

LA PAGE DU HERISSON

Hors-série n°6.

« Cela s'est passé l'année de la chèvre de bois »

Février - la fête du nouvel an chinois

Nous nous sommes retrouvés à Paris 13^{ème} au restaurant « China Town Olympiades » pour fêter l'entrée dans la nouvelle année caprine. Pas de menu cette fois-ci ; chacun a choisi ce qui lui faisait envie... Résultats : deux belles tablées bien garnies, des découvertes culinaires et la satisfaction des papilles !



Un remerciement spécial à Joëlle, pour son pudding chinois ; un vrai régal !



8 mars 2015 : stage de bâton conduit par Georges Charles

Au programme : Le bâton de l'externe, lié à la mante religieuse des 7 étoiles du nord et le bâton de l'interne du général Yue Fei dont vous pouvez retrouver le détail des aventures sur tao-yin.fr.



Martine et Patrice : On sent l'ancienneté dans la garde...

Apprendre l'art de protéger son arme.



Le tournoiement de l'aigle démontré par le maître lui-même.

Application du bâton du général ; Mona démontrant la parade du métal.



En avril, ne te découvre pas d'un fil...

Pratique printanière de Qi gong, rue Lebeau à Athis-Mons. On profite du beau temps pour évoluer dans le jardin.



Wu ming shi, la forme sans nom.

En mai, fais ce qu'il te plaît...

Du coup les pratiquants sont restés chez eux ;



Pour ceux qui sont venus, travail sur les 5 mouvements et dégustation de 3 thés fameux préparés par Philippe, notre ami spécialiste français des thés chinois.



Juin, la deuxième édition à Champagny en Vanoise.

Cette année, en plus des pratiques matinales de Qi gong, Tai Ji Quan, Xing Yi Quan, bâton et éventail, **découverte du tir à l'arc.**



Sonia entre ombre et lumière dans le soleil matinal, Diane chasseresse n'a qu'à bien se tenir.



Mention spéciale pour le

chaleureux estaminet « le son des clarines » et ses deux hôtes, « aux petits soins » : Laurence et Christine (au fond).

En juillet, déjeuner au Mandarin

pour fêter la fin de l'année scolaire.



Merci « mesdames les pratiquantes du centre Maurice Noguès » pour cette sympathique invitation !

Le Mandarin de Vanves, tenu depuis plus de vingt ans par une patronne dynamique et efficace propose des plats traditionnels et des menus plus passe-partout ... pour tous les goûts !

Août, le rendez-vous à Paulhac en Margeride



Encore une belle réussite pour ce stage d'été.

Explication des différents terriers d'énergie de la main.

Astrid (la questionneuse) est vétérinaire holistique, ce qui est assez rare, elle traite les animaux comme on devrait traiter les humains plus souvent.



L'art de s'exercer ensemble.



Cette année retour en force du t-shirts poings et paume de l'école, peu visible dans cette lumière estivale (à gauche) mais très seyants !



Clin d'œil t-shirts du Hérisson de Jade (à droite)



Sumihira Manabe, trésor national vivant du Japon à Sainte Urcize en août 2015 réalise une lame de katana en direct.

Par le biais de nos amis du ninjustsu et de de l'école Long HoHoi, nous avons appris la venue en France de ce maître forgeron. Après une chauffe du métal dans un bas fourneau durant 48h par ses assistants, le maître réalise une lame en quelques heures. Entre martelages et cuissons successifs, la lame prend forme. Enfin, lors de la dernière sortie du four, après trempage, le résultat est stupéfiant : Il ne reste plus qu'à faire le polissage et le montage.

En septembre, la fête



des associations.



Un grand merci à celles et ceux qui ont prêté leur concours à cette occasion. Qu'ils soient sur les photos ou non...

Le célèbre coup de pied de la crevette, qui a attiré des regards surpris et envieux...

En octobre, le stage Taijiquan/Qigong et...



Comme disait Rabelais : « mieux vaut de ris que de larmes écrire, pour ce que rire est le propre de l'homme »... (et de la femme, d'ailleurs).



... la convention des arts classiques du Tao à La Charité sur Loire



François dans la forme de la mante religieuse (qui ressemble bougrement à l'homme ivre !).
Merci à Jean-Marie pour l'accueil.

