



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

Tantien

MAG

Juillet 2025

Le Centenaire
de la naissance
de

Zadig





Un enseignement qui vient de la nuit des temps

Il me semble que la manière dont nous recevons l'Art du Chi dépend fortement de la manière dont il est transmis. Les anciens, nous avons eu la chance de recevoir l'enseignement directement de Vlady. Nous avons reçu l'enseignement nourri de la passion, de la fidélité à l'enseignement, de la conscience de la lignée à préserver. Pour ceux qui ne l'ont pas connu, vous avez pu deviner tout cela dans ses livres et, je l'espère, dans notre enseignement. Vous avez lu son engagement à rester fidèle à ses Maîtres. Qu'en est-il pour ceux qui découvrent l'Art du Chi aujourd'hui ? Qu'en est-il de la compréhension de l'enseignant, de ce qu'il transmet ?

Nous avons une grande responsabilité. L'Art du Chi deviendra ce que nous en faisons, ce que nous croyons, ce que nous sommes...

Posons-nous la question : qu'est-ce pour moi ?

Une pratique de bien-être ? Un moyen de me tenir en forme ? Un grand nettoyage, physique et mental ? Une porte vers une vie vécue avec plus de conscience ? Une recherche de ce qu'est l'origine ? Un mystère ? Une activité qui me permet de faire partie d'un groupe ? Une activité pour combler le vide ? Une activité qui me donne une certaine aura ? Une passion ?

Comme enseignant, il est important de me poser ces questions car la réponse influence la manière dont les élèves reçoivent et comprennent mon enseignement.

Vlady a eu l'idée géniale de transmettre au travers d'une grande école. Ainsi il y aurait de tout... et aussi, peut-être la transmission de la Voie.

Vlady a (peu) parlé du XY. Il semble que ce soit une sorte de petite flamme qui passe ou pas. Qui la reçoit ? qui la transmet ? qui la fait grandir ? On ne choisit pas, on ne sait pas et il n'est pas nécessaire d'être un Maître pour la recevoir ni pour la transmettre.

Que pouvons-nous faire alors ? Justement, vider, se vider, encore et encore pour espérer recevoir. Nous avançons vers le vide en enlevant les couches qui nous ont été imposées par la société, par les croyances de l'époque, la culture, l'éducation. Nous faisons l'inverse de ce qui se fait en société. Nous devenons de plus en plus nu. Quand on est moins encombré par le petit moi, l'égo, quand on n'a plus de but, quand on se rend compte que l'on ne sait pas ce que c'est, on ne se sent plus seul(e), quelque chose nous guide. On touche à plus grand que nous. On reçoit.

Notre travail est un processus d'élimination. Il est à l'inverse de ce travail d'évolution personnelle. Nous ne cherchons pas à devenir meilleur etc. Nous cherchons La source. Elle est en chacun et c'est par un travail acharné que parfois on s'en approche.

Vlady a beaucoup parlé de tout cela.

C'est pourquoi l'école doit survivre. Avec tous les aspects et toutes les étapes de la recherche, chacun est important. Mais il faut que certains soient « moteurs ». Des super-mordus afin d'entretenir l'élan de sincérité, de simplicité et d'engagement nécessaire. Les anciens évidemment, les Formateurs, mais de plus jeunes aussi animés par cet élan qui vient sans doute d'une petite graine prête à s'épanouir.

Car c'est par l'école que la transmission survivra, c'est ensemble que nous donnons du sens à l'enseignement.

Un petit groupe s'engage doucement dans cette voie, rassembler, encourager, préserver la richesse de ce que nous avons reçu mais aussi garder le cap, éviter les dérives. Ils pourront être le cœur si tous s'engagent à préserver l'école et l'enseignement, si tous les encouragent.

Ce n'est pas une tâche facile et elle comprend de nombreux aspects. Des aspects purement pratiques, des aspects relationnels, des aspects d'animation, des aspects pédagogiques, des aspects de communication, de bienveillance, de générosité, de joie, d'endurance et... la petite graine. A suivre !

SOMMAIRE

- **Faire le même Tai Ji Quan 6**
Pierre Boogaerts
- **La fluidité 12**
Michèle Stévanovitch
- **Le son 14**
Jean Bru
- **Joyeuses et Sérieuses,
sans se prendre au sérieux 18**
L'Art du Chi Marseille
- **L'héritage de Vlady – de la Serbie au monde
et retour 20**
Ivana Grahovac
- **L'Art du Chi, le monde, Atmosphère 24**
Pierre Boogaerts
- **L'Onde Vive 30**
Clio C. Stévanovitch
- **L'École de la Voie Intérieure : 35 ans
à Auroville 32**
L'Art du Chi Auroville
- **L'Art du Chi aujourd'hui 38**
Michèle Cora
- **Le DOSHU 40**
Michèle Stévanovitch

CONTRIBUTEURS



Pierre Boogaerts
Formateur de l'Art du
Chi, Maître et responsable
de l'école Québec



Michèle Stévanovitch
Formatrice de l'Art du
Chi, Doshu et directrice
de l'école internationale



Jean Bru, professeur délè-
gué de l'Art du Chi.
Enseigne à Paris.



L'Art du Chi Marseille,
représenté par Anne-Lyse,
Béatrice, Dominique,
Emmanuelle, Jacqueline,
Natacha, Noëlle, Sylvie et
Véronique. Enseignantes
de l'Art du Chi.



Ivana Grahovac
Professeure de l'Art du
Chi en Serbie



Clio C. Stévanovitch
Chargée communication
Centre International
et gérante de la société
Qissana



L'Art du Chi Auroville
Inde



Michèle Cora
Enseignante de l'Art du
Chi dans le 04

Faire le même Tai Ji Quan

Pratiquer sans réciter les postures, mais les utiliser pour se trouver.

Deux jambes, deux bras, deux oreilles, deux yeux, deux reins, deux poumons... avec le « Petit circuit » qui sépare la gauche et la droite, on pourrait penser à une belle symétrie. Pourtant, rares sont les ambidextres et nous avons toutes et tous un œil, une oreille, une main dominante. Personne n'a deux jambes ou deux bras de même longueur.

Lorsqu'il s'agit d'objets, la mécanique permet des mouvements et des symétries parfaites, logiques, mathématiques, cartésiennes. Mais lorsqu'il s'agit du vivant, c'est tout autre chose.





Aubard, octobre 2024, Michèle et Pierre. Vus de loin ou de manière un peu distraite, et aussi parce qu'il s'agit d'une pratique de Tai Ji Quan de haut niveau, leurs mouvements sont harmonieux et bien synchronisés. Ils sont clairs, cohérents, logiques, cartésiens. Même si on décèle quelques petits décalages, de légères nuances dans l'exécution des postures indiquant des respirations et des expériences de vie différentes. C'est normal, c'est naturel. On n'est pas des robots.

Mais si on regarde mieux, on remarquera plus qu'une simple coordination entre Michèle et Pierre. D'autres liens équilibrent et unissent leur pratique.



Ah ! Ce « ballon » de Chi ! Dès le premier cours, quel étonnement et quelle joie, c'est merveille de sentir ça. Quoi, tu ne le sens pas encore ? Là, oui, c'est ça. Tu vois comme c'est simple, comment est-ce possible de ne pas nous en être aperçus plus tôt ? Et bien vite, où qu'on aille, on le prend. Comme un jouet, une chose. Un objet de plus. Et de se dire : c'est mon ballon.

Oui, bof... un peu court comme expérience.
Et ce «prendre» et ce «mon», quelle attitude !
À peine découvert, voilà que ce ballon est déjà colonisé, consommé ! Au secours !

* * *

Les photos montrent avec évidence que Michèle et moi sentons le Chi. Les mains pleines, les corps en contact avec l'espace qui nous entoure. Cet espace qui tout à la fois sépare et réunit.

Oui, s'ouvrir et sentir autre chose. Ce ballon fait bien partie de mon corps. Il participe à mes mouvements, à ma vie. Il est vivant autant que je le suis.

Puis un jour, ce ballon devient une vie autre que la mienne, une vie que je peux toucher concrètement avec les mains puis avec tout le corps. Mais aussi une vie qui pénètre dans mon corps et agit, parfois même de manière autonome. La perception de ce ballon passe ainsi par une phase animale. Il n'est plus simple objet, il n'est plus seulement une partie de mon corps vivant, il acquiert certaines caractéristiques de l'autre, de l'autre vivant. Comme un animal qu'il va me falloir apprivoiser.

* * *

Assis, je sens le Tantien et je soupire, ce qui provoque un nombre incalculable d'événements dans tout mon corps. Je ne peux évidemment les percevoir tous. Je choisis d'observer la détente musculaire qu'induit chaque expiration. Mon corps comprend cette invitation et bien vite, cela devient autre chose que la simple perception de la pesanteur qui alourdit certaines zones du corps. Si je l'accepte, j'ai l'impression que les muscles renoncent progressivement à résister à la pesanteur. Ils deviennent plus tendres, plus souples et s'étirent vers le bas.

Certaines zones de mon corps commencent même à fondre au point de devenir comme du sirop, parfois même comme un liquide. De doux et paisibles glissements de terrain se font sentir dans tout mon corps. Ces mouvements ne se font pas seulement du haut vers le bas, vers le sol, mais glissent plutôt vers le Tantien. Ce n'est plus la pesanteur qui travaille la masse de mon corps, mais le Tantien qui me donne l'impression d'aspirer délicatement toute la « matière » de mon corps. La sensation est très agréable. L'impression de plus en plus nette d'une concentration, mais surtout d'une entente entre mon corps et le Tantien, d'une compréhension mutuelle.

