Symbiose

Photo "Les Jardins du Lac de Bambois"

"Association de plusieurs organismes vivants qui s'apportent un bénéfice mutuel. Non forcée, on parle de coopération, de partage."

N° 02 - janvier 2009 - Gratuit

A fond les ..... formes

Meilleurs Voeux à tous

Le Comité de Rédaction

Meilleurs Voeux 2009

Je vous souhaite de découvrir l' « Aurore ».
Vous savez, cet instant chargé d' Espérance
Qui précède le Jour, la Lumière, l'Eveil.

Début d'année, Aurore 2009 ...

Je vous souhaite l' «Eveil »
Toute une année d' Eveil

L'Eveil de l'Esprit
Pour une plus grande lucidité, dans les choix à faire :
La route sera plus belle, plus riche.

L'Eveil du Cœur
Pour retrouver les valeurs, Vos valeurs, à vivre, à partager,
Pour pouvoir s'émerveiller encore des cadeaux que la Vie nous envoie ...
quand des amis se retrouvent,
quand la tendresse nous enveloppe,
quand la fête permet des rencontres et
que le cœur se remplit de joie ...

L'Eveil du Corps et des Sens
Pour goûter et apprécier à chaque instant des choses simples,
toutes ces petites sensations que l'on perçoit mieux quand on se libère des contraintes trop lourdes :

La caresse du vent ou du soleil sur la peau,
Des choses belles à voir ou à entendre,
Un corps qui vit, qui bouge bien, qui donne, qui reçoit....

J. Hubert

The Taichi Day le 25 04 2009

Bonjour à toutes et à tous,

Nos mémoires sont encore bercées par l'inoubliable Taichi Day 2008 que nous avons fêté avec un plaisir partagé dans l'écrin magique de l'Abbaye de Villers- La –Ville.

Ce 25 avril 2009, les Jardins du Lac de Bambois nous accueilleront pour une nouvelle Journée Mondiale du Taichi et du QiGong.

Le site de Bambois nous offrira une Symbiose d'esthétique, de poésie et d'écologie.

Mais ce n'est pas tout, un événement en appelant un autre, ce 25 avril prochain marquera l'ouverture officielle du site et sa traditionnelle Fête des Jardins où le visiteur s'enivrera d'expos, de marché aux fleurs et autres dégustations des produits du terroir...
Nous aurons donc le plaisir de joindre l'utile à l'agréable, pratiquer tous ensemble et gâter les sens des bons épicuriens que nous sommes...

Quelques mots sur le site ....

Le lac de Bambois est un vaste plan d'eau situé dans une propriété de 33 ha recelant des jardins de plantes aquatiques et médicinales, un beau jardin japonais, un jardin pour enfants (découvertes sensorielles et ludiques) ainsi que des jardins "poétiques" (Rops, Monet) et pour la saison prochaine un panel de l'avifaune qui caractérise notre région.

L'ensemble du site a fait l'objet ces dernières années d'un réaménagement écologique et esthétique. Il est sillonné de sentiers-découvertes et de cir-

cuits-promenades permettant de le parcourir de manières très diverses et d'en découvrir les richesses botaniques et ornithologiques. Vous pourrez également y admirer les collections d'insectes et les aquariums (Bambois est un haut lieu de pêche en barque) et vous détendre en bordure du lac, sur la petite plage de sable ou en terrasse.

Accès :
Fosses-la-Ville se situe au croisement des nationales 98 (Sambreville –Florennes) et 922 (Namur-Charleroi).
Venant de Mons ou de Liège par la E42 : sortie 14 (Sambreville) suivre la N 98 en direction de Fosses.
Venant de Bruxelles ou de Luxembourg par la E411, soit aller jusque Namur et prendre les nationales 92 et 922 en direction de Charleroi, soit quitter E411 à l'échangeur de Daussoulx et prendre l'E42 en direction de Charleroi/Mons et suivre l'itinéraire précédent.

Le prix d'entrée des Jardins du Lac de Bambois pour les participant(e)s au Tai Chi Day est fixé à :

- 2,40 € pour les adultes,
- 1,00 € pour les enfants de 3 à 11 ans.

