

Décembre 2002

NUMERO **24**La voie du  
**THIEU-LAM**

Prochaine parution janvier/février

**SOMMAIRE****Page 2 Culture**Les 5 Eléments  
Conte chinois (Le miroir des fées célestes)**Page 3 Événements**l'Ecole du Phénix et son histoire / Calendrier  
Le mot de l'arbitre**Page 4 Convivialité**

Jeux / Charade / BD (L'esprit Zen...) / coloriage

**EDITO**

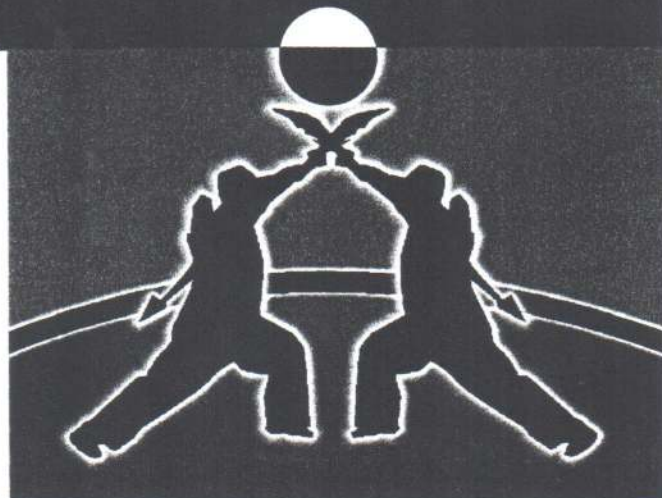
Un nouveau costume, de nouvelles têtes et une nouvelle adresse, tels sont les changements qui secouent les colonnes de votre journal favori..

Seuls les propriétaires ne changent pas...Nous, les pratiquants, qui chaque semaine trouvons du temps pour peaufiner notre condition physique, pratiquer nos taos voire affermir notre sourire intérieur. Ce journal est le nôtre. Le Thieu Lam est pour nous un espace de liberté où chacun peut s'exprimer, agir, communiquer.

C'est pourquoi nous avons décidé à L'Arbresle de porter le flambeau de **La Voie du Thieu Lam**. Vos serveurs s'appellent maintenant Paul FORTUNATO, infographiste de son état et élève du Laoshe de L'Arbresle, et Philippe FERRAND, instituteur et élève du Sikung. Alors salut aux toe dai et nuitoe de Villeurbanne, Montivilliers, Jonquières, Carpentras, Cavaillon, L'Arbresle, Vernaison et Le Pontet.

De septembre 1991 à juin 2002, les plus anciens ont déjà lu 23 numéros, soit en moyenne 2 virgule 3 numéros par an. Le 24 est le premier d'une nouvelle décennie de parution car dix ans ont passé depuis le 1<sup>er</sup> numéro. Nous souhaitons atteindre une parution de 4 numéros annuels.

Chaque numéro est envoyé aux écoles et sections et imprimé par vos soins. Ce n'est pas tout ! Il doit bien y avoir parmi vous, quelqu'un pour qui écrire n'est pas un usage venu d'un autre



âge, quelqu'un qui peut manier les mots et un traitement de textes sans s'affaiblir, quelqu'un qui va nous envoyer des infos sur son école, les stages, les projets, l'ambiance. En bref, notre nouvelle équipe recrute des correspondants locaux. Pour nous contacter, passez par le biais de votre professeur ou par notre adresse e-mail.

*Phil Hope*

**P2**

Wushu, Passé et Présent par Jet Li

Article tiré du site officiel de Jet Li - [www.jetli.com](http://www.jetli.com)

# Culture

## 2 Les Cinq Éléments

La première évocation des 5 éléments date de La dynastie des Zhou (-1120 / 256 après JC).

Les premiers écrits sont répertoriés dans le Shu Jing. Les 5 éléments sont : • L'eau ou Shui • Le Feu ou Hou • Le bois ou Mou • Le mental ou Jin- La terre ou Tu.

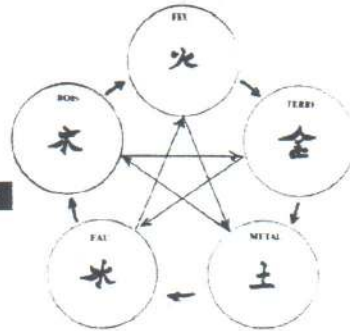


Schéma des 5 éléments

### L'EAU OU SHUI

L'eau suit les courants, elle coule lentement mais rien ne l'arrête. Lorsqu'un obstacle se présente, elle le contourne. Elle représente la sagesse et la patience, et elle a le temps pour allié.

Elle représente l'apogée du Yin et par conséquent en cas de manque de Yin, la personne ne tient pas la journée.