Ce qui glisse doucement vers le Tantien semble entraîner bien autre chose que des tensions musculaires. La profondeur du calme qui s'installe en moi en témoigne. Comme si ces glissements vers le Tantien libéraient des espaces à l'intérieur du corps. Et quelque chose alors semble saisir l'occasion pour remplir les zones qui se vident. Une autre perception du corps émerge. C'est léger, légèrement gonflant, c'est chaud-agréable et ça bouge.



Pour nous, pratiquants de l'Art du Chi, c'est le phénomène de la vie, c'est le Chi. C'est la vie qu'on ne connaît pas, et que pourtant nous apprenons à explorer grâce aux techniques énergétiques, grâce au Tai Ji Quan. C'est le Chi qui donne vie à la matière de notre corps, qui fait que nous sommes vivants et que nos muscles, par exemple, peuvent se contracter et se détendre.

Mais ces muscles, que nous apprenions déjà à utiliser dans le ventre de notre maman, comment fonctionnent-ils ? Des impulsions électriques et des signaux biologiques, évidemment, on a appris ça à l'école. Mais concrètement, dans la vie courante, nous ne faisons que les utiliser. Nous utilisons nos muscles, comme l'ensemble de notre corps, pour faire ce que nous avons à faire. C'est notre corps, notre corps objet. Nos muscles, nos os, nos organes : rien que des objets.

Pourtant, ils sont notre vie. C'est là, dans notre corps qu'elle se trouve, notre vie. À chaque instant c'est ça, pas autre chose.

Si on peut qualifier de miracles les techniques qui nous apprennent à manipuler la vie pour améliorer notre bien-être et notre santé, comment alors appeler le fait que ces mêmes techniques peuvent aussi nous faire rencontrer l'univers de la Vie ? Un monde sans objets, un monde vivant, rempli de volonté, d'intelligence et de bienveillance.

Ce qui remplit les espaces de mon corps, désertés du poids des tensions de toutes sortes, ce n'est donc pas quelque chose, c'est de la vie. Cette vie que je ne connais pas.

Cet étranger, cet autre vivant, inconnu, qui se comporte à sa manière, aussi déroutante qu'un animal sauvage. Cet autre qu'il va me falloir apprendre, découvrir et essayer d'appivoiser. Mais au fait, ce quelqu'un d'autre, cette autre vie dans mon corps, ne serait-ce pas aussi la mienne ? Serait-ce moi ?

Non pas du tout, ce moi-là, tu le connais, c'est celui auquel tu t'identifies. Alors que ce quelqu'un d'autre, cet inconnu, cet animal sauvage est la Vie. La Vie non civilisée. La Vie avec une majuscule et à laquelle tu vas maintenant enfin pouvoir t'identifier.

* * *

Toutes ces descriptions ne sont que des mots, et les mots ne sont pas conçus pour décrire l'inconnu, décrire le vivant en train de vivre. Les mots sont statiques et cruels, ils tirent sur tout ce qui bouge. Et la vie bouge... Il faut alors savoir lire entre les lignes, comme on dit.

Dépasser les mots, dépasser le langage. Parce que lorsqu'on a les mots, il n'y a plus de place pour autre chose que la compréhension. Il n'y a plus d'expérience et l'inconnu n'existe plus. Tout est étiqueté. Si on parle du Chi, de la Vie qui bouge, on ne fait que lire les étiquettes. On ne fait que radoter, on répète, on récite... et la pratique de notre Tai Ji Quan se fige irrémédiablement dans le psittacisme.

* * *

Nous appelons cela « suivre ». C'est un enseignement important pour les tout débutants comme pour les grands experts. Il s'agit de faire attention tout en s'ouvrant. Mais cet état de corps et de conscience dépend de tant de choses, comme du niveau de pratique, du niveau d'écoute, de l'accès à la Vie (et pas seulement à la sienne).

Cet enseignement débute par une coordination, on observe le guide et les personnes qui nous entourent. On crée ainsi une cohésion « formelle ». Mais on se coordonne aussi de bien d'autres façons que par la vue. Par la répétition, par le rythme de la respiration par exemple. Il y a aussi une cohésion qui s'installe par certaines perceptions du Chi. Nous sentons alors des poussées et des tractions influençant notre corps, comme si nous étions dans une piscine et que les nageurs en bougeant provoquaient des vagues qui se déplacent jusqu'à nous.

Mais bien au-delà de tous les aspects de la synchronisation, il y a surtout l'harmonisation. Le corps accède alors à un état d'intégration dans lequel il a la possibilité d'être ce qui l'entoure et parfois, la Vie elle-même.

Ainsi, par moments, nous ne sommes plus deux à pratiquer le Tai Ji Quan. Équilibrés, nous faisons le même Tai Ji Quan, nous devenons la même Vie. Quoi, comment ? C'est longtemps après que parfois le mental traduira ces moments, très partiellement et bien imparfaitement, comme s'il s'agissait de bribes de souvenirs. Comme si cette intégration empêchait – heureusement – le mental de faire ce qu'il fait toujours : tenter de comprendre en ramenant tout à lui.





Je suis assis, je pratique, la posture prend mon corps, le manipule. Le Chi bouge, finit par occuper presque toute la place. De mon corps habituel, il ne reste que quelques traces, quelques souvenirs. Pourtant, je me suis rapproché de moi. D'un autre état de corps et de conscience. Je me suis même plus que rapproché, je suis dedans. Et cela me manipule. Mes mains, mes bras bougent et je ne sais pas exactement ce qu'ils font, quels gestes, quel but... Pour le savoir, je devrais être dans mon corps habituel. Alors, je fais confiance, c'est tellement bon, serein, équilibré. Mes mouvements sont parfois un peu saccadés, jamais hésitants. Même lorsqu'ils semblent ralentir au point de presque s'arrêter, c'est seulement comme s'ils se déployaient dans un autre temps, plus long, mieux adapté. La Vie semble se débrouiller pour bouger mes bras et mes mains, comme si elle avait cessé d'épouser une logique mécaniste, cartésienne, trop différente de la sienne. Je suis devenu mes mains, mes bras, mon corps, moi vivant, moi, mais sans Pierre, sans personnalité, moi entier, mais universel. Aucune compréhension, simplement vivre. La transmission se manifeste, a eu lieu, s'est accomplie...

La fluidité

Il y a tant de planètes cailloux, il y en a une sur laquelle grouille la vie.

La matière est devenue vivante. Quelle est cette différence ? Comment cela est-il possible ?

Entre le caillou et un être vivant, la différence évidente est le mouvement. Evidemment il y a de très grandes différences entre les êtres vivants mais tous sont en mouvement. Dans notre corps, nous cherchons à déceler la vie par le mouvement. Nous commençons par des mouvements appris et volontaires comme le Tai Ji Quan, les échauffements, les assouplissements, les différentes respirations etc. Il est indispensable de retrouver l'usage harmonieux de notre corps. C'est la première étape.

Mais aussi et surtout l'écoute des mouvements internes et spontanés comme l'impulsion qui vient du Tiantien, les circulations du Chi dans le corps, les battements du cœur, la respiration, les réactions des muscles à l'intention, les rythmes etc. Notre écoute devient de plus en plus fine et dans une posture apparemment immobile, nous cherchons toujours à discerner les mouvements spontanés. Ces mouvements sont en nous et nous n'y pouvons rien. Nous essayons alors de les mettre en évidence, de les laisser apparaître à notre conscience. Nous apprenons à observer. Pour cela nous connaissons maintenant la nécessité de maîtriser la détente sélective et globale et l'attitude d'ouverture, du non-faire indispensable à l'écoute totale. Tout effort, physique ou mental est un obstacle. Le corps devient comme une enveloppe souple remplie de liquide chaud, comme une algue dans l'eau.



«Le son est en effet suffisamment riche pour qu'il puisse être confondu avec du vivant, se révélant en fonction de ce que l'on est capable de recevoir.»

Vlady avait beaucoup de particularités dans son enseignement, dans sa personnalité. Sa vie compte mille vies, parfois tellement différentes et contradictoires. Cela se reflétait dans son enseignement, disant une chose un jour et l'opposé le lendemain. Un peu comme le tai ji quan finalement, centré et ouvert, ancré et léger. Cette richesse lui a permis je pense de rester ouvert et prêt à changer à tout moment. Et je crois que cela a été notamment le cas dans son rapport avec « les techniques modernes ».

Il nous a en effet montré que le chi passait dans différents supports. Les photos bien sûr avec son fameux « si beau livre », où une qualité particulière se révèle, mais surtout grâce au son. Je pense qu'il a cherché le chi dans le son toute sa vie. Il a su voir dans le son un matériau formidable de diffuseur de chi, la voix, la musique (avec son hautbois), les sons pédagogiques, la musique tridimensionnelle et sa réalisation ultime : les Ondes Vives.

Michèle m'a un jour montré son appareil à bande, montrant qu'il coupait déjà aux ciseaux à l'ère analogique, tâtonnant comme il pouvait, un peu à la manière d'un Schaeffer du chi, mais avec l'intuition certaine qu'il y avait quelque chose d'important à trouver. Et puis le numérique est arrivé, les découpages du son pouvaient être mille fois plus précises et tellement plus pratiques et rapides. J'ai eu la chance d'avoir un accès à son travail, et j'avoue avoir été tellement heureux de pouvoir mieux comprendre sa démarche.