Au grand plaisir de vous y rencontrer très nombreux.

Renseignements, précisions et inscriptions auprès de votre enseignant.

Francine.

L'éveilleur

"Septembre 2007,
Corinne rejoint le groupe de Taiji quan. Très vite, elle "accroche", montre un intérêt croissant et "nous accroche" tous par son charisme et sa personnalité. J'apprends son talent d'écrivain au travers de la qualité des mails que nous échangeons et par la surprise de la savoir auteur d'un livre qui va être prochainement édité.
Elle est pour moi un être à rencontrer, parler d'elle me semble bien pâle à côté du ressenti que son discours ou sa présence provoquent.
Sa manière d'évoquer ce que le TAIJI QUAN lui permet de mettre en évidence dans sa vie m'a de suite émue et les paroles qu'elle utilise pour traduire ce qui lui vient de l'intérieur sont uniques...
Corinne est quelqu'un qui ne laisse pas indifférent !
Je remercie l'heureux Hasard qui nous a fait croiser son chemin"

Myriam

L'éveilleur

Dans un film américain, alors que l' atmosphère basculait souvent dans le suspense d'une attaque imminente entre deux acteurs, que les klaxons des voitures et les sirènes des ambulances retentissaient, je les aperçus ces personnages aux gestes lents, rassurants, uniformes en apparence, pratiquer leur art martial dans une rue New-Yorkaise. Aussitôt, je me surpris à penser que ma vie pourrait se dérouler de la sorte, qu'elle prendrait sens en moi de l'intensité des ces mouvements, que je serais tellement présente à moi-même que rien ne pourrait me perturber, me prendre au dépourvu, m'assaillir, m'étourdir. J'y suis venue au début du mois de septembre 2007 vers cet éveilleur d'une autre part de moi-même. Je suis entrée discrètement dans cette salle de Jumet, dont l'allure vétuste ambiance l'atmosphère du lieu, ces endroits qui donnent l'impression de posséder une essence car ils ont vécu l'humain.

Je pénétrais dans ce nouveau monde avec entrain et méfiance, je fis connaissance avec mon professeur et quelques pratiquants. Ma première approche fut déconcertante, il fallait apprendre à marcher autrement, bouger

les mains en même temps que les pieds, le vocabulaire employé par Myriam heurtait mes oreilles de néophyte, « avancez décalé, le dan tien, le ying et le yang, les ba fa, les 24, les 88. Au fil des jeudis je me surpris à attendre avec impatience le cours suivant, la chaleur dégagée par le groupe me réchauffait à chaque fois le corps et le cœur. Je croyais que j'allais maîtriser ce bel art martial, cette boxe de l'ombre, c'est lui qui s'est infiltré en moi et son éveil me pénètre avec respect, douceur et discipline. Toutes les figures ont un début, une fin, rien n'est le fruit du hasard. A l'au revoir de chaque cours, je crois le quitter mais son apprentissage bouge mon corps, l'alimente d'une douceur inconnue et sa pratique devient un appel, les jours qui me séparent de lui un manque. Cet art m'ancre, m'axe, me connecte à mon essentiel. Avec lui je n'ai point d'exil puisque ma terre se trouve en-dessous de mes pieds et qu'un fil imaginaire me relie au ciel.

Grâce à lui l'inspiration me revient et mon expiration s'en inspire. Le temps des mouvements de base, je m'arborise, deviens chasseuse, suis amazone, musicienne, il m'hypnotise ou m'envole dans des contrées sauvages. Lorsqu' arrive le festival des Arts martiaux, il est représenté par des pratiquants amateurs d'art et noblement sur le tatami il dévoile son épée, se sabre, aligne son bâton, s' ouvre en éventail et nous brocarde de soie. Il est né en Chine mais il appartient à l'humanité car il parle un langage universel celui du respect, du partage, de l'accomplissement, de la symbiose. Parfois il m'offre la grâce dans mon groupe énergétique de ressentir qu'UN est dans le tout et tout dans le UN et il m'emmène au cœur de moi dans la simplicité du présent et dans l'amour de moi, avec bienveillance. Le taiji, il s'immisce dans des recoins oubliés de mon âme, il l'emperle, devient son écrin. Il me voyage au pays des merveilles de mes émotions ressourcées. Je suis une débutante et moi qui savait à peine « avancez décalé » il y a quelques mois, aujourd'hui fièrement, je fais la grue blanche qui déploie ses ailes et je suis au commencement de notre aventure!!!.

