



EDITORIAL

Le journal a donc adopté sa nouvelle formule, une édition plus légère (4 pages) et une parution plus fréquente (1 par trimestre avec un objectif de 1 tous les 2 mois). Cela devrait nous permettre de coller plus à l'actualité. Des articles commencent à arriver sur le bureau du rédacteur en chef, Christophe, notamment en provenance de la plume de Philippe Ferrand et de Gilbert Vidal. Il faudrait maintenant que chaque école ait son rédacteur journal qui, glane les informations auprès des élèves et les transmette à la rédaction.

Il serait aussi souhaitable dans l'avenir, de consacrer une page aux enfants pour lesquels les éditions actuelles sont un peu trop sérieuses. Cette page pourrait contenir des bandes dessinées, des jeux ou toute matière susceptible d'intéresser nos "petits" (à partir de 4 ans).

Un concours de dessin, sur un thème précis pourrait être organisé dans chaque école, les meilleurs dessins se voyant publiés dans nos colonnes. Dès le prochain journal, nous devrions avoir les premières rubriques, des équipes de Jonquières et du pontet travaillant déjà sur le sujet.

VIETNAM

Genèse du voyage.

La saison dernière, lors du Tournoi, et à l'occasion des 10 ans d'existence de l'école du Pontet, les élèves du Cercle réservaient une surprise de taille à leurs maîtres. Au cours d'une cérémonie très émouvante orchestrée par les ceintures noires, le Jiaoshe Odru annonçait au Sikung et au Sifu qu'ils allaient partir en voyage au Vietnam, ce voyage étant offert par les élèves. En effet, depuis plusieurs mois, ceux-ci, chacun selon ses moyens versaient dans une caisse afin de réunir la somme nécessaire. Il ne restait plus qu'à fixer la date. Celle-ci fut donc arrêtée du 19 mars au 6 avril.

Carnet de bord :

Durant tout le voyage, le Sikung fut le narrateur de chacune de nos journées, ceci dans le but de ne rien oublier de notre séjour et de pouvoir en rendre compte à nos élèves, qui étaient à l'origine de cette merveilleuse aventure. C'est une véritable encyclopédie que nous écrivit le Sikung avec beaucoup de sérieux dans son langage plein d'humour. Ce carnet de bord est en cours de mise en page et sera publié au cours des prochains journaux. En attendant, en voici un bref résumé.

Après avoir décollé de Marseille le jeudi 18 mars à 17 h 00 et avoir transité par Munich, Franckfort et Bangkok, nous atterrissons à Ho Chi Minh Ville (Saïgon) à 17 h 00, heure locale, soit 18 heures plus tard. Notre rendez-vous avec monsieur Xsé, l'oncle du Laoshe Hassen est raté, nous nous débrouillons donc tout seul et arrivons dans un premier hôtel après de sévères négociations sur le prix du taxi. Nous avons été immédiatement pris dans la frénésie Saïgonnaise, véritable fourmilière, très surprenant pour nos habitudes occidentales. Une seule langue, l'Anglais, je m'y remet laborieusement. Après deux journées assez difficiles d'adaptation, nous avons finalement trouvé nos marques. Nous avons rencontré monsieur Xsé et avec lui nous avons pu vérifier l'extraordinaire hospitalité des Vietnamiens. Il nous a reçus chez lui

SOMMAIRE

Editorial - Vietnam	p.1
La Grue .Hok Kwen _Yi King source de sagesse (2ème partie)	p.2
Compétition : Championnats de Provence	p3
Compétition : Championnats de Normandie	p.3/4



comme sa propre famille et s'est tenu informé durant tout notre séjour, nous accompagnant même à l'aéroport le jour de notre départ. Jour après jour, nous avons découvert Saïgon, sous tous ses aspects, architecture, histoire, culture, commerce, art martial et surtout, cuisine !!! Nous avons vécu comme les Vietnamiens, mangeant dans la rue, dans les cantines improvisées, des mets succulents autant que surprenants. Nous marchions tous les jours pendant des heures, à raison d'environ 15 km, zonant dans tous les quartiers, même les plus sordides et faisant à chaque fois des découvertes inattendues. Nous n'avons pratiquement jamais rencontré d'autres touristes dans les endroits que nous arpentions. Une seule fois pour une excursion organisée, nous avons dû partir du quartier touristique, où les étrangers sont massés, et nous n'avions qu'une hâte c'est de ne plus les voir manger leurs pâtes et leurs pizzas ! une aberration

Côté Art Martial, nous avons été légèrement déçus, car là-bas, l'engagement est plutôt pour le Football, tout le monde connaît le mot "coupdumond" dès lors que l'on parle de la France.