L'eau sous-entend une notion de stabilité, car l'eau nourrit les racines des plantes qui permettent aux arbres d'être forts et stables face aux événements de la nature.

Les reins et la vessie sont le siège de l'eau du corps et de la quintessence. Si on a un bon fonctionnement de ces organes, on a un bon niveau de quintessence, ce qui permet la reproduction et la création (sexualité, reproduction, artistique, etc.).

Lorsqu'une émotion va bloquer la circulation de l'eau, et que cela dure dans le temps, il y a risque de cristallisation de l'eau (comme l'eau qui gèle en hiver) et donc risque de tumeurs, kystes, cancer.

Gilles MOULIN

## Wushu, Passé et Présent

"Récemment, on m'a demandé de réfléchir sur la différence entre les compétitions de wushu et les athlètes de ma génération, comparé à l'état actuel du wushu en Chine.

Le wushu fonctionne selon des règles différentes de celles qui ont pu le régir dans le passé. Dans les années 70 et le début des années 80, le wushu en tant que compétition n'existait qu'en Chine, aussi les mouvements étaient-ils jugés selon un seul ensemble de règles - un seul ensemble de standards. Puis les autorités ont voulu diffuser le wushu dans d'autres pays ; ils ont formulé un ensemble de règles internationales destinées aux compétitions Internationales. Ces règles sont, je pense, un peu plus faciles que les règles chinoises ; ou devrais-je dire simplifiées. J'entends dire en ce moment que les gens concourent principalement à travers trois disciplines

Changquan, Nanquan, Taijiquan. Le système tel qu'il est aujourd'hui n'est pas aussi complexe qu'autrefois, à l'époque où tout le monde devait concourir au sabre, à la lance, à l'épée, au gourdin, et avec des enchaînements à mains nues. Aussi à notre époque, nous devons apprendre tous les "Eighteen Arms" (Dixhuit Bras), les styles internes, externes, tout en somme. C'était notre programme. De nos jours, si VOUS voulez aller aux Jeux Olympiques, vous n'avez qu'à apprendre les formes obligatoires, etc'est tout.

Je ne veux pas dire que tel système est meilleur que tel autre. Je peux juste vous dire que seules les qualités physiques des athlètes se sont améliorées; et continue de s'améliorer régulièrement. Pourquoi faut-il que de nouveaux records du monde soient battus chaque année?

Parce que l'entraînement est devenu plus scientifique. Les athlètes ont accès à un meilleur régime nutritionnel qu'auparavant, de meilleures vitamines, de meilleurs médecins, de psychologues du sport. Ces facteurs ont permis de développer le potentiel physique du corps humain à travers le médium du sport.

Cependant, je pense qu'en fin de compte, le wushu est bien pire aujourd'hui qu'avant. Je parle de la connaissance intérieure, la part du wushu qui ne prend pas en compte le corps physique. La culture intérieure représente la part la plus importante, et elle fait réellement défaut aujourd'hui. Il se pourrait que ce soit à cause des règles. Les juges qui travaillent selon les nouvelles règles préféreront un certain type de performance et le récompenseront par un score plus élevé. Le résultat est que les athlètes commencent à s'entraîner avec ces règles, et qui pourrait les en blâmer? La démonstration des talents externes et celles des talents internes sont toutes deux importantes, mais les règles modernes ne font pas grand cas de ces derniers. Les choses les plus belles en arts martiaux n'ont rien à voir avec le sport ou avec la vitesse. Les praticiens du wushu ont besoin de se concentrer davantage sur l'interne. Ils doivent prendre le temps de canaliser toute leur énergie avec leur esprit pour finir chaque mouvement. De nos jours la vitesse est si vertigineuse et les sauts sont si hauts.. et pourtant, les détails entre chaque mouvement sont loin d'être parfaits. L'année dernière, j'ai vu la Beijing Wushu Team (l'équipe de wushu de Pékin) lorsqu'elle est venue faire une démonstration aux Etats-Unis. Ils ont le même problème. Je pense qu'ils sont limités par les règles.

Il n'y a plus de touche personnelle. Auparavant, lorsque l'on regardait les gens pratiquer l'épée, on pouvait être certain que dix athlètes de haut niveau exprimeraient autant de touches personnelles différentes. Même le simple acte de " pointer " l'épée - chacun exécuterait le mouvement avec son propre rythme intérieur -, tous techniquement corrects et pourtant tous distincts.

