



◆ A.M.I.E. ◆

Arts Martiaux Internes et Externes

23, rue de la Sourdière 75001 PARIS ☎01.42.60.91.63 (répondeur)

e-mail : amieartsinternes@free.fr site : <http://www.multimania.com/amieartsmartiaux>

4^{ème} année – N° 19

20.06.2001

EDITORIAL

Le printemps a été très arrosé et le mauvais temps ne cessait pas d'agacer notre quotidien. L'eau envahissait nos amis de la Somme et tout le monde, fatigué par ce déferlement de mauvaises nouvelles et de temps pourri, accusait le moindre détenteur de pouvoir pour tous ces malheurs qui dégringolaient aussi drus que la pluie. "Ce n'est peut-être pas de leur faute mais ça dégage l'esprit de trouver un responsable". L'homme est trop persuadé de dominer la nature pour croire qu'elle peut être responsable des crues, des marées et autres phénomènes que nos ancêtres considéraient comme la mauvaise humeur des dieux.

Voilà qu'au beau milieu du mois de mai, le 12 précisément, le soleil réapparaît et nous montre à quel point nous en avons besoin. Alléluia ! Profitons-en pour goûter à ce qui nous a terriblement manqué.

Vous avez eu raison, mais le revers de la médaille pour notre association, c'est que c'était la date de l'Assemblée générale où étaient présents cinq courageux à braver le soleil pour parler du fonctionnement de l'association. Rassurez-vous ça n'a pas été inutile.

Le quorum n'ayant pas été atteint l'Assemblée Générale ne s'est pas tenue et a été reportée pour le mois d'octobre 2001.

Plusieurs raisons d'organisation contribuent à changer la date de l'assemblée générale. Les premières années de fonctionnement de l'association les AG se sont déroulées en janvier puis en février, pour finalement se tenir en mai.

Il ne s'agit pas de frapper ou de

L'AG de l'année 2000 avait été fixée tardivement puisqu'elle avait eu lieu en décembre.

Entre temps, l'exercice comptable a été instauré de septembre à septembre. D'autre part, l'activité principale de l'association : organisation des stages, nous oblige à attendre les calendriers des activités saisonnières des fédérations et des clubs qui ne sont connus qu'en septembre voir octobre.

Toutes ces raisons nous amènent à décider que l'A.G ordinaire se tiendra dorénavant au mois d'octobre.

L'assemblée Générale Ordinaire de 2001 se tiendra donc entre le 6 et le 20 octobre 2001. Nous vous précisons la date exacte et nous vous engageons à y participer.

En attendant, nous vous proposons une liste de stages possibles pour la saison prochaine qui seront soumis à discussion à la prochaine Assemblée générale.

Yoga : Jacques Vieillard

Kinésiologie : T.Noëns

I Shuan : Y.Lesueur

Karaté : Hoshiro

Tai ji quan de combat : Tokitsu

Karaté : Takémi Takayasu

Karaté gembukai : Pierre Portocarrero.

Cette saison 2000-2001 a été très satisfaisante car nous avons participé à des stages de qualité et qui, au long de la saison, se sont révélés très complémentaires. Remercions au passage tous les participants et notamment ceux venus de province que je ne nommerai pas pour préserver leur discrétion et leur modestie, mais qui se reconnaîtront.

yin et du yang avec un partenaire en

Puisque nous en sommes aux remerciements, un signe particulier à Jean-Michel Larget pour avoir mis à notre disposition la salle des Bauches qui a été pour l'association une bouée de sauvetage financière. Merci également à tous les rédacteurs occasionnels qui nous ont aidés à la réalisation de la Gazette et bien sûr grand merci au bureau d'AMIE qui a su faire en sorte que cette saison se déroule conformément à vos désirs.

Profitez au mieux de vos vacances et pour certains, nous vous souhaitons une bonne pratique aux différents stages d'été de cette période. Nous espérons vous revoir en forme et plein d'idées pour la rentrée prochaine. Si le calendrier le permet la rentrée débutera par un stage de Chanbara que nous avons dû supprimer.

Bonnes vacances

Michel LEROY

Stage de Tuishou et Qin Na animé par Pascal PLEE

Le dimanche 10 Juin 2001.

Tuishou pourrait être traduit littéralement par "poussée de mains". Pascal PLEE, cependant, introduit le concept de "mains collantes". En effet, le principe est de "coller" les mains de l'adversaire après avoir absorbé son attaque, et de ne plus les lâcher avant de pouvoir contre-attaquer. Ce collage s'effectue de façon très fine.

