai fait le premier stage. Depuis peu de temps j'enseigne, et c'est vraiment « bon » de pouvoir transmettre toute cette beauté que j'ai reçue. De voir la transformation rapide chez les élèves me motive toujours à nouveau et m'aide à intégrer le travail encore différemment.

Aujourd'hui, je vis sans douleurs si je m'écoute et me respecte.

Cet été, j'ai beaucoup marché à la montagne et ça m'a rempli de joie et de gratitude de pouvoir redécouvrir la beauté de nos montagnes. Comme c'est bon de pouvoir marcher

Oui, grâce au travail de l'Art du Chi et d'autres thérapies, j'ai retrouvé le bonheur de bouger librement et je recommence à vivre.

Merci à tous mes amis et mes professeurs d'avoir été là, au bon moment, pour m'aider à faire le prochain pas.

Et surtout merci à toi, Vlady, pour tout ce que tu nous donnes.

Donc, croyez en vous et écoutez la petite voix !

L'avis du médecin

La dysplasie spondylo-épiphyssaire fait partie des ostéo-chondro-dysplasies, appartenant aux maladies dites "orphelines", car très rares et de ce fait n'intéressant que très peu l'industrie pharmaceutique. Il s'agit d'une anomalie de la structure du cartilage et de l'os, génétique, touchant principalement les vertèbres et les extrémités des os longs. La maladie peut être découverte dans l'enfance ou plus rarement au début de l'adolescence.

Elle entraîne une déformation des os, qui conduit en général à une taille réduite et à des atteintes secondaires qui se traduisent essentiellement par de l'arthrose (atteinte dégénérative de l'os et du cartilage). La maladie est considérée par la médecine universitaire comme non guérissable, et on la traite de manière symptomatique, en agissant sur la douleur par des antalgiques et des anti-inflammatoires et en recourant lorsque c'est nécessaire à la chirurgie orthopédique, ce qui implique bien souvent une ou des prothèses.

Dr Fabrice Jordan

L'Art du Chi à la maison d'arrêt de Bonneville

Vendredi 17 Septembre 2004

8 h 10, je me rends à la maison d'arrêt de Bonneville pour faire ma première séance sur les 10 programmées au quartier Femme. J'ai environ 40 minutes de route et j'en profite pour travailler la petite boucle de protection avec le CD de Vlady. Feu Rouge, repère avant, Feu Vert, repère arrière... Heureusement c'est juste une révision ! Mais le travail se fait, le Chi tourne pendant que je roule.

Arrivée à la Maison d'Arrêt, on me fait rentrer à travers toutes les portes, les sas de sécurité (très impressionnant le bruit et l'ambiance, je n'étais jamais allée dans ce type de lieu !) Une "légère grosse" angoisse me monte à la gorge et j'interroge les gardiens sur la façon de sortir lorsque le cours sera terminé ! Rien de rassurant, ils me proposent environ 3 numéros de téléphone sans être d'accord entre eux. Pas de panique, Tantien es-tu là ? on verra bien !

Puis, je découvre la salle... Glauque, c'est la description qu'on m'en avait faite. Ils ne se sont pas trompés, glauque, petite,

encombrée de matériel de musculation, de table et de chaises, sombre, pas d'ouverture, carrelage au sol. Ah ! Heureusement, un brin de chaleur ramené par un peu de lambris sur un des murs me fait remarquer une gardienne !

Nous prenons notre courage à deux mains, et les gardiens m'aident à tout mettre sur le côté avant que les femmes n'arrivent. Elles sont 7 (sur 20 possibles). Nous devons limiter le cours à 8 car la salle ne peut contenir plus. Elles s'installent sur leur couverture, seul matériel autorisé. Bonjour, sourire, courte présentation. Tout baigne ! Tous mes a priori, toutes mes peurs tombent. Elles sont calmes, motivées, elles adhèrent totalement à ce que je leur propose.

Pas de blabla (a dit Michèle ...), nous nous allongeons pour travailler le déroulé du dos. Puis automassage du visage, respiration abdominale. Abdos sur le dos. Roulé sur le côté pour se relever.

Puis, assises sur nos couvertures pliées, nous nous lançons dans le massage des mains après avoir travaillé et trouvé notre axe vertical. Elles sentent le Chi ! C'est gagné !

Debout, placement de la posture du cavalier, les bassins, l'axe, les pieds, elle suivent ... Tout va bien ! Et quelques "onze".

Une grande première pour moi, dans le 2^{ème} des onze, j'ai senti que je les ramenaient toutes vers le centre par mon tantien ! Incroyable ! Je les sentais toutes connectées ! Une grande joie m'envahit ! On continue, un peu d'équilibre avec "la marionnette". Pas mal du tout ! Puis la fin du cours arrive. Je leur demande de partager quelques impressions. Voilà ce qui a été dit :

- "J'ai oublié où j'étais."
- "Je me suis sentie dans un autre univers."
- "Enfin j'ai eu chaud, je suis frigorifiée dans les cellules."
- "C'est merveilleux ce qu'on sent entre les mains."
- "Je n'ai jamais fais des trucs pareils, mais c'était bien, je me suis sentie bien, je reviens vendredi prochain."
- "Je vais essayer de refaire des trucs pour retourner à l'intérieur, je pense que ça peut m'aider quand ça ne va pas après une crise."