© Corinne

Le TAIJIQUAN à la rencontre des “désorientés”

....Le hasard de la vie m’a mise face à face à la déconcertante Maladie d’Alzheimer....

Quand cette pathologie touche un membre de votre famille, c’est comme si une bombe vous tombait dessus !!
Heureusement, la force m’a été offerte de dépasser l’épreuve du Déni, de la colère, de l’abattement, pour cheminer sur la route de la compréhension et enfin atteindre l’acceptation de « l’Im-pansable » de cette maladie.

....Ce même hasard conduit mes pas régulièrement vers une résidence où sont accueillies ces personnes désorientées, « émiettées » dans leur perception du « Moi » ; là bas, j’apprends à entrer en contact avec eux autrement, partage le désarroi des familles, dialogue avec le personnel médical et paramédical spécialement formé à cet accompagnement.

Les choses se sont mises en place presque toutes seules....
La direction et le conseil des résidents me proposent de donner un cours de Taiji quan à ces personnes ; l’objectif à long terme serait de leur offrir une manière différente de s’enraciner » et d’éviter ainsi leurs chutes nombreuses.
La joie au cœur, j’accepte bien volontiers ce challenge et laisse faire la magie de cet ART de vie.

Un cours se met en place tous les mardis matin. Au premier cours, une vingtaine de curieux viennent découvrir cette drôle de gymnastique chinoise ; tous ne sont pas malades neurologiquement mais ont cependant des troubles de l’orientation, de la concentration, de la motricité, de la mémoire. Pas facile d’organiser quelque chose qui puisse aider chacun à retrouver son axe !!!
Avec beaucoup d’humilité et de patience, au fil des semaines, les exercices de base et les « 5minutes de longue vie » pénètrent leur espace de conscience et de vie.

Ils reviennent chaque mardi et, il m’a été rapporté qu’ils en parlent entre eux pendant la semaine...et se corrigent entre eux !!!
Le projet, en attente d’être épaulé par la Fondation Roi Baudouin, est programmé pour un an. L’équipe médicale a procédé aux tests cliniques de base (prise de sang, tensions, liste de médicaments, Tinetti pour l’équilibre) et ces mêmes tests seront réalisés au bout d’un an sur les résidents les plus assidus au cours.
Les « élèves » sont maintenant rejoints par l’équipe kiné, ergo et psy....
Le Taiji quan fait des adeptes au sein de la maison de repos !!!
Quel bonheur de partager !
Je vous tiens au courant de leur évolution...

Myriam

Stage organisé par Catherine

29 et 30-11-08

Ce week-end là, l'agenda était chargé, trop chargé. En le bousculant (beaucoup), nous arrivons à dégager un demi-jour pour participer quand même au stage de Thierry, organisé par Catherine, à Bruxelles.

Il est vrai que pour nous Thierry est un formateur de choix; sa force tranquille, son ouverture dans la simplicité et l'assurance, l'excellence de son enseignement, sont à nos yeux des valeurs, des références importantes.
Nous arrivons le dimanche à la reprise. Accueil chaleureux, on s'embrasse, visages souriants et connus des habitués des stages intensifs... on est en famille.

Première partie du programme : « l'ouverture des douze méridiens » ...
Enfin les derniers puisque les autres ont été étudiés samedi et dimanche matin.
Révision et apprentissage ... : découvrir que l'on peut ouvrir un peu plus l'articulation, expérimenter dans son corps des sensations nouvelles, s'essayer à un étirement inhabituel ou plus prononcé, mesurer le chemin qui reste à parcourir et puis sourire quand apparaissent nos propres limites.
Mon Dieu que l'on est vivant !