Le Tae Kwon Do est bien implanté ainsi que le karaté. Nous avons cependant eu le plaisir de voir à l'oeuvre une école Thieulâm et une école Binh Dinh ainsi que la pagode où les moines pratiquent encore le Kung Fu, le matin très tôt entre 5h00 et 6h00. Là-bas, pas de Viet Vo dao, ni de Quan Qi Do, ce qui est normal, ces termes ayant été adoptés en France. Le terme qui définit l'Art Martial Vietnamien est Vô Thuât.

Dans le quartier des bouquinistes, nous avons découvert une multitude de livres anciens sur Thieulâm.

Nous possédons maintenant une bonne connaissance de tous ces domaines qui pourront servir à ceux d'entre vous qui feront un jour le voyage. Voilà un bref résumé de notre voyage, vous aurez tous les détails à la lecture des écrits du Sikung. Et vous découvrirez peut-être, ce que peut représenter la relation Maître Disciple dans ces circonstances.

Merci encore à tous ceux qui ont permis à cette aventure d'exister

SIFU



En occident, symbole commun de sottise et de maladresse. La danse des grues évoque, dans la Chine antique, le pouvoir de voler, et en conséquence d'atteindre les Iles des Immortels. Si la grue est un symbole de longévité, associé alors à la tortue, elle est surtout un symbole taoïste de l'immortalité. Aussi est-elle la monture habituelle des Immortels. La grue était censée vivre 1000 ans et posséder une technique respiratoire de longue vie qu'il convenait d'imiter. Sa blancheur était symbole de pureté et sa tête rouge-cinabre indiquait la permanence de sa puissance vitale, la concentration du Yang. Les oeufs de grue servaient à la préparation des drogues d'immortalité. Le retour cyclique de la grue (oiseau migrateur), symbolisé par la danse est un symbole de régénération.

La grue est un gracieux animal qui enseigne l'équilibre, la souplesse et la patience. L'adepte du style de la grue préfère attendre l'attaque de son adversaire pour rapidement esquiver et éviter le coup. La grue prendra son temps pour choisir une contre-attaque attendant une ouverture pour assener des coups, piquant de son bec les points vitaux. L'adepte du style de la grue utilisera de longs coups de pied et le bec de la grue frappera pour affaiblir et fatiguer l'adversaire avant de porter le coup final. C'est un des plus grands oiseaux volants qui peut atteindre 1 mètre 50 pour certaines espèces.

Le style de la grue met l'accent sur le renforcement nerveux et l'amélioration des réflexes, ainsi que, d'une manière générale, du caractère de l'individu. De nombreux mouvements imitent l'échassier battant des ailes : debout sur une seule jambe, on pivote pour faire face de plusieurs côtés, exécutant des coups simultanés dans des directions différentes. L'ensemble de ce style reste particulièrement gracieux.

La Boxe de la Grue, **He Quan**, se divise en trois courants:

- Le **Yongchun Baihe Quan** qui fut fondé par **Fang Qiniang** au 17^{ème} siècle, après qu'elle ait observé une grue.

- Le **Baihe Quan** qui descend directement du premier et se divise lui-même en cinq branches.

- Le troisième **Baihe Quan** qui est d'origine tibétaine et qui se divise lui aussi en quatre sous-styles.



YI KING source de sagesse . 2

Certains hexagrammes nous semblent bien adressés à nous autres chercheurs de la juste voie . Ainsi **LIU** , la MARCHE indique la marche à suivre et quelques pièges à éviter .

LA MARCHE est composé de **KIEN** , le CRÉATEUR, le **CIEL**, et de **TOUEI** , le JOYEUX, le **LAC**. **KIEN** est en haut , **TOUEI** est en bas . Ici le faible suit le fort, de près , si bien qu'il fait naître des difficultés. Pourtant le plus fort prend bien la chose "**MARCHER sur la queue du Tigre . Il ne mord pas l'homme . Succès** " . Ainsi , une attitude agréable et joyeuse mène au succès et permet d'approcher les maîtres les plus farouches. L'image de LA MARCHE est le ciel qui se reflète dans les eaux du lac. Les professeurs ne sont-ils pas visibles dans les faits et gestes de leurs élèves ? En tout cas , il est capital que les différences d'élévation, de grades , ne soient ni arbitraires ni injustes. Car dans un tel cas , les luttes et les jalousies sont inévitables. C'est la qualité de la pratique , la persévérance, les valeurs intérieures qui doivent déterminer les différences d'élévation