Je leur annonce la fin du cours ; sur certaines, le visage change d'un seul coup, les sourires tombent.

Je leur propose de refaire quelques petits exercices, massage du visage, massage des mains, respirer avec le ventre et écouter, sentir ce qui se passe dans le corps et retrouver cet état. Notre objectif pour les prochaines séances, trouver notre "maison" intérieure : le Tantien. Là où on peut se connecter lorsque c'est nécessaire.

Conclusion :

Elles ont raison. J'ai eu l'impression d'être dans une bulle, hors du temps, et hors du lieu. Nous étions ensemble ! Et nous avons senti le Chi. Même dans un lieu aussi difficile, le Chi circule entre les êtres humains. Le Chi c'est nous ! J'ai déjà expérimenté l'animation d'adolescents dans des centres de vacances très pauvres au niveau du confort matériel. J'ai pu remarquer que les relations entre les personnes n'en étaient que plus fortes. C'est un peu ce que je retrouve ici ! Le Chi est comme renforcé par les conditions difficiles. Nous sommes obligés d'aller à la source ! Nous !

Je suis ravie de pratiquer dans des parcs avec des arbres centenaires en contact avec la nature.

Je suis également ravie de pratiquer avec les êtres humains qui laissent émerger toute cette énergie de vie lorsque l'environnement est aussi difficile.

Je souhaite que chaque séance se déroule à la hauteur de celle-ci.

Isabelle Wilhelm



La rubrique de Vlady

L'Art du Chi

Le code de déontologie des médecins est formel et explicite. Dans son article 39, paragraphe 2 , il est dit :

« Il serait indigne d'un médecin de se livrer à quelque tromperie que ce soit et de quelque manière que ce soit, comme par exemple :...prétendre soigner par des ondes ou des radiations mystérieuses (par le « magnétisme »).

Et pourtant, ces ondes, ces radiations et ce magnétisme, nullement mystérieux, constituent le fondement même d'une civilisation bien plus ancienne que la nôtre. Le Chi, (le Qi), est l'élément essentiel de la médecine orientale, de tous les arts, de toutes les activités humaines et même du langage, où de très nombreuses expressions se réfèrent au Chi.

Dans nos pays, devant des résultats incontestables comme des opérations à coeur ouvert sous anesthésie par acuponcture, force a été d'admettre l'acuponcture dans l'arsenal médical et même de l'enseigner dans les universités, depuis peu. Force a été aussi d'admettre la notion de Chi comme hypothèse de travail purement théorique, en attendant de trouver comment expliquer l'acuponcture par des principes conformes aux postulats de notre science. Aussi, à l'**UNIVERSITE**. On n'enseigne pas aux futurs médecins acuponcteurs l'art du Chi mais les ahurissantes théories des cinq éléments, des sept vents, la numérogie et mille autres choses relevant de superstitions, qui n'ont rien à voir avec la pratique de l'acuponcture.

Et puis, il y a aujourd'hui la toute puissante opinion publique. Conditionnée par l'information médiatique.

On sait tout aujourd'hui, on est au courant de tout, on veut tout savoir, on veut tout essayer. Ce que les médias vendent le plus facilement, c'est le spectaculaire, le sensationnel, le jamais vu.

Ce sont donc les arts martiaux orientaux qui ont, les premiers, occupé la scène tout de suite après la guerre. Le Chi se fauillait en catimini dans les salles de gymnastique qui ne s'appelaient pas encore des dojos.

Malgré le rapide développement des arts martiaux d'origine japonaise, il a fallu attendre l'apparition des arts chinois sur les marchés occidentaux, pour que, avec le Tai Ji Quan et plus récemment avec le Qi Gong, la notion de Chi réveille un peu la curiosité du public.

Les sons et l'enseignement

Le travail de Vlady sur les sons est en pleine évolution. Sans cesse, ils sont modifiés, affinés pour toucher au plus près le but à atteindre. Les réactions face à ces sons changent aussi. Patientons encore un peu pour leur utilisation.

C'est clair, l'occident a pris connaissance du Chi par un procédé exactement inverse à la naissance et au développement de la recherche qui a fait du Chi l'élément essentiel de tous ces arts dont nous n'avions reçu que la forme extérieure. Les occidentaux ne font qu'entrevoir le Chi par le Tai Ji Quan et le Qi Gong, qui sont, en fait, des applications concrètes et partielles du grand Art du Chi. Au même titre que l'acuponcture, la calligraphie, le shiatsu, le théâtre No, l'art du tir à l'arc et tant d'autres choses dont on n'aura rien compris si l'on ignore le Chi.