Car, bien que parallèles, ces routes ne

laisser tomber ses mains sur celles de son adversaire. Il s'agit plutôt d'un contact sans pression, pour être à l'écoute de l'autre afin de pouvoir continuer à le suivre et à le coller. La première phase étant l'absorption, cette pratique nécessite une très grande décontraction pour pouvoir absorber, puis être rapide dans la contre-attaque (principalement sur un point vital). De prime abord, cela semblait très simple. On se persuade souvent de plein de choses (être décontracté ou détendu, tourner les hanches correctement voire même parfois de "savoir"). Si ces exercices ne sont pas faits dans la souplesse et la décontraction, apparaissent bien vite des douleurs et des contractions musculaires – notamment au niveau du trapèze dorsal. Il fallait donc, avant de pouvoir travailler sur les techniques, accepter de travailler sur soi-même pour être sûr de finir le stage debout. Nous avons vu trois techniques de base (absorption vers la gauche, la droite et le haut). Le principe fondamental qu'on doit avoir à l'esprit est alors un cercle réalisé avec nos bras entourant un globe virtuel posé devant nous. Ce cercle représente la distance de sécurité, et ne doit pas être rompu. Le travail consiste donc plutôt à absorber par une subtile combinaison d'arrondissement du dos, et d'un mouvement de cercle décrit grâce aux jambes. Pascal PLEE, pour bien nous faire comprendre certains mouvements, n'hésite pas à faire des relations avec le karaté et d'autres arts martiaux. Pourtant, on m'avait dit jusqu'à présent que le karaté était japonais et n'avait aucun rapport avec de quelconques arts chinois. On m'aurait menti ? Pascal PLEE nous démontre, avec une facilité qui déconcerterait beaucoup d'enseignants, qu'en fait tout se rejoint ; qu'il y a pas des arts martiaux différents voire meilleurs que les autres, mais uniquement une façon différente de les pratiquer, de les approcher ou de les comprendre. L'exercice d'application fut de construire dans l'espace le signe du

restant "collés" : bien moins simple qu'il n'y paraît...

Autre exercice très intéressant : réviser ces techniques d'absorption et de poussées *les yeux fermés* avec un partenaire. Encore une fois pas si simple, mais cela développe la sensation de sentir ce qui se passe plutôt que de le voir. Notre cerveau travaille beaucoup par associations (il suffit qu'on lise très rapidement un mot qui ressemble à un mot qu'on connaisse, pour que notre cerveau soit persuadé d'avoir lu celui-ci). La perception de la réalité est alors troublée par notre organe principal. Il est donc tout à fait vital, dans le cadre d'une recherche dirigée vers l'éveil ("satori" en japonais, "wu" en chinois), de percevoir tout ce qui peut arriver, comme si on avait en permanence les yeux fermés.

Pour finir le stage, nous avons eu une approche de Qin Na, art fondé sur les clés, les luxations et les torsions de toutes sortes. Encore une fois, merci à Pascal de nous avoir montré ce qu'on croyait connaître. Nous étions quelques-uns à essayer de faire une luxation, en demandant au partenaire "elle est bonne ? ça fait mal ?". C'est généralement à ce moment que Pascal PLEE passait pour nous donner quelques conseils d'exécution. La personne volontaire pour la démonstration s'écroulant par terre, la question ne se posait plus ... Là encore, les similitudes avec des arts japonais tels l'aïkido, le jiu-jitsu, ... étaient flagrantes. Personnellement, j'ai perçu des choses dans ce stage que je n'avais même pas aperçu en plusieurs années d'aïkido. Cela mérite donc de se poser la réflexion sur notre pratique. L'art martial, quel qu'il soit, ne doit donc pas être un but en soi mais uniquement un moyen d'arriver à destination (quand bien même cette destination ne serait jamais atteinte). Et lorsque nous nous trouvons bloqués sur une route, pourquoi ne pas accepter de regarder sur une route parallèle quelque chose nous permettant de continuer ?

vont-elles pas toutes au même endroit ?

Luc MIGNAN

INFOS, INFOS, INFOS, INFOS

Stage de Karaté-Do / Chanbara
Du 25 août au 1^{er} septembre 2001 à
SAINT MALO animé par Abdé
JOUANI, Jacques FONFREDE,
Jacques VIEILLARD
☎ 01.44.67.77.69

--

Stage de l'école Sanyiquan, poing des
trois harmonies
Tai yin qiqong, pratique énergétique
Yingyiquan, poing de l'unité du
centre et de l'intention
Stage animé par Georges CHARLES
Italie : 16 juillet au 21 juillet
Gévaudan : 13 août au 18 août

INFOS, INFOS (suite)

Désormais vous pouvez consulter le
site en tapant :

<http://www.amie-asso.org>