Un jour que l'on cherchait quelque chose à la cave, Michèle et moi avons eu une vision d'horreur, des cartons contenant des archives non encore déballés du déménagement à Aubard avaient subi un dégât des eaux. C'est ce qui l'a décidé je crois à me demander de m'occuper des archives de l'école. Heureusement Jan avait conservé le plus précieux et je me suis attelé à trier et tout mettre dans un seul disque. Dany avait déjà fait un immense travail en les gravant sur cd lorsque Vlady lui demandait. Aujourd'hui, les archives sont mises à jour régulièrement par Clio.

Dans ces archives, il y a tout d'abord les recherches de Vlady,

avec des milliers de fichiers de travail. Il y a aussi les cours, qui étaient enregistrés et que Dany avait patiemment mis sur CD. La recherche avec les médecins qui a été malheureusement mise en pause et qui était très importante pour Vlady. Je pense que c'était une grande déception pour lui, car les protocoles mis en place étaient vraiment sérieux scientifiquement et ont dû demander beaucoup de temps. Mais j'aimerais vous parler plus spécifiquement de la dernière, les sons pédagogiques et la musique tridimensionnelle. Cette recherche est unique et incroyable, c'est une des spécificités de notre école aujourd'hui, un trésor, et que Michèle aimerait aujourd'hui diffuser à un plus grand nombre d'enseignants.

Mais c'est un trésor à l'image de notre enseignement, sans effet Wow. On peut pourtant sentir le chi très vite, tout comme on peut sentir les bienfaits des sons très vite. Mais c'est le tout début, et prendre conscience du trésor met très longtemps, il n'apparaît que très faiblement au début, avec beaucoup de doutes et de questions. Et la richesse du trésor dépend de notre pratique, avec le temps, l'intensité de notre travail. Les sons doivent être pris de la même manière, ils font partie de cette richesse, et cela prend du temps de les manipuler, de les intégrer à notre pratique. Ce n'est pas qu'un outil, on a vite fait de les réduire, et ils nous demandent une implication très importante. Le son est en effet suffisamment riche pour qu'il puisse être confondu avec du vivant, se révélant en fonction de ce que l'on est capable de recevoir. La réalisation de ces sons est le fruit d'un travail gigantesque, fait par un immense pratiquant, quelqu'un de très complet, exceptionnel par son physique, sa sensibilité, son intelligence. Une vie de recherche, avec une grande accélération à la fin de sa vie. Bref, notre Vlady. Cherchons à comprendre. Le son est constitué de plusieurs

harmoniques (des sons à l'intérieur du son), chacune avec une fréquence différente. La richesse du son dépend de son nombre d'harmoniques, sa beauté de quelles harmoniques il a. Il y a une infinité de possibilités et un musicien va jouer avec ces harmoniques pour obtenir un son particulier, on parle d'une pâte sonore, et l'utiliser de telle ou telle façon. Le pratiquant de Tai Ji Quan fait la même chose, mais avec son centre, son corps : chercher la détente, la force, tel mouvement, telle précision, la technique, l'écoute, la direction, la volonté... Tout ceci va, avec le temps, avoir un effet sur son chi.

Le chi est dans la voix, quand on parle, chante. Et bien sûr dans les sons des techniques vocales, Kiaï compris. Vlady a aussi utilisé les battements de son cœur, la Fontaine du Vaucluse... Il a cherché quelles sont les harmoniques qui contenaient le plus de chi, les a séparé du son original, en a mis ensemble, cherchant sa « pâte » de chi. Il a utilisé les fréquences de Nogier, mais a aussi pris de la distance avec, ce qui montre que sa recherche était avant tout basé sur le vécu et non une méthode.

Techniquement, il a utilisé un logiciel de l'Ircam, AudioSculpt, bien connu des compositeurs. (L'Ircam est un centre de recherche très reconnu en France, qui essaye de rapprocher les musiciens des scientifiques). Ils lui ont même fait un logiciel spécialement pour lui, appelé VladyBoucleur, qui consiste à mixer le son avec lui-même en le répétant ad infinitum. C'est complètement inutile pour le son car quand vous multipliez un son, il reste le même, il ne devient ni plus fort ni plus riche. Par contre, le chi lui est multiplié. Il a parlé un jour de 70 000 fois, imaginons autant de Vlady dans une pièce pratiquant les Bija Mantras...

Mais les sons pédagogiques ne sont pas une pratique. Ce sont des sons qui ont une fonction bien plus réduite (mais pas pour autant mécanique). Vlady a créé des sortes de paquets de sons riches en chi qu'il additionnait en fonction de ce qu'il voulait avec le son, toucher un repère, le tantien, avec des effets différents, une vague, une vrille, un choc... Quand il obtenait un résultat qui lui convenait, il le mixait avec son VladyBoucleur. Les sons sont ainsi très précis et intenses, un peu comme un laser de chi qui touche.



Utiliser, comme recevoir un son pédagogique n'est donc pas anodin. Cela demande évidemment une attention particulière, un état d'esprit, une ouverture pour le recevoir. Le matériel pour les diffuser doit aussi être adapté et rigoureux, sinon, le trésor disparaît. Peu à peu, sans même que l'on s'en aperçoive. Et cela est arrivé dans l'école, beaucoup d'enseignants arrêtaient de les utiliser. Quand la diffusion n'est pas bonne, le son ne l'est plus évidemment. On est ici dépendant de la technique. Mais la conscience avec laquelle on les utilise reste fondamentale.

La recherche de notre École est merveilleuse. L'originalité et la multiplicité de la méthode ne sont pas simples et le danger est de les réduire. Par soucis de clarté parfois, mais aussi (et surtout !) sans nous en rendre compte. L'Art du Chi est une pratique qui peut nous conduire loin en nous-même, à nous de décider ce que l'on veut. Mais que l'on en fasse de temps en temps, qu'on l'enseigne ou que l'on y consacre sa vie, c'est chaque moment qui détermine notre pratique, car sa qualité, notre engagement, notre volonté sont dans l'instant. A l'image de Vlady.





Joyeuses et Sérieuses, sans se prendre au sérieux

O n peut être dans l'Ecole depuis longtemps aujourd'hui sans avoir connu l'équipe d'amis passionnés des débuts, et même sans avoir rencontré Vlady...
... Et pourtant,

Tout ce qu'on peut entendre et voir à travers eux, nous parle d'enthousiasme, de liens très forts, de la liberté d'être soi-même dans la bienveillance, au sein d'un collectif structurant et ouvert.

Aujourd'hui, nous sommes dans une autre époque. L'Ecole s'est organisée et développée. Elle évolue. C'est une Ecole vivante, dans une pratique vivante, mais ni l'esprit, ni les techniques ne se déforment. C'est ce qui est à l'oeuvre au Centre, dans la vallée du Jabron ; et qui en fait un endroit tellement agréable et joyeux pour avancer ensemble (enseignants et élèves) dans une même posture de découverte permanente.

Et, je crois que nous pouvons être très heureuses à Marseille, parce que notre Collectif prend le même chemin. Les débuts de l'Art du Chi à Marseille ont été portés par nos pionniers, Pedro Marques et Dany Saboulard, des travailleurs acharnés qui ont fait de l'Ecole une Ecole reconnue dans Marseille. Ils ont travaillé la terre sur laquelle nous cultivons aujourd'hui ; la terre d'une grande cité bétonnée et agitée. C'était pas gagné...

Petit à petit, la relève a grandi. Au-delà, et surtout avec, nos différences, nous, enseignantes à Marseille aujourd'hui, nous avons appris à nous connaître,



à travailler ensemble pour faire Ecole aussi à Marseille.

Nous n'avons pas de chef, nous n'avons pas de structure (chacune est, et reste indépendante). Le Collectif existe simplement parce qu'il est porté par l'esprit qui nous anime...
L'esprit de notre Ecole qui essaime.



Nous nous remplaçons les unes et les autres en cas de besoin pour les cours, invitons des enseignants d'autres régions à enseigner avec nous en stage, menons parfois nos élèves dans d'autres départements. Nous guidons une pratique hebdomadaire gratuite et ouverte à tous les élèves de la ville, et nous y engageons, chacune à la mesure de nos possibilités ou envie. C'est aussi une occasion de se retrouver et de pratiquer ensemble ! Nous communiquons toutes nos infos sur un seul et même site internet : www.artduchimarseille.com.

Chaque année à l'Ascension, un stage de 4 jours, nous permet de retrouver Dany qui nous fait l'amitié de revenir à Marseille. Y participent des enseignantes de l'Art du Chi Marseille et d'ailleurs. L'occasion de réunir des élèves « historiques », des nouveaux, des personnes qui n'ont pas la possibilité de suivre des cours hebdomadaires, d'autres qui se sont rencontrées au Centre, ou qui renouent avec la pratique à cette occasion... un brassage, un tissage, des croisements, des prolongations. Nous appelons ça « les liens du Chi ». Et nous sommes étonnées et heureuses, année après année, de voir à quel point ça fonctionne ! C'est la même chose lors de nos rencontres annuelles de fin de saison, en plein air : pratique, pique-nique dans

des lieux inspirants dont Marseille a la générosité.

Dans notre organisation, il y a un quatuor associatif, un duo, des collaborations naturelles sur tel ou tel dossier (communication, participation à des événements), une précieuse soliste sur l'administration au quotidien de notre site commun, ... Chacune agit à un niveau et sur un territoire d'engagement qui lui convient.

C'est confortable, joyeux et inspirant d'enseigner dans ces conditions.