Ce ne sont pas les mouvements des bras et des jambes du Tai ji Quan et du Qi Gong qui génèrent et développent le Chi.

C'est la maîtrise du Chi qui en fait un art corporel incomparable.

Ce n'est pas le maniement habile du pinceau qui imprègne l'œuvre de ce quelque chose qui la rend incomparable.

C'est la maîtrise du Chi qui fait du mouvement du pinceau un geste créateur du sublime. L'art sublime, l'art transcendant, c'est l'Art du Chi. Tout le reste en découle, tout le reste en est issu.

Et, comme tous les arts, l'Art du Chi comporte des techniques sans la maîtrise desquelles, tout reste au niveau de l'imagination et du rêve. On reconnaît le grand artiste à son talent, mais la technique est la même pour tout le monde et elle ne s'acquiert que par le travail. Quotidien, assidu, inlassable, obstiné...

Vlady Stévanovitch



Son chargé de Chi

L' Ecole et l'enseignement

Chaque jour

Cela fait maintenant près de 25 ans... Cette première rencontre et cette conviction immédiate : « c'est ça ».

Quoi ? Je n'en sais rien ou plutôt, cela ne s'exprime pas en mots.

Mais je le vis depuis chaque jour, dans chaque pratique, dans chaque cours. La même certitude.

A l'époque, Vlady m'a donné la chance de le suivre. Tous les jours, dans la forêt de Soigne, je le suivais. Il pratiquait les 127. Je suivais sans connaître, sans m'y retrouver, sans paroles. Pendant 2 heures... Depuis et encore.

Il m'imprégnait, je recevais.

C'est encore toujours ce point de départ qui agit en moi. C'est cette source apparemment inépuisable qui me guide lorsque j'enseigne, lorsque je décompose, lorsque j'explique, même la logique.

C'est là que je veux en venir.

Combien de fois ai-je entendu : « Ah ! , Ça a changé ? ».

Evidemment, lorsqu'on aborde les choses de l'extérieur, ça a changé !

Pour moi, rien n'a changé. Je fais une lecture, une lecture de plus en plus fine de ce que Vlady a déposé en moi.

Je ne fais pas une démarche mentale, je n'essaie pas de correspondre à une logique. Je décris une perception, une évidence vivante, donc, qui évolue

Je ne suis pas encore sûre que je me fais bien comprendre.

Ce n'est pas moi (ou mon Tai Ji Quan) qui évolue, c'est ma lecture qui s'affine, mon corps qui laisse mieux jaillir la chose.

Je ne change rien, je n'y vois aucun intérêt, je n'ai pas encore fini la lecture !

Je sais que c'est une chance immense qui se prolonge encore aujourd'hui.

Car il y a cette présence constante qui fait que chaque jour, près de lui, je peux demander, montrer, vérifier. Suis-je sur la bonne route ? Chaque détail, chaque perception, chaque compréhension nouvelle, nous les vérifions ensemble, chaque jour.

Depuis 25 ans.

Merci Vlady.

Je considère cela comme un cadeau inestimable que je ne demande qu'à donner. Comme lui, j'espère avec autant d'enthousiasme, autant de patience et de joie intarissable.

La Fédération Européenne

Promoncas européens et élèves de L'Ecole se sont désormais regroupés au sein de la Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Energétiques (FEQGAE). Celle-ci se développe (4584 licenciés en 2003, 5887 en 2004) et nos 1000 licenciés de cette année 2004/05 contribuent beaucoup à cette croissance.

Les centres de formation

Le Centre International Vlady Stévanovitch

Le Centre est composé d'une équipe dynamique mais à qui s'adresser ?

Christine est chargée de tout ce qui est administratif, inscriptions au stages, fichier CIVS, Promoncas,

Dany s'occupe des salons, de la boutique et assiste Vlady.

Mais si vous acceptez de ne pas passer par la tête, car par là on ne reçoit que le raisonnement, ce qui est visible, compréhensible tout de suite. C'est à dire déjà dépassé et dépourvu de vie.

Le corps peut recevoir beaucoup plus et très vite. C'est la lecture qui prendra toute la vie.

Bonne lecture !

Michèle Stévanovitch



A retenir

11 et 12 juin 2005 : journées de la FEQGAE à Paris et le 12 à Aix en Provence

Michèle défend la reconnaissance de notre pratique pour les examens. Lors de la première session qui a eu lieu en septembre, Jean Aubaile a été reçu et Anne Gérard a obtenu l'épreuve pratique mais doit repasser l'épreuve théorique.

Pour des renseignements et les dossiers d'inscriptions, voir le CIVS.

Avec Dora, elles gèrent la bonne marche des stages et s'occupent de la publicité.

Nathalie assure la mise à jour du site internet du CIVS.

Enid est partie vivre le grand amour au (à) Québec...