L'ouverture de certains méridiens semble facile, d'autres beaucoup moins.
Et puis Thierry ajoute un détail, une finesse en plus, éveille l'attention sur...
Des trésors de richesses immatérielles nous sont livrés, à faire et à pratiquer ... jusqu'à la méditation.

L'après-midi touche à sa fin, il nous reste une heure à peine.
Thierry nous propose d'approcher la forme 108 « différemment » en « épousant » l'attitude corporelle des animaux.

La salle se transforme et devient savane bruyante, territoire inexploré et inaccessible aux humains trop coincés dans l'amidon des « civilisés ».
Souvenirs

... d'avoir reconnu la démarche dodelinante et le pas pesant de l'ours;
... d'avoir entendu les rugissements à répétition du tigre;
... d'avoir vu le côté sautillant, chapardeur, curieux voire inquiet du singe.

Certains se sont lâchés oubliant retenue et limites, jusqu'à nous montrer leur vraie nature, leur visage jusque là caché.
Fous-rires à répétition, on a beau ne pas se prendre au sérieux, il y a toujours des surprises.

Que tous les petits lutins inspirent à notre ami Thierry la bonne idée de nous reproposer cette démarche amusante et riche lors de son prochain passage chez nous. D'autres avant nous l'ont dit : « On ne change pas de professeur ! »

Découvrir plus et grandir, rien de moins !

Jacques et M. Luce

Résultats

Championnat du Monde de Taiji Quan à Taiwan : 18-19 octobre 2008

Et oui, le Taiji Quan a aussi son Championnat du monde !

Cette année, il était organisé à Taiwan. Plus de 1500 participants jugés par près de 200 membres du jury ont présenté leurs formes dans un stade pouvant accueillir 20.000 personnes.
Bonjour l'adrénaline !

Peu d'Européens mais parmi eux plusieurs se sont distingués :

Thierry ALIBERT
A obtenu __ excusez du peu __ 3 médailles d'Or en : style Yang, Epée et Eventail.

Catherine SCHOLLAERT
Une amie belge partie en France a obtenu 2 médailles de Bronze en : style Yang et Eventail.

Quelques photos sur : http://www.thierryalibert.com/evenement/cdm08@tai/album/index.html

Championnat d'Europe de Taiji Quan en Suède : 7-8-9 novembre 2008

Ici aussi, alors que la compétition s'avérait plus relevée qu'aux Championnats du Monde, Thierry ALIBERT & Catherine SHOLLAERT ont fait d'excellents résultats.

Thierry :
Médaille d' or style Yang
Médaille d' or Epée
Médaille d' argent toutes armes confondues
Médaille d' argent Bâton, Lance
Médaille d' argent formes rapides
Médaille d' argent tui-shou à pas mobile libre

Catherine :
Médaille d'or en style Yang
Médaille d'argent en duo avec son époux Jean-Luc CHASTANET au Grand SanShou

Quelques photos sur : http://sweopen.se/ec/main.php?id_article=7

FAITES-LE SAVOIR

太極拳

Symbiose rêve d'être un espace d'échanges....de l'information.

Faites-nous goûter vos découvertes, vos coups de cœur, vos humeurs, votre sagesse (témoignages, lectures, expos, films, reportages, arts, musiques, évènements...en rapport direct ou moins direct avec notre cheminement).

Si vous dénichez une pierre qui semble précieuse, n'hésitez pas à la passer à votre enseignant ; elle trouvera peut-être son écrin dans l'édition suivante.

Merci !