Joueuses de Tai Ji Quan

Nous pouvons, grâce à tout cela, être de plus en plus des « joueuses » de Tai Ji Quan.

Répondre un grand OUI à l'invitation de Vlady : «Voulez-vous jouer avec moi ?»

Jouer la plus belle des musiques, celle qu'on n'entend pas avec les oreilles. On vous laisse deviner et peut-être découvrir comment on peut l'entendre, et puis en jouer.

C'est la musique qui met tout le monde d'accord.

Celle où tous les accords sont parfaits, celle où les fausses notes peuvent devenir belles : la musique de la Vie.

Et puis jouer, c'est aussi s'amuser, évidemment !

On y joue avec sérieux, et en étant entièrement présentes, comme savent le faire naturellement les petits enfants. Mais attention, comme nous l'a dit Vlady : «Ce n'est pas de ma faute s'il y en a qui me prennent au sérieux. Et vraiment, je ne peux rien faire pour ceux qui, hélas, se prennent eux-mêmes, très, très très au sérieux. »

C'est un super jeu ! avec des règles très précises, qui peuvent paraître un peu compliquées,

Mais promis, vous verrez, on ne s'en lasse pas

10 ans, 20 ans, 30 ans, 100 ans après.

Et c'est pas près de s'arrêter.

La vie , quoi !

Anne-Lyse, Béatrice, Dominique, Emmanuelle, Jacqueline, Natacha, Noëlle, Sylvie et Véronique.

L'héritage de Vlady – de la Serbie au monde et retour





L'école L'Art du Chi est née d'une quête profonde et personnelle de sens et de connaissance de soi, à travers une méthode unique de travail avec l'énergie du corps – le Chi – qui aujourd'hui inspire et soutient un grand nombre de pratiquants à travers le monde.

Ce qui a commencé comme la recherche d'un homme pour la vitalité, la connaissance de soi et l'équilibre s'est transformé en un système complet et structuré de pratique intérieure, dont l'objectif fondamental est l'harmonisation de l'homme avec lui-même, avec les autres et avec la vie.

Bien que Vlady Stevanovitch ait réalisé la majeure partie de son travail professionnel et spirituel en dehors des frontières de sa patrie, ses origines serbes et son lien avec les Balkans sont restés profondément ancrés dans son cœur.

Dans sa jeunesse, Vlady a eu la chance d'apprendre auprès d'un mystérieux maître à Belgrade, qui lui a transmis des savoirs issus des traditions spirituelles orientales. Ces enseignements, fondés sur le développement de l'esprit, la discipline, les exercices spirituels et physiques, l'ont aidé à survivre aux années difficiles de la Seconde Guerre mondiale dans une ville occupée.

Belgrade, la ville où Vlady a grandi, était particulièrement ouverte, entre les deux guerres mondiales, à diverses formes de pratiques spirituelles et alternatives. Des groupes ésotériques et théosophiques, un intérêt pour le spiritisme, l'occultisme et les philosophies orientales rassemblaient alors intellectuels, artistes et personnes ouvertes à de nouvelles connaissances. Bien que ces mouvements ne fussent pas massifs, certains pratiquaient le yoga, le zen et d'autres méthodes orientales de développement de la conscience – parfois en contact direct avec des maîtres étrangers.

Le maître avec lequel il a travaillé de nombreuses années à Belgrade a laissé une empreinte profonde, presque mystique, dans l'être de Vlady. Comme s'il avait réveillé en lui un fil ancien de savoir, qui s'est ensuite développé doucement et constamment au fil des ans. Les rencontres ultérieures avec des maîtres du monde entier furent comme des miroirs – tous reconnaissaient ce qui existait déjà en lui. Ils lui disaient que le travail était presque terminé, qu'il restait seulement quelques fils à tisser.

En tant qu'étudiant à l'académie de musique, Vlady faisait partie du mouvement de résistance à Belgrade, mais après la guerre, il ne pouvait accepter le nouvel ordre idéologique. Il ressentait que ni le fascisme ni le communisme ne laissaient de place à la liberté intérieure et à la profondeur spirituelle qu'il portait en lui.

Même si Vlady a passé la majeure partie de sa vie en Belgique, au Portugal et en France, ses racines serbes sont toujours restées profondément ancrées en lui. Lors de rencontres et de conversations personnelles, il se rappelait souvent avec nostalgie la langue, la musique et ses racines qu'il n'avait jamais oubliées, bien qu'il ait quitté sa patrie tôt.

Vlady était souvent nostalgique de la musique de sa jeunesse, recherchant ce fil authentique serbe dans le son. Je me souviens lui avoir acheté une fois plusieurs CD de Stevan Mokranjac – un compositeur qui a magistralement intégré les mélodies populaires traditionnelles dans des formes classiques. Il était ravi. Il adorait Mokranjac !

Je crois que beaucoup se souviennent de la version unique de « Pusci me » arrangée par Vlady, avec des sons tridimensionnels, voix et musique, que nous chantions souvent dans notre école.

C'est de ce lien personnel et de cette impulsion intérieure profonde qu'est née mon envie de ramener ce savoir en Serbie – que ce qui est né dans l'esprit et les racines de ce pays retrouve sa place parmi son peuple.

L'Art du Chi en Serbie

J'ai eu la chance, étant jeune, de tomber amoureuse de L'Art du Chi et bien sûr, Vlady y a grandement contribué en plantant en moi la graine de la curiosité. Nous étions liés par la musique, la sensibilité et nos origines communes. Il était mon grand-père du côté de ma mère, un sentiment de reconnaissance s'est établi entre nous, et j'ai enfin pu comprendre l'importance de son cheminement ainsi que tout ce qu'il a accompli au cours de sa vie. Comme si à un moment donné, un appel à une mission s'était éveillé en moi, une voix intérieure qui disait : « Voilà ton chemin ».

Vlady avait bien perçu que ce serait ainsi, et il m'a dit certaines choses que je ne comprenais pas encore à l'époque. À cette époque, j'étais profondément engagée dans la musique comme violoncelliste, mais je cherchais toujours un sens plus profond et une pratique spirituelle qui m'ouvriait la voie vers la connaissance de soi.



La musique est une discipline qui demande dévouement et temps pour être maîtrisée, il existe un lien avec notre système de l'Art du Chi, Vlady le savait car il avait suivi ce chemin de dévotion dans les deux domaines.

Son mélange de musique, de sons tridimensionnels et de travail avec l'énergie a donné naissance à l'Art du Chi, ce qui constitue un précieux trésor et une chance que nous avons de pouvoir en être témoins.

À cette époque, il n'y avait pas d'enseignants de notre école en Serbie.

Un moment est venu où j'ai dû prendre une décision importante : la seule vraie manière d'apprendre le Tai Chi était de venir en France et de me consacrer pleinement à cette pratique.

J'ai quitté mon poste de professeure de violoncelle à Belgrade et ai entamé un nouveau chapitre guidée par un appel intérieur que je ne pouvais plus ignorer.

Pendant plusieurs années de formation et de séjour à Oppedette, j'ai eu l'opportunité d'apprendre de Michèle et Karine, nos enseignantes exceptionnelles à qui je suis profondément reconnaissante. Leur savoir, leur dévouement et leur patience ont été

essentiels à mes progrès.

Michèle a été pour moi un soutien inépuisable et une profonde source d'inspiration. Sa générosité dans le partage des connaissances, sa présence constante et la chaleur avec laquelle elle m'a accompagnée à chaque étape de mon apprentissage ont laissé une empreinte indélébile dans ma vie.

J'ai aussi énormément apprécié le soutien que j'ai reçu de la part de Colin et Clio, leur confiance et leur appui m'ont donné la force de poursuivre mon chemin et de partager ce savoir avec confiance.

Aujourd'hui, l'école L'Art du Chi existe et agit activement à Belgrade depuis plus de 17 ans.

À travers des cours réguliers, des ateliers et des séminaires, je m'efforce de transmettre un enseignement fidèle à l'esprit de la méthode : attentif, dévoué et respectueux de chaque élève.

Par l'organisation régulière de cours et séminaires en Serbie, en Grèce, en Croatie et au Monténégro, l'intérêt pour l'école grandit, surtout parmi ceux qui cherchent une approche plus profonde du corps et de la conscience. L'Art du Chi en Serbie rassemble un nombre croissant de pratiquants, tant de Belgrade que d'autres régions du pays. Chacun vient avec des besoins

différents – certains pour la santé, d'autres en quête de paix, d'autres encore poussés par le désir de savoir – mais tous découvrent que cette pratique est bien plus qu'un mouvement – c'est un chemin de connexion avec soi, un soi conscient, présent et en contact avec l'énergie vitale.

Vlady a dit un jour : « L'Art du Chi n'est pas ce que nous apprenons, mais ce que nous devenons. » Dans cet esprit, l'école en Serbie continue de grandir – comme un lieu de rencontre, d'apprentissage et de transformation silencieuse.

La transmission de cet art demande du temps, de l'engagement et la volonté de changer soi-même ; être maître, c'est être prêt à partager, mais aussi à apprendre éternellement.

Michèle soulignait particulièrement l'importance de la transmission personnelle entre maître et élève – un processus dans lequel on ne transmet pas une information, mais une énergie, une qualité et une logique intérieure du mouvement.

Aujourd'hui et demain, un voyage qui revient chez soi

L'Art du Chi rassemble des maîtres et des élèves partageant la même passion. Dans un monde où la vitesse, le stress et la superficialité sont devenus la norme, L'Art du Chi invite à un retour – au corps, à l'esprit, au silence et à la présence entre les êtres. La pratique de cet art n'est pas une fuite de la réalité, mais une manière d'y être pleinement.