Entendu dans les couloirs du CIVS :

« quand on a fait le mât, j'ai failli mettre les voiles ; heureusement, grâce au point d'aimance, mon chi chargé de li yu a pu remonter jusqu'au lu, et là, en appuyant sur le pneu et le tonnelet, j'ai enfin pousser le ÔM ! »

Le Centre Vlady Stévanovitch de Paris

Les stages « méthodes d'enseignement » au Centre Vlady Stévanovitch Paris

Après plusieurs années d'enseignement en stage intensif, j'ai redécouvert les cours hebdomadaires tous niveaux ...et le plaisir de guider les premiers pas, pas à pas, tout au long d'années successives. De là sont nés les stages « méthodes d'enseignement ».

L'école est riche d'un nombre incroyablement grand de techniques touchant tous les aspects de notre pratique, ce qui permet de s'adapter à tous les publics et de varier ses cours, donc de conserver l'intérêt des élèves.

Chacun de ces stages regroupe quelques uns des principaux thèmes qui font partie du programme des deux premières années : le tantien, l'enracinement, les mains, la respiration et la relaxation, et bien sûr, l'apprentissage des mouvements et les notions qui y sont liées.

Les candidats ou moniteurs en formation revoient avec moi (en les pratiquant !) les différents exercices qui servent à enseigner ces bases. Parfois nous nous amusons à mimer les erreurs les plus courantes que font les élèves et nous apprenons à les corriger .

Puis nous préparons ensemble plusieurs cours autour du thème choisi : d'où l'on part et où on souhaite guider les élèves et quels sont les outils adéquats pour y arriver. A ce stade chacun enrichit les autres autant par ses erreurs que par ses succès.

Enfin, ceux qui le désirent, s'entraînent « pour de vrai » en me remplaçant lors d'un cours au centre. J'y suis présente et nous revoyons ensuite ensemble les points à améliorer....et les points satisfaisants !

En résumé : posséder à fond son sujet pour pouvoir guider l'élève d'une main sûre.



Les 5 formateurs avec un sourire pas seulement intérieur !

Nicole Bernard

Le Centre Vlady Stévanovitch en Belgique

Bonjour les amis,

Sous le ciel pur de Belgique, nous lançons nos cours avec enthousiasme... et il en faut pour « allumer » les gens.

Comme me disait un jour Mister V. :
« si tu veux allumer la flamme chez

quelqu'un, toi, tu dois brûler ! »

Alors on y va, on s'ajuste au fur et à mesure, et on cherche une salle à louer au mois pour en faire un centre efficace, idéalement dès septembre 05.

Nous renonçons à acheter car les prix des salles à Bruxelles semblent définitivement hors de notre portée, « ils sont fous ces belges » (sauf avec un gros coup de chance... c'est pas interdit).

Bon, il est déjà temps de vous laisser, je vais aller coller des affiches...

hé oui, il faut se bouger pour que ça bouge, sous le ciel bleu de Belgique (vous n'allez pas le croire : il pleut).

A chaque affiche posée... Yaaaah, je concentre les rayons de ma volonté au bon endroit et j'y appuie mon intention : « Viens ! »

A bientôt.

Christian Michel

Le Centre Vlady Stévanovitch au Portugal

4 septembre 2004 : Le nouveau **Centre Vlady Stevanovitch Portugal** accueille son premier stage.

Ce stage n'était pas prévu au centre car nous savions qu'il ne serait complet qu'en novembre. Mais, par la force des événements, nous l'avons fait : un cabinet et un lavabo installés provisoirement et un bidon d'eau à côté ; le sol de la salle cimenté et par-dessus une toile qui sert à faire de l'ombre en été. Un minimum mais qui a été parfaitement suffisant vu la situation favorable dans lequel s'est déroulé le stage.

Les ouvriers étaient partis en vacances juste en septembre, pas une goutte de pluie, les grands caroubiers et oliviers nous ont permis de faire du Tai Ji et du chi dehors et en face de l'océan.

Enfin, tout s'est déroulé pour le mieux et l'hébergement dans les alentours a satisfait pleinement les stagiaires.

Situé sur un **terrain de 3 ha**, le Centre se trouve dans un environnement typique de la campagne de l'Algarve, au milieu d'amandiers, de figuiers, d'oliviers et caroubiers pluri centenaires.

Un abri de 120 m², en cours de construction, complètera la salle de 45 m². L'accès est facile (27 km de Faro, 180 de Séville), la mer est à 2,5 km. Comme hébergement, 2 chambres (à 2 lits et 4 lits) et un camping de 12 places dès juin. On vous attend !

Fabien Bastin

Les stages d'été 2004 en France, au Québec et au Portugal se sont bien déroulés.

A Oppedette, il y a eu :

266 participants (30 de plus qu'en 2003)

68 débutants

95 promoncas (30 de plus qu'en 2003)

2005, on peut faire mieux !