En décembre, le deuxième volet du stage de Taijiquan et Qigong



Déballage des t-shirts du hérisson, on trouve sa taille et sa couleur préférée ! Pour le plaisir de tous...

La forme Wang Taiji dédiée à Wang Zi Min par son instigateur Thierry Borderie permet de mettre en mouvement le Xing Yi quan et de lui 'donner une forme', car rappelons-le, le Xing Yi spontané est sans forme ! Art chevaleresque complet, il permet de préserver la santé par le travail articulaire, musculaire, circulatoire, respiratoire ainsi que l'activité cérébrale, la concentration, le relâchement (et la mémorisation !) sans oublier sa capacité à défendre son intégrité physique grâce aux applications intimement liées à la forme. En réalité, non seulement préserver la santé, mais aussi améliorer la santé par une pratique régulière et intelligente (au sens propre c'est-à-dire qui possède la faculté de s'adapter aux pratiquants et aux situations). En outre, ces pratiques permettent d'ouvrir l'esprit, de vivre heureux de retrouver, ne serait-ce qu'un instant, l'unité originelle.



Le héron d'Athis,



Animal majestueux, symbole de longévité en Chine,
L'échassier correspond au métal, il a la capacité de
jugement et de décision, son orient est l'ouest et sa
saison l'automne. Sa vertu est l'équité qui est un
des maître-mots de Kong Zi avec la bienveillance.



Dessin de Patrice Vaidie

Et peut-être à bientôt avec le Hérisson lors des prochains stages et autres rendez-vous :

A Athis pour fêter ensemble le nouvel an chinois

Le 13 février 2016. Nous célébrerons l'année du Singe de Feu !

A Athis-Mons

Le 14 février 2016 (bâton)

Le 17 avril 2016 avec Georges Charles, (Hung gar)

En Savoie

Du 20 au 24 juin 2016 une semaine à Champagny en Vanoise.

A noter les 25 et 26 juin 2016, l'anniversaire des 20 ans de l'école Lan Long Yu Lin à Vierzon.



Illustration de Tchao Hong-pen et Tsien Siao-tai pour le roi des singes (Si yeou ki) de Wou tch'eng-en

**Au revoir à la chèvre
de bois !**

**Bienvenue au singe
de feu. (cf. calendrier ci-après)**

CALENDRIER TRADITIONNEL CHINOIS

Singe de feu *bing shen* 2016

	Période	Mois	Hexagramme	Kan (29)
LI CHUN début de printemps	09/02-23/02	TIGRE	(11) tai	
YU SHUI eau de pluie	24/02-09/03			
JING HE réveil des insectes	10/03-23/03	LIEVRE	(34) da zhuang	
CHUN FEN equinoxe	24/03-07/04			
QING MING limpidité clarté	08/04-22/04	DRAGON	(43) guai	
GU YU pluies des céréales	23/04-06/05			
LI XIA début d'été	07/05-21/05	SERPENT	(1) qian	Zhen(51)
XIAO MAN formation des épis	22/05-05/06			
MANG ZHONG les céréales ont de la barbe	06/06-20/06	CHEVAL	(44) gou	
XIA ZHI solstice	21/06-04/07			
XIAO SHU petite chaleur	05/07-19/07	CHEVRE	(33) dun	
DA SHU grande chaleur	20/07-02/08			
LI QIU début de l'automne	03/08-18/08	SINGE	(12) pi	Li (30)
CHU SHU fin de la chaleur	19/08-01/09			
BAI LU rosée blanche	02/09-16/09	COQ	(20) guan	
QIU FEN equinoxe	17/09-01/10			
HAN LU rosée froide	02/10-16/10	CHIEN	(23) po	
SHUANG JIANG descente des gelées	17/10-30/10			
LI DONG début de l'hiver	31/10-14/11	PORC	(2) kun	Dui (58)
XIAO XUE petite neige	15/11-29/11			
DA XUE grande neige	30/11-14/12	RAT	(24) fu	
DONG ZHI solstice	15/12-29/12			
XIAO HAN petit froid	30/12-12/01	BŒUF	(19) lin	Kan (29)
DA HAN grand froid	13/01-28/01			