L'Art du Chi n'est pas simplement un ensemble de techniques – c'est un appel à ralentir, à écouter, à devenir pleinement présent dans son propre corps et sa vie. C'est un art qui se transmet, non pas comme un savoir, mais comme une expérience.

Ce qui rend cette pratique unique, c'est qu'elle ne demande pas à l'homme de changer, mais de revenir à soi, elle n'exige pas de renoncement, mais de présence.

La personnalité de Vlady – à la fois stricte et douce, pleine d'humour et de profondeur – a profondément marqué tous ceux qui ont eu la chance de le rencontrer. Sa méthode n'est pas seulement un système d'exercices – c'est une philosophie de vie, un chemin qui nous ramène à notre propre centre.

À l'étranger, il a construit toute une nouvelle vie – mais l'essence de ce qu'il portait en lui, et qui est devenue plus tard l'Art du Chi, s'est formée dès ses premières années, dans un univers de musique, de discipline, de jeu et d'écoute intérieure, qu'il n'a jamais oublié.

Aujourd'hui, lorsque nous regardons en arrière, il est clair que ce qui a commencé comme une quête personnelle d'un homme est devenu un mouvement international.

Et ce qui est le plus important – ce qui était autrefois parti silencieusement et discrètement de Serbie revient aujourd'hui, avec plus de clarté, de soutien et de sens que jamais.

Un cercle s'est fermé. Et un nouveau s'est ouvert.

Vingt ans déjà, est-ce prétentieux de croire qu'une petite parcelle de ce qui l'éclairait est restée avec nous ?

L'ART DU CHI, LE MONDE,



Atmosphère

Les temps changent... et Vlady de répéter : « Je n'ai rien changé »

L'état du monde

La guerre

Si proche. Une proximité qui effraye. Qui fascine aussi, à voir les médias. Comme un aimant, comme le vertige d'un précipice à nos pieds. Un virus hautement pathogène. Encerclés, pollués, contaminés !?

La guerre, encore

Vlady travaillant avec son maître à l'aube d'une guerre mondiale. Et aujourd'hui, la désagréable impression que l'horizon fait une boucle et revient sur son passé.

Le passé dépassé ?

L'Art du Chi peut sembler rétrograde. Comment réagir autrement devant des pratiques qui semblent découler de croyances révolues, ridicules aux yeux de la science ? Vis-à-vis de démarches qui sont en contradiction flagrante avec les valeurs et le bon sens d'aujourd'hui ? Comment par exemple, peut-on croire dans une énergie inconnue dont la source serait située dans le ventre et le sacrum ou encore, se servir de muscles qui n'existent pas ? Comment accepter la tradition du secret ? Et puis il y a cet ésotérisme...

Les champs énergétiques, capter l'énergie solaire, une ceinture de Chi, le serpent, le Chi dans les os, le centre de vie... ? Il y a de quoi bousculer la raison, non ?

Le présent, pas plus logique que le passé

Il est vrai que croyances et superstitions ne sont pas seulement choses du passé ! Elles ont toujours été là, présentes partout, le plus souvent cachées sous un fatras de convictions, de confiances infantiles, de mauvaises infos, et surtout de besoins et de peurs. Il faut reconnaître que c'est très facile de tordre le bras au bon sens, la raison n'a rien à voir là-dedans. L'actualité déborde d'exemples.

Complotisme et fake news

Quoi qu'on fasse, nous sommes dedans, dans l'illusion. Le monde qui nous entoure est construit par l'imagination, qu'elle soit bienveillante ou machiavélique. Et je ne pointe

pas ici la nature même de notre système de perception (*Relire La Biosophie, Essai sur les fondements de la connaissance, Vlady Stévanovitch*). L'illusion et la fabulation sont partout dans les réseaux d'information, dans l'organisation sociale, en nous-mêmes... Quant à l'irréalité du témoignage par la photo et le film, il a explosé avec l'IA. On est loin des maquillages photographiques du monde politique d'il n'y a pas si longtemps, l'illusion n'est plus une question de cadrage, de mise en scène et de truquages. Aujourd'hui, il n'est tout simplement plus possible de distinguer la réalité de sa manipulation.

L'imaginaire

Avec l'Art du Chi aussi, nous expérimentons quotidiennement l'imaginaire. Et nos techniques nous permettent de sentir physiquement et consciemment notre imagination en action dans notre corps. Il faut dire que cette imagination n'est pas isolée dans la tête, mais se trouve dans la vie de tout le corps. L'imagination ne s'oppose donc pas à la réalité, bien au contraire, elle en fait fondamentalement partie. Sans elle, il ne peut y avoir d'action. Ni d'Art du Chi.

La réalité ?

Si elle existe, où est-elle ? Dans le corps ? Rentrer alors dans le corps et découvrir... la guerre ! Encore. C'est celle que nous avons soigneusement construite inconsciemment : les disputes, les non-ententes, les peines, les peurs, les incompréhensions... la vie quoi, sous forme de tensions de tout ordre, de nœuds, de freins, de blocages, d'inflammations, etc. Notre pacifisme n'est qu'imaginaire !

Par contre, les techniques de l'Art du Chi nous permettent de sentir physiquement dans notre propre corps, une logique très différente de la nôtre. C'est celle du corps en vie, celle de la vie dans le corps. Une logique de paix ?

Le passé, encore

L'Art du Chi, c'est aussi la volonté d'un retour. Retour à une vie plus saine, plus naturelle, loin des déformations apportées par les sociétés. Retrouver la simplicité de la réalité de la vie dont nous nous sommes trop éloignés.

Tout le contraire de la modernité qui s'oppose au passé, à la tradition, et qui voit l'évolution comme une croissance incessante, infinie. Malgré la terre, malgré la Terre, malgré tout. Pulsions létéale ?

Les contradictions

À contresens ! La terre, l'eau, l'air... Ce qui devrait être le bien commun à tout le vivant est réservé à des commerces. La médecine, la recherche, les sciences ne font que confirmer l'orientation mercantile de notre société. Dès la petite école, la compétition et la loi du plus fort mènent les jeunes par le bout du nez. Formés pour la guerre, qu'on s'ingénie à appeler autrement. Progrès, par exemple.

« Les contradictions de notre civilisation nous ont fait désertier nos corps. Les résultats ne sont pas toujours beaux à voir. Comparée à celles de peuples plus proches de la nature, la gestuelle des modernes révèle de graves troubles mentaux » Patrice van Eersel

En vrac...

Il y a se battre, et il y a la guerre, est-ce la même chose ?

Pays, religions, idées, puissance, orgueil, égo.

Les arts de combat, les arts martiaux. Être fort, pour ne pas utiliser la force ?

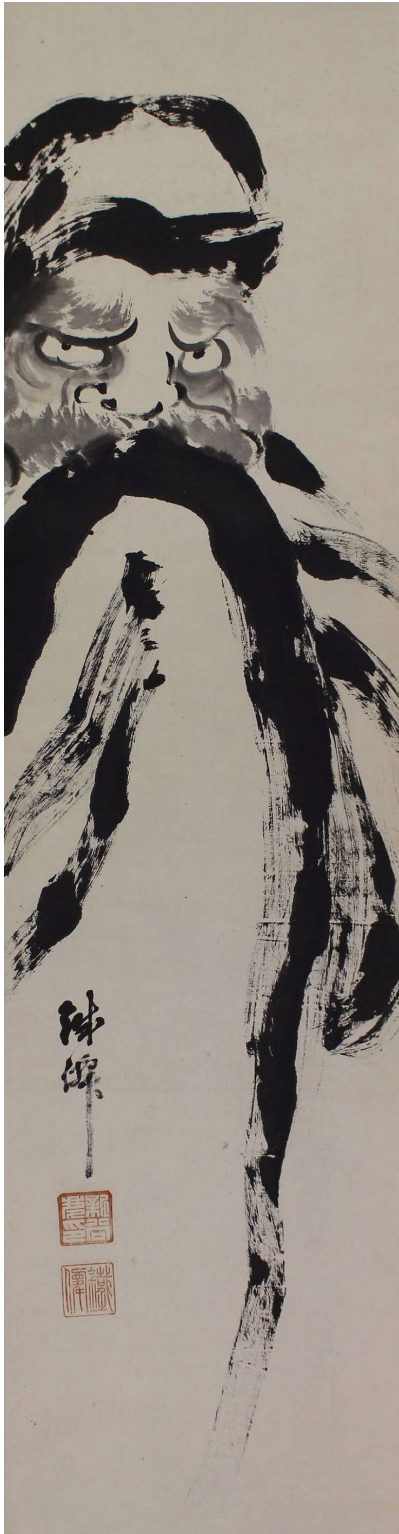
Le combat pour la vie, la vie est-elle combat ?

Sommes-nous faits pour le bonheur ? Pour la vie ?

Et tant d'autres choses...

Le corps-paysage

« Je vous le dis : il faut porter encore en soi un chaos, pour pouvoir mettre au monde une étoile dansante. » Ainsi parlait Zarathoustra, F. Nietzsche



*Bodhidharma (Encre, Shitani
Tessen, 1867-1954)*



Picasso (Tête d'homme - 1964)



Franquin (Idées noires)

L'apprentissage des techniques de Chi ne s'est jamais passé dans le confort incroyable dont nous bénéficions aujourd'hui.