Tai Ji sous un olivier de 300 ans

Le Centre Pierre Boogaerts au Québec

L'Ecole-Québec grandit bien. Il y a de nombreux "postulants et postulantes", jeunes et plus âgés, tous très engagés; cela fait plaisir à voir... et c'est une joie de travailler avec eux. Le travail fait au Centre PB pour le rayonnement de l'Ecole est "colossal". Il faut dire que nous sommes beaucoup aidés par Jaafar et Asmaa, deux candidats qui sont maintenant "permanents" au Centre.

Pierre Boogaerts

Nouveau !

Pour la première fois dans l'Ecole, un coffret de 10 CD sur le chi !

Il s'agit d'enregistrement de cours de chi donnés par Pierre Boogaerts lors des stages d'immersion : 12 h de cours pratiques et un livret explicatif.

Pour tous niveaux.

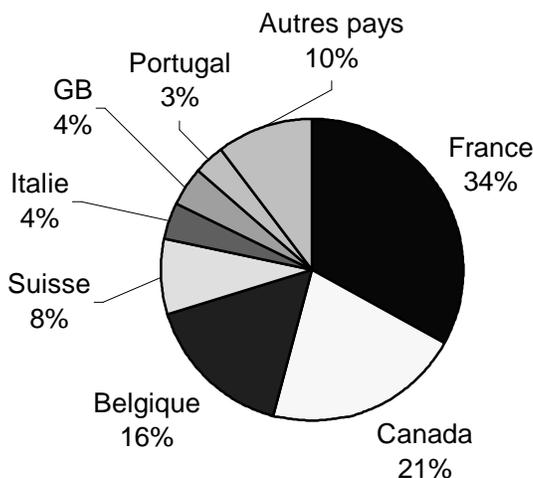
Renseignements sur :
www.tantien.com/centrepb



L'Ecole de la Voie Intérieure dans le monde

Elle est représentée par 290 Promoncas répartis dans 20 pays à travers le monde.

Répartition des Promoncas dans le monde



Autres pays :

Ukraine
Nouvelle-Calédonie
Inde
Croatie
Crête
Togo
Luxembourg
Australie
Allemagne
Israël
Danemark
Andorre

ETE 2005 : Vlady a 80 ans !



Pour cet anniversaire, six semaines de fêtes cet été au CIVS, avec comme thèmes : **Chants, sons, dansons**

Les idées ne manquent pas. En voici quelques-unes : Un gâteau par semaine, des sketches, la chanson du stage, des costumes nationaux, le défilé des animaux (singe, coq...), etc.

Pedro et Martine les coordinateurs français, attendent vos idées...

La France

Nous sommes les plus nombreux ! Normal, me direz-vous, nous avons Vlady et le Centre International...

L'éloignement géographique est un frein à notre cohésion mais nous avons la chance d'avoir les stages de formation au Centre, qui nous permettent de nous retrouver et d'échanger. Nous gardons un lien grâce aux courriers réguliers de l'association nationale.

Bienvenue à

Noam né le 28/12/04
Maïeul le 18/09/04
Et à tous les autres !



Interview de Pedro Marques dont l'enseignement de l'Art du Chi est l'activité principale

Pedro, tu t'es lancé, il y a deux ans dans l'enseignement de l'Art du Chi à Marseille. Comment se sont passés tes débuts ?

J'ai eu l'avantage de reprendre des cours déjà en place et d'avoir ma propre salle, ce qui m'a aidé à démarrer.

Quelles difficultés as-tu rencontrées ?

Financières et administratives. J'ai d'abord créé mon association loi 1901 et comme je n'y connaissais rien, je me suis rapidement inscrit à une association qui vient en aide (comptabilité, conseil juridique, gestion) aux associations et qui me décharge d'une grosse partie de tout ce qui est paperasserie et autres responsabilités. Ca me permet de consacrer plus de temps aux cours.

Combien as-tu de cours et d'élèves ?

J'ai commencé avec 10 cours par semaine, et des stages en week-end, un ou deux par mois. J'ai rajouté, depuis, 4 cours pour environ 80 élèves en tout.

Je remarque que le bouche-à-oreille fonctionne beaucoup et en trois ans, j'ai multiplié le nombre d'élèves par 3.

En vis-tu ?

Petitement. J'ai eu jusqu'à présent un Contrat Emploi Solidarité pris en charge par

l'Etat au sein de mon association, mais la loi va changer et je vais devoir trouver une autre solution .

Gardes-tu tes élèves d'une année sur l'autre ?

J'ai actuellement à peu près 50% d'anciens élèves, c'est-à-dire ceux qui étaient déjà à mes cours l'an passé ou il y a deux ans.

Quels sont les meilleurs créneaux horaires ?

En ville, comme ici, la tranche 8 h – 9 h 30 marche bien, ainsi que le créneau 12 h 30 – 13 h 45 et la tranche 19 h 30 – 20 h 45. Il faut signaler que 90 % des élèves habitent le quartier.

Quels conseils donnerais-tu à un enseignant qui se lance ?

Enseigner ce qu'il maîtrise bien, être à l'écoute des élèves, faire des pratiques pour apprendre aux élèves à suivre.

Le mot de la fin ?