" **Ainsi l'homme noble distingue le haut et le bas et affermit par là l'esprit du peuple** " . Si l'esprit du peuple peut s'affermir, c'est parce que l'ordre et le calme intérieur naissent d'une situation où chacun est reconnu selon ses efforts dans la marche en avant. Là encore , la motivation détermine le succès. Celui qui pratique dans un but égoïste pour se sur-élever lui-même, briller aux yeux des autres deviendra à coup sûr arrogant, insatisfait et toujours en quête de nouveaux piédestals. C'est pourquoi au contraire, l'homme noble doit "**marcher simplement, progresser sans blâme** "

LA MARCHE nous montre aussi la voie à suivre pour tenter de se connaître un peu plus "**Observe ta démarche et examine les signes favorables** " On doit donc étudier après coup son comportement . Il est très positif de procéder régulièrement à ce bilan et on sera attentif surtout à ce qui découle de notre conduite. Car seules les conséquences de nos actes, ce qu'ils produisent, leurs fruits , nous permettront réellement de juger ce qui est positif. Puisse ce court aperçu de l'hexagramme n° 10 . LA MARCHE suffire à nous convaincre que :

" **Prudence et circonspection conduisent finalement au succès** " .



COMPÉTITION - Résultats

Le 15 mars 1998, un mois après l'exellente prestation des écoles Thieu-Lam lors de la coupe de Provence à La Ciotat, le Cercle Thieu-Lam affrétait à nouveau 2 cars pour se rendre aux **Championnats de Provence** à Gignac-La-Nerthe. L'enjeu était plus important puisqu'il y avait des titres de Champion à la clé et surtout les sélections pour le Championnat de France.



Une fois de plus, mission accomplie pour le Cercle, avec 57 médailles (19 de plus qu'à La Ciotat!) dont 20 titres de Champions de Provence, 19 de Vice-Champions et 17 médailles de bronze. L'école du Pontet s'est vue décerner la coupe de la ville en terminant première au classement des écoles avec 50 médailles. Quand à Yannick Campos, elle remporte le trophée du meilleur compétiteur en finissant première des 4 catégories dans lesquelles elle s'est alignée. De plus 16 élèves ont été sélectionnés en équipe de Provence (technique et combat) pour les Championnats de France qui se dérouleront les 25 et 26 avril à Paris. Alors rendez-vous à Paris ou dans le prochain journal pour les résultats...

ODRU Frédéric	1er en technique à mains nues
Sénior (Le Pontet)	1er en technique armes courtes
Sélectionné en équipe de Provence technique	

PHONGCHITH Sourichan	2ème en technique à mains nues
Sénior (Le Pontet)	2ème en technique armes courtes
	3ème en technique armes longues
Sélectionné en équipe de Provence technique et combat	

CINTIO Frédéric	3ème en technique à mains nues
Sénior (Le Pontet)	1er en technique armes longues
Sélectionné en équipe de Provence technique et combat	

CAMPOS Yannick	1ère en technique à mains nues
Sénior (Le Pontet)	1ère en technique armes courtes
	1ère en technique armes longues
	1ère en combat - de 60Kg
Sélectionné en équipe de Provence technique et combat	

DURBESSION Myriam	2ème en technique à mains nues
Cadette (Le Pontet)	2ème en technique armes courtes
	2ème en technique armes longues
Sélectionnée en équipe de Provence technique	

VEENENDAAL Marc	2ème en combat - de 70 Kg
Sénior (Le Pontet)	

SIAU Jean-Pascal	3ème en technique armes courtes
Sénior (Le Pontet)	

ANDOLFO Camille	3ème en technique à mains nues
Cadette (Le Pontet)	1ère en technique armes courtes
	1ère en technique armes longues
	1ère en combat - de 65Kg
Sélectionnée en équipe de Provence technique et combat	

LESIOURD Xavier	2ème en technique armes longues
Sénior (Cavaillon)	1er en combat - de 80 Kg
Sélectionné en équipe de Provence combat	

MOULOISE Mickael	2ème en technique à mains nues
Benjamin (Le Pontet)	2ème en technique armes courtes
	1er en technique armes longues

CORTES Jonathan	2ème en technique à mains nues
Benjamin (Le Pontet)	1er en technique armes courtes
	2ème en technique armes longues