Les Formateurs

Le vêtement, la peau, l'âme

Le monde change et nous vieillissons, abandonnant un peu de nos certitudes – ce qui est bien – mais parfois aussi, un peu de force et d'enthousiasme – ce qui est moins bien. L'évolution du monde, la pandémie, les guerres, la santé, un deuil... Parfois, les changements font bouger pour un mieux et parfois c'est le coup de grâce.

Comme les vêtements de l'enfant qui grandit, la perception de l'Art du Chi s'adapte et se transforme en suivant l'évolution de chacun. Bien qu'il reste un vêtement, celui-ci protège, embellit et devient de plus en plus confortable. Parfois, trop rarement, le vêtement devient peau. Fini le vêtement, maintenant nu, seulement une peau. Mais une peau qui colle à l'âme.

Vlady Stévanovitch

« C'est beau le Tai Ji Quan. J'éprouve du plaisir à l'enseigner. J'aime observer au fil des semaines et des mois, comment les gestes maladroits des débutants se transforment en mouvements harmonieux. Comment la grâce s'installe dans des corps autrefois négligés. J'aime voir le ravissement du novice quand il sent le Chi pour la première fois. C'est une joie aussi de voir des visages réapprendre à sourire. [...] Tout cela est beau. Mais tellement loin encore de la vraie recherche, d'un engagement total. Ce n'est pas la Quête. La Voie est encore loin. » La Voie du Tai Ji Quan, Vlady Stévanovitch.

L'enseignement et l'évolution du monde

Avec l'information, on pense qu'on est au courant de tout. La politique, la pleine conscience, les événements dans le monde, la méditation, le Tai Chi, n'importe quoi, le maître, le Chi... Et puis il y a nos comportements sociaux face à la situation mondiale dont l'orientation nous influence tous. Il y a 30, 35, 40 ans, avant de passer 5 années avec Vlady, je passais des périodes de 6 mois pour travailler avec lui. Et je n'étais pas le seul. Aujourd'hui, j'entends qu'il est difficile de se libérer une semaine, voir trois jours, pour participer à mes stages.

Il y a aussi, évidemment, de bons côtés à l'évolution de la technologie. Nous avons maintenant de nouveaux outils d'enseignement. Vlady n'avait pas hésité à en utiliser pour transmettre. Depuis la pandémie, il y a des séances Zoom, c'est une présence qui s'ajoute à celles du livre et de l'audio. Suivre de près un Formateur devient plus facile. Anciennement, seules quelques personnes avaient la chance de vivre ça, car il fallait se déplacer parfois de plusieurs milliers de kilomètres.

Différences ou similitudes ?

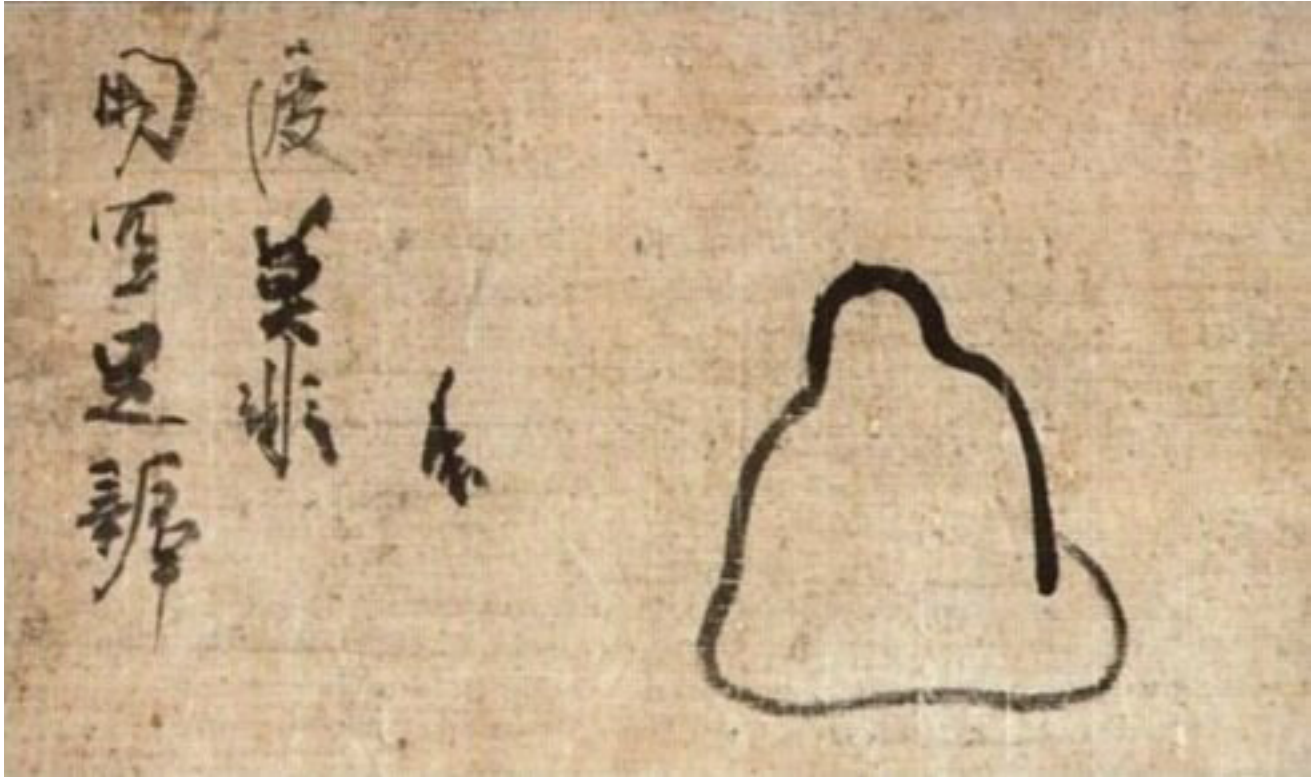
C'est l'individu qui change et évolue, les techniques elles, ne changent pas. À leurs niveaux, chaque Formateur en témoigne encore et toujours dans sa pratique du Chi comme dans celle du Tai Ji Quan. Les variations montrent l'évolution de la personne qui se débarrasse progressivement de ce qu'il pense et de ses particularités physiques, génétiques, historiques... Les techniques deviennent de ce fait beaucoup plus nettes au fur et à mesure que le Formateur se concentre sur la vie qui anime la matière de son corps. C'est un chemin qui devrait être scruté avec le plus haut intérêt par tous les élèves et tous les enseignants. L'occasion d'observer comment la vie se démerde avec les différentes expériences de vie. Observer, non la fermeture ou la fuite, mais la résolution progressive des oppositions. Une grande leçon, incompatible avec les élèves qui ont besoin de se conformer à des règlements. Vlady voulait former des *explorateurs du monde intérieur*.

La Transmission

Traditionnellement, elle passe de maître à élève. Que devient cette transmission-là dans le cadre d'une école ? Car l'enseignement n'est pas la Transmission. Pourtant l'exemple, les techniques, le travail, tout cela apporte de nombreux bienfaits qui comblent et dépassent toujours l'attente des élèves. « Mais la Voie est encore loin », disait Vlady. La Transmission n'est pas pour tout le monde, depuis toujours.

Élitisme ? Il faut des atomes crochus, l'amorce d'une âme, disait-il. Peut-être le bon endroit et le bon moment ? Est-ce l'élève qui est prêt, est-ce le maître ? L'élève saura-t-il relever le défi et garder vivant le ferment reçu, 20, 30, 40 ans plus tôt ? Parfois, ce qui a été transmis meurt, parfois il se développe, tantôt plus, tantôt moins. Il n'y a rien de passif dans la transmission, rien n'est acquis, tout est agissant. Donner et recevoir, deux mouvements, actifs, vivants.

Évidence de la transmission ? Oui, d'abord dans certaines circonstances, puis de plus en plus souvent... Même s'il y a aussi l'évidence de l'imagination et de la force de conviction... du singe fou !



Bodhidharma (Encre, Nobutada, 1565-1614)

« Nous travaillons le Chi en passant par le corps », disait Vlady. Le Chi, pour nettoyer le corps de la civilisation qui l'encombre, qui l'encrasse. Pour faire l'expérience de la paix, la paix du corps comme une enveloppe vide. Vide de tout objet, de tout concept, de tout savoir. Seulement plein de Vie.

Une forme quand même,
une enveloppe qu'il nous faudra aussi abandonner.

L'Onde Vive

L'Art du Chi est une pratique de santé, de bien être, d'équilibre. Elle n'a pas de visée thérapeutique et pourtant a soigné les maux de tant de ses pratiquants. Tout simplement car elle améliore, fluidifie, développe ce que la vie fait déjà naturellement : faire circuler le Chi. C'est un principe simple, à la base de tout. Pourquoi certaines sociétés l'ont compris et ont développé leur système de santé en fonction, alors que d'autres l'ont rejeté et ignoré ? C'est une question que je me pose souvent. Pourtant nos corps réagissent tous au Chi, tous les organismes vivants le perçoivent, consciemment ou non. Et ceux d'entre nous qui le réalisent, doivent faire le chemin vers une vie qui tient compte de et qui embrasse la présence du Chi. Même lorsqu'on a grandi dans cet univers, des piqûres de rappel sont nécessaires. Il faut parfois s'en éloigner pour se rendre compte que *mince alors*, se sentir bien dans son corps n'est pas un dû mais un résultat. Et le résultat s'obtient par des actions concrètes. La pratique de l'Art du Chi se révèle alors être un vrai cadeau de bonheur. Mais ce n'est pas le seul cadeau que nous a laissé Vlady. Il y en a un autre, auquel je m'accroche de tout mon cœur tant il est précieux : L'Onde Vive diffusée par le Qieko. Ce cadeau-là, c'est un réel trésor. Unique, mystérieux, à la profondeur encore inexplorée.