Toute recherche n'a de sens que si elle mène à un certain bonheur.

Merci Pedro et bonne continuation.

Laurence Bourreau

Le Québec



6 juin 2004. Un joli groupe d'enseignants du Québec se réunit au Centre Pierre Boogaerts pour une fin de semaine Promoncas. Marcel en profite pour organiser une session photo dans le but de réaliser le concept qu'il a élaboré pour la couverture du nouveau dépliant de l'École.

Dans les semaines qui suivent, il se met au boulot et, avec l'aide de Pierre, termine le montage graphique du dépliant à temps pour que l'impression et la distribution se fassent avant la fin du stage d'été.

Début du mois d'août, les imprimés arrivent enfin au Centre. Youpi, c'est un succès, l'impression est très belle et Marcel peut relaxer !

Un nouvel outil promotionnel haut de gamme pour l'École est né et est disponible à tous les Promoncas qui veulent l'utiliser pour la promotion de l'École, du Centre Pierre Boogaerts et de leurs propres cours.

Sur un des panneaux intérieurs, un espace intitulé *Les cours près de chez vous* permet à chacun d'y insérer ses informations.

Marcel Jomphe

La Belgique

Quelle belle année en Belgique, avec plein de nouveaux postulants et candidats. Ça fait plaisir, chaud au cœur, youppie- Et qu'est-ce qu'on fait dans ces cas-là : on fait la fête, bien sûr, une fois ! Histoire de rencontrer les nouveaux, de réveiller (un peu) les vieux, de créer des liens, de nouer des bouts et d'en manger un.

Ce qui fut dit, fut fait, et bien fait.

Une chouette soirée. Nous avons découvert le « talent - dessert » de Simone (qui, selon elle, ne sait faire que du Tai-chi, petite cachottière, va !) Et la bonne soupe « des jardins de Florence », le pain et le fromage de tout le monde et la musique de

Bref, que du bonheur ! Dans les yeux, dans les cœurs et dans les estomacs.

Une belle rencontre avec ceux qu'on ne connaissait (peut-être) pas encore. Et qui maintenant ont un visage, une voix, un sourire. C'est tellement mieux qu'un nom sur une liste (super belle, d'ailleurs, la liste).

Et des projets : un stage avec Machin, une pratique avec Truc-Muche, un conseil de Brol et le téléphone de Bazar.

Re-bref, un groupe d'enseignants qui marche ensemble (ça marche vach'ment mieux) pasque tu sais quoi : le Tai-chi, ça tu fais pas tout seul dans ton coin, une fois !

Yvonne Michel

La Suisse

Notre association a été fondée le 6 décembre 1993 grâce à l'élan de quelques "mordus" comme Thierry Chastaing, Anne-Marie Vessylier, Fabrice Jordan, Monique Séchaud et la soussignée.

Elle regroupe actuellement 15 enseignants (22 Promoncas et compte environ 70 membres. Depuis début 2004, elle est affiliée à la FEQGAE.

Chaque année son comité organise trois stages :

1 - Un stage annuel de 5 jours animé par l'ensemble des enseignants de l'Association suisse. En 2005, ce stage a eu lieu au Centre de Formation du Sacré-Cœur à Estavayer-le-Lac du 25 au 29 mars. Karine Michel-Taymans (Formateur) et Christian Michel étaient nos invités.

2 - Un stage animé par un Formateur. Les 14, 15 et 16 mai 2005 (Pentecôte) Michèle Stévanovitch viendra à Estvayer-le-Lac au Centre "La Corbière".

3 - Un stage tous niveaux d'un week-end animé bénévolement par les enseignants de l'Association suisse. Les 50% du bénéfice sont en faveur du Fonds de Solidarité de l'Ecole. Cette année, il aura lieu les 18 et 19 juin à Dizy/Cossonay dans la campagne vaudoise.

Environ 1600 personnes, des élèves pour la plupart, reçoivent deux courriers par an: en janvier-février les 3 bulletins d'inscription aux stages et en août le programme des cours et stages proposés par les enseignants en Suisse sur lequel figure aussi le Stage international d'été (du 2.7.05 - 11.8.05) au CiVS à Oppedette.

Paulette Vaucher

Lu dans « Science et Vie » - nov. 2004

« la stimulation mentale décuple la force musculaire : il suffit d'imaginer que l'on se muscle pour obtenir un réel gain musculaire (au moins 10 %) ».

Enfin prouvé par la science...nous, on le savait déjà, mais ça ne remplace pas le travail des abdos !!!

L'Ecosse

Depuis ses premiers balbutiements en 1997, "l'Art du Chi" s'est implanté à Edinburgh sous l'initiative de Laurent Haquin récemment nommé professeur de l'école.

Au fil de ces 8 dernières années, Nicole Bernard et Fabien Bastin ont animé de nombreux stages, nous faisant partager leur expérience de la pratique et celle de l'enseignement. Nous leur devons beaucoup, tout comme au Centre International auprès duquel Laurent poursuit sa formation.