ALBARON Valérie	2ème en technique à mains nues
Sénior (Cavaillon)	2ème en technique armes longues
Sélectionnée en équipe de Provence technique	

VECCHIO Jérôme	2ème en combat - de 75 Kg
Sénior (Le Pontet)	
Sélectionné en équipe de Provence combat	

WAFIQ Mohamed	1er en combat - de 75 Kg
Sénior (Jonquières)	
Sélectionné en équipe de Provence combat	

RIGNON BRET Laurent	3ème en combat - de 80 Kg
Sénior (Le Pontet)	

BARRAL Jérémy	3ème en combat - de 65 Kg
Cadet (Le Pontet)	

DURAND Elodie	1ère en technique à mains nues
Cadette (Le Pontet)	
Sélectionnée en équipe de Provence technique	

VALLUS Christophe	3ème en technique à mains nues
Cadet (Le Pontet)	1er en technique armes longues
	2ème en combat - de 65 Kg
Sélectionné en équipe de Provence combat	

ALPI Nicolas	2ème en technique à mains nues
Cadet (Le Pontet)	2ème en technique armes longues
Sélectionné en équipe de Provence technique	

Au sommaire de la "Voie du Thieu-Lam" No 15: Les impressions du Sikung et du Sifu à leur retour du Vietnam, une page de jeux pour les enfants, l'historique du Hung Gar

COMPÉTITION - Résultats

VIAL Christophe Cadet (Le Pontet) Sélectionné en équipe de Provence combat	2ème en combat - de 70Kg	LAUZENT Jules Marc Sénior (Jonquières) Sélectionné en équipe de provence combat	1er en combat + de 85 Kg
SOURICE Romuald Benjamin (Le Pontet)	1er en technique à mains nues 3ème en combat - de 50 Kg	ROZAS Emilie Pupille (Le Pontet)	1ère en technique à mains nues 3ème en combat
BOUADJAR Barka Sénior (Jonquières) Sélectionné en équipe de Provence combat	1er en combat - de 60 Kg	WAKERS Lisa Poussins (Le Pontet)	3ème en technique à mains nues
BERY Bruno Sénior (Jonquières)	3ème en combat + de 85 Kg	HERAIL Gregory Cadet (Cavaillon)	3ème en technique armes longues
PALMER Kevin Benjamin	2ème en combat 40/45 Kg	DURBESSION Johanna Benjamine (Le Pontet)	1ère en technique à mains nues 3ème en combat

L'école de Montivilliers, dirigée par Jean-Marie Levray, a créé la surprise de cette saison en compétition lors des **Championnats de Normandie**. En effet, après seulement deux années de pratique, les élèves normands apparemment très motivés ont remporté 19 médailles dont 9 titres de Champions de Normandie, 6 titre de Vice-Champions, 3 médailles de bronze et pour clôturer le tout le trophée du meilleur compétiteur pour Guillaume Hauchard qui a remporté 2 médailles d'or et 2 médailles d'argent. Notons la prestation d'Aurélie Lebouteiller qui fini première des 3 catégories auxquelles elle participe Compte tenu des résultats, 5 élèves ont été sélectionnés pour les Championnats de France à Paris...

ENFANTS

THIEUSSELIN Mickaël Poussin	3ème en technique (Style ancien) 2ème en combat	LEVRAY Benjamin Minime	1er en technique (Style libre) 2ème en technique (Style ancien) 3ème en armes longues (démonstration)
LALUNG Julien Pupille	1er en combat		

ADULTES

LEBOUTEILLER Aurélie Sénior	1ère en technique (Style ancien) 1ère en technique (Style libre) 1ère en combat Sélectionnée en équipe de Normandie	HAUCHARD Guillaume Cadet	2ème en technique (Style ancien) 1er en technique (Style libre) 2ème en armes longues 1er en combat Sélectionné en équipe de Normandie
LEVRAY Julien Sénior	1er en technique (Style libre) 1er en armes longues 2ème en combat Sélectionné en équipe de Normandie	LEROUX François Sénior	2ème en technique (Style libre) Sélectionné en équipe de Normandie
DURENEMESNIL Davy Sénior	3ème en technique (Style ancien) Sélectionné en équipe de Normandie		

Coupe de Provence Technique et Combat - Adultes et Enfants

6 et 7 juin 1998 - Gymnase de Fargues - Le Pontet

Règlement compétition auprès de vos instructeurs