L'Onde Vive a fait son chemin

depuis 2005, tranquillement et patiemment. Puis il est arrivé il y a quelques années le temps pour nous (Michèle, Colin et moi), de décider quoi en faire : laisser le projet des « émetteurs d'Onde Vive » s'éteindre ou bien se lancer dans une nouvelle aventure. C'est en temps d'épidémie de Covid, en 2020, que nous avons décidé que la société ex VEPS devait s'ancrer dans la famille et que j'en serai la gérante. Cela n'a pas été une décision difficile, plutôt une évidence. Le reste, en revanche, a été long et laborieux jusqu'à la sortie en juillet 2024 de la dernière version de l'émetteur : Le Qieko. Je suis portée par la certitude que l'ultime découverte de Vlady doit être découverte par le plus grand nombre. Il a dit en rigolant qu'il rêvait que l'émetteur se vende en miniature, sous emballage plastique, dans n'importe quelle boutique et que les gens pourraient l'acheter comme on achète un magazine sur le quai de la gare. Evidemment l'idée n'est pas de faire fabriquer le Qieko en Chine, mais de le diffuser à un large public et de permettre à n'importe qui, pratiquant de l'Art du Chi ou pas, familier des soins énergétiques ou pas, de profiter de cet apport de Chi si simple et si bénéfique. C'est la mission que je me suis donnée et je rêve, empreinte du sentiment d'être sur la bonne voie, d'étude, de recherche passionnée et de développement infini pour libérer de son anonymat la découverte révolutionnaire de mon père.

Ok peut être que j'en fait trop,

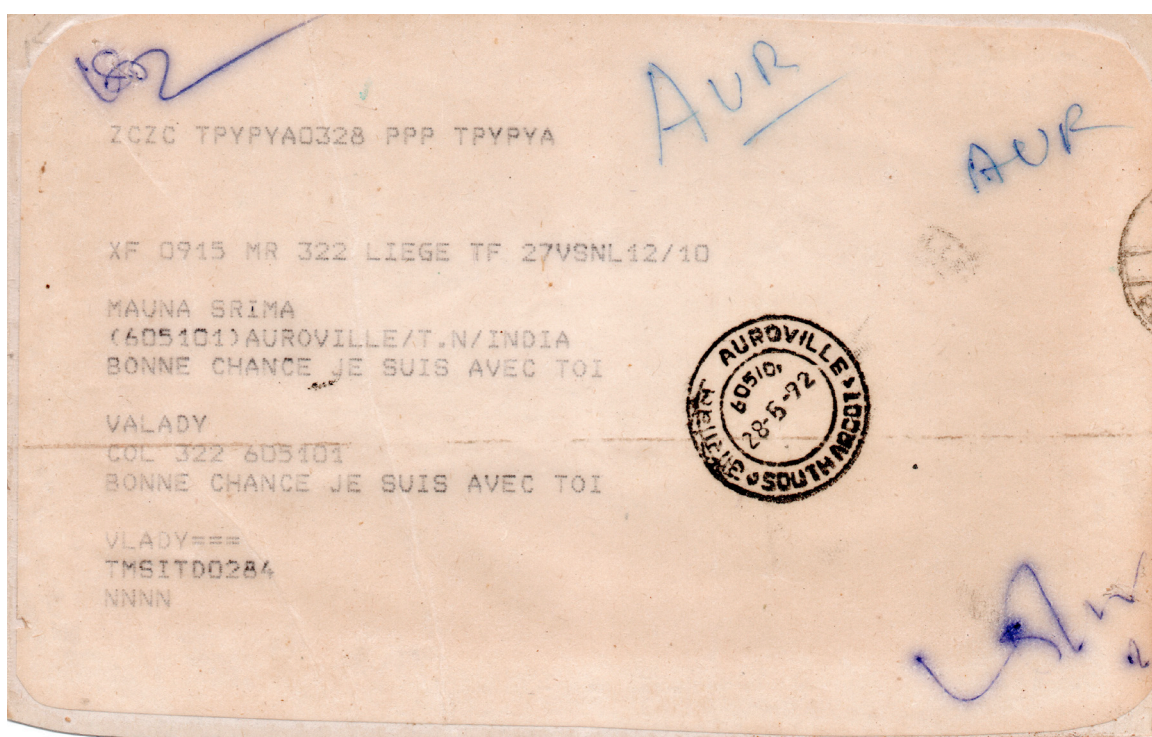
mais le résultat d'une vie de recherche mérite qu'on s'y attarde. Et quand le résultat est un appareil simple, qui émet un son aux propriétés profondément bénéfiques, il mérite qu'on s'y consacre pleinement.



Que peut devenir l'Onde vive ?

Quel drôle de parallèle peut-on faire entre l'Onde Vive et la transmission de l'Art du Chi. L'Onde vive, c'est un son. C'est un fichier numérique. Il a été enregistré, travaillé et il est là. Depuis 20 ans il n'a pas bougé. Il reste inchangé. Peut-on imaginer que Vlady s'il était là, pourrait l'améliorer ? Peut-être. Peut-être y aurait-il eu de nombreuses versions de l'Onde Vive, plus subtiles, plus puissantes. Qui sait ce qui aurait pu être développé ? Justement, personne ne le sait. Personne aujourd'hui n'a la connaissance, la sensibilité, la capacité de juger si le son créé

par Vlady peut être amélioré. Personne ne sait même exactement comment il a été fait. Si on y touche, le parfait équilibre peut être rompu et peut-être que l'Onde Vive n'aura plus d'effet. Ou peut-être que nos perceptions ne seront pas assez fines pour sentir la différence, mais au fond, quelque chose aura été perdu et personne ne sera là pour le réparer. Alors nous n'y toucherons simplement jamais, nous nous contenterons de faire un copier-coller de ce précieux fichier et de tenter d'améliorer la machine, d'affiner et de peaufiner sa diffusion, de travailler l'enveloppe, pour que l'essence se révèle.





L'École de la Voie Intérieure : 35 ans à Auroville

Inauguration

Nous sommes heureux de vous annoncer que l'École de la Voie Intérieure est présente à Auroville depuis plus de 35 ans et qu'elle continue de prospérer. Son existence a commencé lorsque, à la fin des années 80, Geneviève (aujourd'hui Turiya), nouvellement arrivée à Auroville, a commencé à partager des séances de tai-chi à Auroville. Puis, un an après, elle a invité l'un de ses professeurs, Nicole, à venir à Auroville. Par la suite, deux auroviliens, Heidi et Mauna, ont passé un été à l'école qui était alors encore au Portugal. D'autres Auroviliens (Hans, Serge, et d'autres) suivirent bientôt, attirés par la recherche profonde proposée par Vlady.

Par la suite, Mauna, pionnière hollandaise installée à Auroville dès la première année, a participé aux enseignements de l'école pendant onze mois dans des centres au Portugal, en France, en Belgique et en Suisse, en faisant souvent de l'auto stop pour aller d'un endroit à l'autre, avec une liste des 108 postures glissée dans sa poche. Encouragée par Vlady, qui l'a nommée Moniteur, elle commence à partager l'art avec sa communauté en Inde en juin 1992.

À l'époque, Auroville (une cité internationale expérimentale fondée en 1968 et reconnue par l'UNESCO) existait déjà depuis une bonne vingtaine d'années et le Taï Chi y était connu de différentes manières. Cependant, probablement en raison du grand enthousiasme de Mauna et de sa conviction profonde que l'approche de l'école offrait un système de conscience corporelle parfait pour Auroville, la pratique de Vlady s'est de plus en plus établie - et est restée.

Vision parallèle

La vision originelle d'Auroville propose aux résidents de travailler collectivement pour une société plus consciente, tout en cultivant individuellement une recherche intérieure psychique et physique, celle-ci s'appliquant dans le cadre du travail et d'autres activités extérieures. Consciente que l'approche du Taï Chi par la « voie intérieure » de l'école - et en particulier son travail intensif sur le Chi - serait un excellent outil pour le développement de la future ville, Mauna a entrepris de faire connaître largement cette pratique, en créant un réseau d'une dizaine de lieux différents au sein d'Auroville, afin de partager ce qu'elle avait appris. Auroville se composant alors d'une cinquantaine de petites communautés réparties sur 20 kilomètres carré, les séances de Taï Chi se déroulaient alors dans de nombreux endroits différents, écoles, terrains de sport, bâtiments communautaires, terrasses et toits. Au vu du nombre croissant de participants, Mauna parcourait inlassablement les routes sablonneuses sous le soleil pour se rendre d'un endroit à l'autre. Au fil du temps, le besoin d'un espace dédié à la pratique s'est fait sentir.

Besoin d'un lieu dédié

Au milieu des années 90, un couple de nouveaux arrivants s'est installé: Marco et Liliana, originaires d'Italie, et se sont joints aux cours offerts. Marco s'est alors profondément impliqué, s'appuyant sur son expérience antérieure dans un monastère zen en Italie où il avait appris des techniques de respiration, de concentration et de méditation qui étaient devenues sa pratique quotidienne. Il étudia intensivement les formes de l'école et participa à de nombreuses sessions d'été à Oppedette pour être formé par Vlady, Michèle et d'autres enseignants. Finalement, Marco et Liliana ont construit une maison dans un grand jardin, dont la terrasse pouvait enfin accueillir la branche d'Auroville de l'Ecole de la Voie Intérieure...