"SYMBIOSE... EN COULEUR ! "

Une version PDF est disponible sur les sites suivants:

www.taijiquan-nivelles.be
www.taijiquan-namur-gembloux.be
www.taijiquangilly.net

COURS

CHARLEROI	CHARLEROI	ETALLE
Sonia Pacholyk 0476 301 795 9h00 à 10h30 10h30 à 12h00 Dimanche Complexe Sportif de Charleroi rue des Olympiades, 2	**Sonia Pacholyk** 0476 30 17 95 Lundi 9h00 à 11h00 Mercredi 13h30 à 14h30 15h00 à 16h00 rue de Marcinelle, 2 Centre Couleur Santé Province de Hainaut	**Francine Sevrin-Ancion** 0476-64-46-82 18 h- 20 h mardi et jeudi Ecole fondamentale Rue Termezart Organisation : sport-senior
GEMBLOUX	**GERPINNES**	**GILLY**
Francine Damit 0476 87 82 40 18h15 à 19h30 19h45 à 21h00 Lundi Rue Baudecet, 19 www.taijiquan-namur-gembloux.be	**Thierry Dumont** 071 47 01 16 19h00 à 20h30 Jeudi Salle Fernand Pouleur rue des Ecole	**Alain Hardy** 0497 93 60 62 19h15 à 20h30 Jeudi Ecole communale des Haies rue Nazarin, 35 www.taijiquangilly.net
JUMET	**MANAGE**	**MONTIGNIES Sur SAMBRE**
Myriam Flandre 0472 59 73 44 19h00 à 20h30 Jeudi salle paroissiale de l'école st Joseph rue d'Egmont	**Myriam Flandre** 0472 59 73 44 19h00 à 20h30 Lundi Salle VALERE MOTTE rue de Jolimont	**Alain Hardy** 0497 93 60 62 9h30 à 10h45 10h45 à 12h Dimanche rue Grimard (dojo du stade Yernaux) www.taijiquangilly.net

PROGRAMMES

CHARLEROI	Dimanche	**09h00 à 10h30** : avancés **10h30 à 12h00** : débutants
	Lundi	**09h00 à 10h00** : avancés **10h00 à 11h00** : débutants
	Mercredi	**13h30 à 14h30** : avancés **15h00 à 16h00** : débutants

ETALLE	Mardi	**18h00 à 20h00** : style yang moderne : 32 épées
	Jeudi	**18h00 à 20h00** : style yang moderne : 32 épées

GEMBLOUX	Lundi	**18h15 à 19h30** : débutants Style Yang, Wu kung Bafa, Bases, Formes des 10 et 13 postures **19h45 à 21h00** : avancés Style Yang, routine des 24 mouvements : Forme de Pékin
	Jeudi	**09h30 à 10h30** **:** Taijiquan Daoyin Qi Gong - Exercices ancestraux de préservation de la santé

GERPINNES	Jeudi	**19h00 à 20h30 :** 4 groupes correspondant aux 4 formes en seignées pour le moment en lien avec le niveau atteint; à savoir la forme des 13, des 24, des 42 et des 48 mouvements.

GILLY	Jeudi	**19h15 à 20h30 :** Forme des 88 (108) mouvements du style YANG

JUMET	Jeudi	**19h00 à 20h30 :** débutants : bases + 1ere partie des 88 (style yang) avancés : 2ème et 3ème partie des 88

MANAGE	Lundi	**19h00 à 20h30 :** débutants : bases + 1ere partie des 88 (style yang) avancés : 2ème et 3ème partie des 88

MONTIGNIES S SAMBRE	Dimanche	**09h30 à 10h45** : Forme des 24 mvts (de Pékin) **10h45 à 12h00** : Forme des 10 mvts (débutants) **10h45 à 12h00** : Forme des 24 mvts (perfectionnement)

PROGRAMMES

NAMUR CHAMPION	Mercredi	**18h15 à 19h30 :** débutants - Style Yang, Wu kung Bafa, Bases, Formes des 10 et 13 postures **19h45 à 21h00** : avancés - Style Yang, Formes des 24 et Style Yang, 32 épée
NIVELLES	Mardi	**19h00 à 20h15** : débutants - Style Yang, Wu kung Bafa, Formes des 10 avancés - Style Yang ancien, Formes des 40 super avancés - Style Sun, Formes des 73
		20h30 à 21h45 : débutants - Style Yang, Wu kung Bafa, Formes des 10 avancés - Style Yang, Formes des 24 super avancés - Style Yang, Formes des 88
UCCLE	Jeudi	**13h30 à 15h00 :** débutants - Qigong, forme des 10, avancés - Forme des 13
	Vendredi	**19h00 à 20h30 :** débutants - Qigong, forme des 10
VANCE	Lundi	**20h00 à 21h45 :** style yang moderne, les 24 postures
WATERLOO	Samedi	**11h00 à 12h30 :** débutants - Qigong forme des 10
WOLUWE	Mardi	**12h30 à 13h30 :** débutants - Qigong forme des 10