Les formules des stages proposés en Ecosse ont changé au fil du temps, reflétant l'évolution des élèves écossais. Dernièrement, la formule « stage résidentiel » en milieu rural en petit comité a été retenue pour favoriser un approfondissement de la pratique dans un cadre serein, pour nouer des liens entre pratiquants/enseignants et par là même, favoriser le sentiment d'appartenance à notre école. Une des retombées du dernier stage (sept 04) fut la demande d'admission de plusieurs élèves dans l'école.

Le programme des cours offerts à Edinburgh couvre désormais les 11 ex, les 24, 108, 127 et niveau 1 et 2 en chi. Voir les élèves de la première génération maintenant étudier sérieusement les 108 voir les 127, nous donne beaucoup de satisfaction!

l'Art du Chi est sur le point de se doter d'une association nationale: Inner Way School – UK. Cette association dont le but sera de représenter la méthode Stévanovitch en Grande Bretagne, va permettre de regrouper et coordonner les activités des enseignants présents dans ce pays : George et Vivian à Cambridge et Russell à Londres.

Un site internet et une brochure sont en cours d'élaboration qui feront office de vitrine de l'école dans notre pays.

En attendant, les personnes intéressées peuvent se mettre en rapport avec Laurent par l'intermédiaire de www.art-of-chi.co.uk, ou taiji@art-of-chi.co.uk.

Notre prochain stage résidentiel sera animé par Nicole Bernard assistée de Laurent Haquin, et aura lieu du 9 au 13 septembre 05 à Alston -Cumbria (près de la région des lacs).

Pour un aperçu de la région, consulter: <http://www.golakes.co.uk/hiddentreasures/>.

Tout récemment, nous avons reçu la demande d'une Française qui se prépare à passer quelques mois en Grande Bretagne. Elle souhaitait connaître les villes dans lesquelles on pratique "l'Art du Chi" de façon à choisir son point de chute... Peut être que nous aurons aussi le plaisir de votre visite en 2005.

Laurent Haquin

Le site internet

Connaissez-vous www.tantien.com ?

Depuis 1998, nous avons un site web de l'Ecole.

A chaque étape nous avons franchi un petit pas de plus. La première version était simplement une page avec quelques liens vers des associations nationales. Nous en sommes maintenant à la troisième version qui est beaucoup plus étoffée sans oublier le **FORUM** avec ses sujets et sa communauté (déjà 52 personnes y sont inscrites). Depuis 2 ans, je promets à tous et chacun une quatrième version. C'est le meilleur endroit où référer les copains qui nous posent des questions !

Mais s'il me tarde de la mettre en ligne, c'est que l'ampleur du site et la nécessité de coordonner les efforts de plusieurs intervenants compliquent pas mal la tâche.

On devrait en effet passer bientôt à une version multilingue avec des interfaces interactives permettant l'ajout en ligne des différentes activités des enseignants de l'Ecole.

C'est déjà une mine de renseignements impressionnante. Du plus général : listes des postures, ce qu'implique la formation et comment devenir enseignant, les livres en format PDF, les vidéos et CD disponibles ; au plus précis : les dates de stages, les enseignants et les lieux où se donnent les cours. Chaque association nationale y a une place et est appelée à gérer son espace.

Mais comme tous ceux qui suivent un peu intensivement les cours, vous réalisez très vite que les innombrables exercices,

étirements et la pratique des différentes formes de Tai Ji Quan occupent une bonne partie de votre temps ; sans oublier la cinquantaine de techniques de Chi qu'on apprend dans ce riche enseignement qu'est l'Art du Chi.

Alors ne vous sentez pas coupable, pratiquez, pratiquez et repratiquez, et profitez d'un de vos rares moments libres pour venir nous visiter !!!

Alain Neveu
webmaster@tantien.com

A LIRE : Les articles sur l'Art du Chi

- *Alternative Santé* - n°318 - Janvier 2005 :
« La science du Qi »
- *Fémina –Suisse* - nov-déc. 2004 :
« A la recherche du Chi »
- *Génération Tao* - n°33 - été 2004 :
« Les sons porteurs de Qi »



Le Fonds de Solidarité

Du nouveau au Fonds de Solidarité.

Après les actions au Togo , en Ukraine et en Croatie, cette fois c'est l'**Argentine** qui est à la une.

Un couple de jeunes argentins (30 et 26 ans) de passage en Algarve et qui cuisinaient dans un restaurant végétarien, est venu au mois de juin essayer notre Tai Ji. Ils en ont été épatés. Après avoir participé 3 mois aux cours et au stage de septembre dans le nouveau centre VS Portugal, ils ont décidé de postuler. Ce sont des mordus. Ils pratiquaient tous les jours à 5 heures du matin avant d'aller travailler ou le soir à minuit. Ils sont repartis en Argentine comme leur plan de voyage le prévoyait mais ils reviennent début mai au centre VS Portugal pour une année.