Ça au moins ça avait de la saveur ! et même beaucoup de goût

De nos jours c'est whrr whrr whrr les athlètes ressemblent à des machines. Ils bougent à une telle vitesse, je peux à peine voir ce qu'ils font. Et c'est insipide. Le wushu n'est pas un sprint. Il ne devrait pas ressembler aux autres sports, où les athlètes les plus rapides sont les vainqueurs. Personnellement, j'aime voir différents styles et touches personnelles. J'aime les arts martiaux lorsqu'ils restent un art, quand les athlètes sont des artistes qui développent et exécutent leur style particulier. Les arts martiaux ont toujours été caractérisés par la variété et la diversité, différents styles, différentes cultures, différents états. A une certaine époque vous pouviez deviner de quelle région une personne venait par la façon dont elle pratiquait les arts martiaux. " Oh, ce type vient de la province de Shandong " ou " Regardez, elle doit être de Shanxi ". Nous pouvions dire cela parce que nous connaissions déjà les styles. A présent, tout a été condensé en une seule masse confuse, tout est devenu homogène. Comme toujours, cela représente le yin et le yang des arts martiaux aujourd'hui. Moitié-moitié quelque chose de bien, quelque chose de moins bien.

Certains domaines ont encore besoin d'être améliorés."

### L'école du Phénix et son histoire : de 1972 à 1979

Le Kung Fu Thieu Lâm est un style de Kung Fu originaire du sud de la Chine et qui nous a été transmis via le Vietnam par l'intermédiaire du Sikung N'GUYEN PERSON.

1972 Arrivée du sifu N'Guyen à Lyon Enseignement privé à un seul élève : Jean Paul CABROL

1975 Enseignement à un petit groupe de 5 personnes dans un local sur les bords de la Saône

1976 Ouverture d'une petite section de 10 élèves au sein du groupe sportif du Crédit Lyonnais ( G.S.C.L) dans une salle municipale de Lyon au 55 de la rue Tronchet (6ém)

1978 Première affiliation à la F.N.B.C ( Fédération nationale de boxe Chinoise ) et démonstration au stade Pierre de Coubertin pour la première nuit des Arts martiaux. Premier article dans la revue KARATÉ.

1979 Première participation à la Coupe de France combat de la F.F.K.W. Équipe de 2 combattants, Person N'Guyen (2ém en mi lourds) et Cabrol J.P (4ém en moyens).

#### LA SUITE AU PROCHAIN NUMÉRO...

Retrouvez également l'article complet sur le site officiel du Cercle THIEU-LAM [www.siuilam.com](http://www.siuilam.com)

## Calendrier

#### Du 07 au 08 Décembre 2002

Villeurbanne Stage de Tam-bo dirigé par jiaoshe Yannick Campos .  
Débutants et avancés

sam de 15h00a 18h00 - dim de 9h00 a 15h00

#### Le 07 Décembre 2002

L'Arbresle - 2ème conférence sur la médecine Chinoise (Chi & Yin/Yang)  
sam de 8h30a 11h30 - Rens.: Tél. 04 74 70 38 55

#### Du 17 au 19 Janvier 2003 Salavas (Ardeche)

Séminaire des ceintures Rouges et Jaunes 2 barettes .  
préparation ceinture rouge et ceinture noire  
RDV vendredi soir a 22h30 du vendredi 22h30 au dimanche 15h30



## Le mot de l'arbitre

Quelques changements dans le règlement du tournoi technique vous intéressent sans doute. Cela concerne la catégorie des Taos de Groupes.

Au départ, par le passé, les équipes regroupaient 6 compétiteurs. Après plusieurs expériences, et en suivant peut-être l'exemple d'autres fédérations, ce nombre est tombé à 3 participants. Cette année, vous aurez le choix (de 3 à 6 boxeurs par groupe). Mais les meilleures notes iront au plus grand nombre présenté afin que le spectacle soit favorisé. Ces précisions vous aideront j'espère à vous mettre en valeur. Car rappelez-vous que les deux catégories Taos de Groupe et Taos Combinés permettent à qui veut s'en donner la peine d'atteindre les plus hautes marches du podium, au-delà de l'ancienneté des autres concurrents.

P. FERRAND

### Charade

- 1 Mon premier donne le choix.  
Quand on double mon second ça fait mal.  
Mon troisième est un petit Bruxellois  
Mon quatrième quand il est chauve désigne un moine dans les vieux romans chinois.  
Mon cinquième n'a pas de nom  
Mon tout est la forme des cinq postures.

Par Feel HIP HOP

### Coloriage



Par POLO

### Cherchez les erreurs

En reproduisant à droite le tigre, nous avons malencontreusement commis 7 erreurs, à vous de les trouver...



Par POLO

### L'esprit zen...



Source Internet

#### Conception

Paul FORTUNATO

#### Comité de rédaction

Philippe FERRAND  
Paul FORTUNATO

#### Mail (Provisoire)

philippe.ferrand7@libertysurf.fr

#### SOLUTIONS des jeux

- 1 OU-BO-CHOU-ÂNE-TAO
- 2 Les 2 oreilles - Le contour des yeux  
Les moustaches - Une tâche manque sur le torse  
Le bout de la queue - le dessin des 2 pattes  
Les 3 taches blanches sur le dos