COURS

NAMUR CHAMPION	NIVELLES	UCCLE
Francine Damit 0476 87 82 40 18h15 à 19h30 19h45 à 21h00 Mercredi Maison des Jeunes et de la Culture www.taijiquan-namur-gembloux.be	**Michel Lombeau** **Pascale Ruelle** **Annie Baise** **Marianne Lemaire** **Marc Briegleb** **Mireille Vanden Boosche** 0475 48 58 35 19 h- 20h15 et 20h30- 21h45 mardi rue E. Vandervelde 3 www.taijiquan-nivelles.be	**Nicole Van Den Dorpel** 0495 92 86 18 13h30 à 15h Jeudi 19h à 20h30 Vendredi place St Job, 9
VANCE	**WATERLOO**	**WOLUWE**
Francine Sevrin-Ancion 0476-64-46-82 20 h- 21h45 lundi Salle paroissiale de Vance Organisation : acrf Vance	**Nicole Van Den Dorpel** 0495 92 86 18 11h à 12h30 Samedi Boulevard H.Rollin, 5 centre de tennis	**Nicole Van Den Dorpel** 0495 92 86 18 12h30 à 13h30 Mardi Rue E.Mounier, 87 centre sportif

AGENDA

JANVIER

- NIVELLES

Soirée de Gala Mérites Sportifs 2008 de la Ville de Nivelles

Démonstrations de Taijiquan
par le **Comité de Rédaction**
et **les élèves** de Taijiquan Nivelles

* Dates : **vendredi 30 /01/09**
à :19h
* Où : Salle de la Dodaine

FEVRIER

- GILLY

accueillera **Thierry ALIBERT**

* Dates : **vendredi 6/02/09**
19h-21h QiGong
les 8 brocarts de Soie/Ba Duan Jin
(version approfondie)

samedi 7/02/09
10h-12h30 – 14h-17h TJQ
les aspects énergétiques dans le Taiji
(forme des108)

DEMOS

à **17h15**: Yang moderne
puis

Thierry Alibert
Programme du Championnat du Monde 2008

dimanche 8/02/09
10h-12h30 – 14h-17h TJQ
Forme ancienne attribuée à Yang Lu-Chan.
Un des 12 cercles du Style Yang: le Poumon

* Où : Salle Omnisports de Gilly
Place Destrée (derrière la piscine)

Alain Hardy : 0497 93 60 62 le soir
ou : buyy@hotmail.com
www.taijiquangilly.net

MARS

- PARIS

* Dates : **14 et 15 /03/09**
* Où : Centre Génération Tao
accueillera **Thierry ALIBERT**
144 Bld de la Villette 75019 Paris

AVRIL

- LUXEMBOURG

accueillera **Thierry ALIBERT**

* Dates : **4 et 5 /04/09**
* Où : Pétange Grand Duché du Luxembourg
Renseignements: **Anita Fisher**
00352 502 683
00352 621 767 808
anitafischerlux@yahoo.fr

- BAMBOIS

The Taichi Day

* Dates : **25/04/09**
* Où : les Jardins du lac de Bambois
* Tarifs : 2,40 € adultes
1,00 € enfants de 3 à 11 ans

de + l'ouverture officielle du site et sa traditionnelle Fête des Jardins où le visiteur s'enivrera d'expos, de marché aux fleurs et autres dégustations des produits du terroir...
(voir pages 4 et 5 pour plus infos)

MAI

- SPA

accueillera **Thierry ALIBERT**

* Dates : **9 et 10 /05/09**

Stage de Taiji Quan et Qi Gong

Renseignements: **Mr Roger Werres**
+324 727 593 22
rogerwerres@skynet.be