Du côté de l'**Ukraine** c'est Galyna qui a postulé. Elle a commencé il y a plus de 4 ans pendant le premier stage de Jeanne en Ukraine. Depuis lors, elle a participé à tous les cours de la semaine (3 x 2 heures le soir) avec Vladimir et ensuite avec Taras.

Pendant leur absence due à leur formation, elle guidait les pratiques. Seule, elle pratique dans le parc.

A noter que pour fréquenter les cours du soir (de 8 à 10h) elle faisait 5 km à pieds dans la ville pour aller et 5 km pour revenir chez elle. Il faut être motivé pour sortir à pieds le soir dans l'hiver ukrainien !

Quant au **Togo** c'est moins facile. Les conditions restent très difficiles et Anne Gérard qui avait l'habitude d'y aller est devenue une heureuse maman.

Si vous avez des occasions de connaître des gens qui proviennent de ces pays défavorisés qui sont réellement intéressés et qui ont eu l'occasion de pratiquer, n'hésitez pas à nous contacter.

Fabien Bastin

Un coup de chapeau pour les « profs itinérants » qui partent dans ces pays où les conditions sont souvent difficiles.



La boutique



LIVRES de VLADY STEVANOVITCH

????LA VOIE DU TAI JI QUAN - Ed. Bouteille à la Mer : **EPUISE** mais disponible en photocopie

Traduit en :

- anglais : The Way - disponible au CIVS
- allemand : Der weg des Tai Ji Quan - disponible au CIVS
- italien : La Via del Tai Ji Quan - disponible au CIVS
- ukrainien : renseignements : madfligher@mailandnews.com
- portugais : A Via do Tai Ji Quan - disponible au CIVS

????LES ARTS MARTIAUX ET LE TAI JI QUAN DE LA VOIE INTERIEURE
Ed. Bouteille à la Mer - **EPUISE**

????LA BIOSOPHIE - Ed. Bouteille à la Mer

????LA GNOSEE - Ed. Bouteille à la Mer - **EPUISÉ**

????LE PENSEUR REDRESSE - Ed. Bouteille à la Mer - **EPUISÉ**

????MEDECINS DEVENEZ GUERISSEURS - Ed. Bouteille à la Mer

Traduit en :

- anglais : Doctors become healers - disponible au CIVS
- italien : Medici, diventate guaritori - Ed. Centro di Benessere Psicofisico

? L'EXPLORATEUR DU MONDE INTERIEUR - Ed. Bouteille à la Mer

Traduit en italien : L'Esploratore del mondo interiore Ed. Centro di Benessere Psicofisico

????LE CHI VOIE DE LA VIE - Ed. Bouteille à la Mer

????LA VOIE DE L'ENERGIE - Editions Dangles

Traduit en :

- espagnol : Las Tecnicas Energeticas - Ed. Robinbook
- italien : La Via dell'energia - Ed. Méditerranée

????MONOLOGUE AVEC LES MORTS - Ed. Mémor

Traduit en italien : Monologo con i morti - Ed. Centro di Benessere Psicofisico

????J'ACCUSE LES SCIENTIFIQUES - Ed. Mémor

A PARAITRE : LA MÉDECINE PERDUE.

LE CORPS SUBTIL ET LES SONS.

A SAVOIR
Les livres sont disponibles sur le site de l'Ecole (sauf la Voie de l'Energie).

CASSETTES VIDEO

????Tai Ji Quan et le travail du Chi avec Vlady Stévanovitch

11 exercices Chinois - Les 24 Postures - Le travail des mains

????Les 108 Postures avec Michèle Stévanovitch et regard sur Vlady

????Les 127 Postures avec Michèle Stévanovitch

De nouveaux tee-shirts de l'Ecole seront en vente dès cet été au CIVS !!

CASSETTE/CD AUDIO

CD : La Voie de L'énergie : Cours pratique n° 1 : le Tan Tien

A PARAITRE : Relaxation - respiration portés par l'onde vive. V. Stévanovitch

Ces livres et cassettes sont aussi disponibles auprès des responsables suivants :

BELGIQUE	: Jacqueline Cauchy	Tél. +32 (0)83 21 56 18
CANADA	: Sylvie Bourcier	Tél. +1 (514) 522 2452
FRANCE	: Dany Saboulard	Tél. +33 (0)4 92 75 93 98
PORTUGAL	: Fabien Bastin	Tél. +351 282 913 472
SUISSE	: Ariane Fleury	Tél. +41 (0)32 751 73 02

Ami(e)s Promoncas,

Merci à tous ceux et celles qui ont participé à cette parution.

Ce bulletin est le vôtre. Il a besoin de vous, de vos articles, photos, commentaires, idées en tout genre...

Celui-ci vous inspire des remarques ? Des oublis ? Des critiques ? Le prochain bulletin sera mieux !

Contactez moi : Laurence Bourreau

tél : (33) 04 42 50 13 55 - courriel : corpsetsouffles@wanadoo.fr