Naturellement Marco est devenu lui-même enseignant. Vers 2003, il a pris amicalement la relève de Mauna et a depuis formé entre 20 et 40 personnes par an pendant plus de deux décennies.

Poursuite de la pratique

Les vingt années suivantes ont été animées par Michèle et d'autres enseignants de France (Hedwige, Françoise, Nicole, Vanessa, Paul, Laurent, Fabien, Madeleine...) qui sont venus à Auroville et ont proposé des ateliers de formation très courus ou sont simplement passés pour nous inspirer. De nombreux étudiants de Marco (Binu Kumar, Divya, Etel, Kaarthikeyan, Krishna, Marie, Savitha Rani) ont été encouragés à rejoindre l'école grâce à ces interventions. À partir de 2009, Marco (qui est devenu professeur) a mis en place un emploi du temps rigoureux. Tous les matins, pendant une heure et demie, il enseignait le Taï Chi sur le toit de leur maison à Sharnga. En outre, il organisait des stages pour les débutants et des stages intensifs pour former les étudiants qui aspiraient à devenir professeurs. Cette régularité, offerte par Marco depuis plus de 15 ans, a permis à la pratique de se maintenir, de s'enrichir et de s'enraciner profondément dans la communauté d'Auroville, pour laquelle les cours sont gratuits. La sincérité, le bénévolat et le dévouement que l'on retrouve aujourd'hui dans le groupe d'habitues qui commencent leurs journées par une pratique du chi et de la forme (les trois formes sont enseignées en alternance) suivent la direction que Marco nous a donnée jusqu'à son récent départ.

Si les martins-pêcheurs et les paons animent parfois nos séances dans les premières lueurs dorées de la forêt Aurovillienne, c'est surtout le sérieux et l'authenticité de ce qui est appris et vécu qui interpellent les passants venus par simple curiosité. Ainsi, l'étude de la Voie Intérieure proposée par Vlady est également partagée avec les visiteurs indiens et étrangers intrigués par l'expérience d'Auroville.

21-5-93

Chère Mauna

Je ne sais pas si le
livre se vend, mais je reçois
beaucoup de lettres enthousiastes
des lecteurs.

Tu connais le Passis
Trough, c'est le passage du
Chi ou Tong au coccix et au
Sacrum. J'insiste maintenant
beaucoup plus sur cette technique
essentielle qui est souvent
négligée.

Bientôt

Love Vlady



Un atelier avec Michèle à Auroville en 2012. Marco est devant à droite avec le t-shirt noir.

Cours et ateliers réguliers

Au cours des dernières années, une nouvelle génération de praticiens a fait son apparition dans ce domaine, et Krishna, Binu Kumar et Divya - trois enseignants indiens dévoués - perpétuent l'essence de l'École de la Voie Intérieure à Auroville. Ils sont soutenus à distance par Michèle, Pierre et Fabien qui ont généreusement offert leur aide et leur matériel pédagogique. Des cours réguliers et quotidiens forment maintenant la colonne vertébrale de la pratique pour beaucoup, offrant un rythme régulier qui soutient à la fois les nouveaux venus et les étudiants de longue date. Deux stages pour débutants, organisés en août et en février, ponctuent l'année, offrant une introduction aux débutants et un espace concentré d'approfondissement aux étudiants plus expérimentés. Et puis, il y a la retraite dans les montagnes plus fraîches de Kodaikanal - une immersion intensive où l'art semble s'installer dans le corps d'une manière qui le transforme. Ces moments laissent souvent une empreinte durable, comme si quelque chose d'ancien et d'essentiel s'était tranquillement enraciné.

Alors que nous entrons dans l'année du centenaire de la naissance de Vlady, nous sommes extrêmement reconnaissants du soutien du FDSI (fond de solidarité international) qui a permis notre formation, et nous sommes convaincus que les liens avec l'école en France continueront à se tisser afin que la recherche de Vlady puisse être connue et vécue en Inde. Nous nous joignons de tout cœur au monde grandissant des praticiens qui apprécient profondément et remercient Vlady d'avoir développé cet enseignement et cette école, en mettant l'accent sur la croissance intérieure et extérieure.

Nous accueillons chaleureusement nos enseignants et collègues du monde entier, qu'ils viennent nous rendre visite lorsqu'ils sont de passage ou qu'ils se joignent à notre retraite annuelle au Bodhi Zendo de Kodaikanal. Pour plus d'informations : www.artduchi.in contactez-nous sur taichi.auroville@gmail.com



Photo de groupe en 2012...Un atelier avec Michèle



Mauna enseignant à Auroville, 1994



Vue de la maison de Liliana et Marco ; nous pratiquons sur leur terrasse...

L'Art du Chi aujourd'hui

Je n'ai pas connu Vlady Stevanovitch ! Et alors !

Dans la pratique de l'Art du Chi,
nous avons l'expérience du
subtil.
Cela nous permet d'être en
lien avec l'essence.

La transmission de maître en maître a permis à Vlady de recevoir celle-ci.

Aujourd'hui, si nous voulons bien nous ouvrir pour la recevoir, elle passe à travers Michèle, notre Doshu.

Oserais-je imaginer qu'elle est le tantien de notre école ?

Elle nous guide en continuant d'ouvrir le chemin.

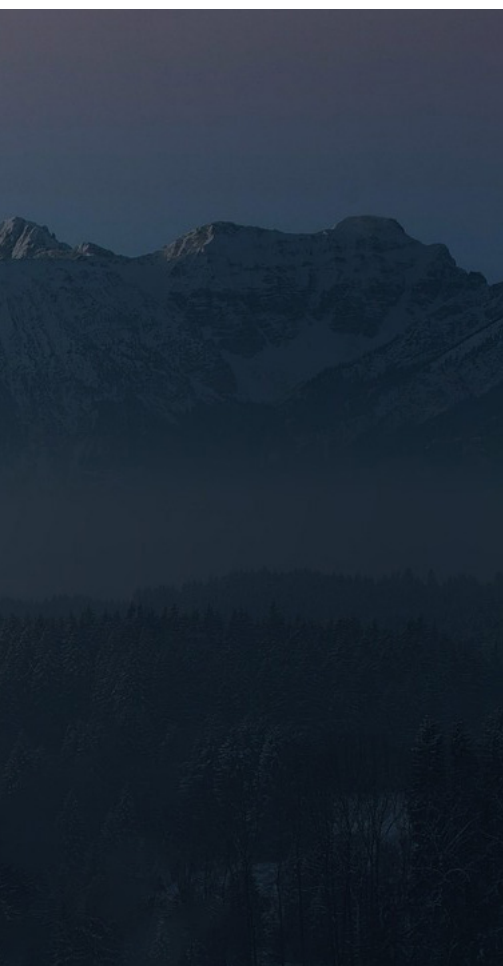
Alors oui, à travers cet enseignement je me sens tout à fait en lien avec l'intention de Vlady.

Une compréhension universelle en harmonie avec la pulsion de la vie.





Le DOSHU



Qu'est-ce que c'est que ça ? Un mot japonais traduit littéralement par : Maître de la voie. C'est la personne qui est responsable de la continuité et de la fidélité à la voie. Tout en respectant l'enseignement reçu, le Doshu est nommé par le Maître précédent et donne l'orientation à une école. C'est La référence. Qu'en sera-t-il dans l'avenir de notre école ?

Les temps changent et cela depuis toujours... mais à notre époque, le mode de vie ne permet plus un engagement total dans une voie. Pourtant, notre enseignement est sacré, c'est une richesse d'autant plus à protéger que le monde a changé. C'est une trace de ce que peut être la vie, de ce que peut être l'être humain dans le monde terrestre.

Pas de Doshu pour l'avenir mais nous pouvons garder, protéger jalousement l'enseignement afin qu'un jour peut-être ? Restons fidèles à l'enseignement car il a été conçu par une succession de Maîtres qui ont consacré leur vie à la recherche. Souvent l'occidental veut apporter son grain de sel, sa compréhension. Il lui semble que sans cela il ne pourra pas s'épanouir. Il n'y a rien à apporter tant que l'on n'a pas réussi à ne plus vouloir. Ce qui viendra peut-être ne sera pas de notre fait. Quelle importance de faire comme ceci ou comme cela. La chose n'est pas au bout du doigt, ni encore moins sous le bras, c'est la lune qu'il faut regarder.

Et pourtant, il faut commencer par suivre rigoureusement, millimètre par millimètre, engranger tout : la forme, les détails, les rythmes, la technique, le sens, l'esprit afin d'espérer, un jour, regarder la lune.

Merci pour votre lecture !

Rendez-vous bientôt pour le prochain
numéro !

Tantien mag, juin 2025.
Centre International Vlady Stévanovitch
Chemin d'Aubard
04200 Saint Vincent sur Jabron
FR

stevanovitch@artduchi.com
www.artduchi.com

Les formateurs

Michèle Stévanovitch

www.artduchi.com

Karine Taymans

www.artduchi.be

Pierre Boogaerts

www.artduchiquebec.com

Fabien Bastin

www.artduchiportugal.com

Christian Michel

www.artduchi-aevi.fr



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

Pour réserver votre stage au Centre International:

www.artduchi.com

Pour découvrir tous les livres écrits par Vlady Stévanovitch:

www.editions-stevanovitch.com

Pour en savoir plus sur l'émetteur d'Ondes Vives:

www.qissana.com



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch