

Le mot du Président

Bienvenue sur notre site nouvellement créé. Après deux ans d'absence, l'association est de retour pour la plus grande joie des pratiquants. Anciennement nommée *La voie du Tao*, elle fait place au...*Souffle du Tao*.

Ce nouveau souffle a conduit à définir les principales activités de l'association pour les nouveaux venus. Le Tai Ji Quan n'est pas une activité sportive. Il n'y a pas de ceinture de couleur, ni de compétition, ni de combat. Quelle est la différence entre un sport et un art ? L'art réunit, rassemble alors que le sport divise, à cause de la compétition. Nous ne sommes affiliés à aucune fédération, gage d'un esprit et d'un enseignement traditionnel ! Chacun progresse à son propre rythme. Notre discipline est ouverte à tous, sans aucune condition physique particulière. Toutefois nous ne prenons pas les enfants de moins de 12 ans.

Notre but est de promouvoir les arts énergétiques chinois à travers la pratique du *Tai Chi Chuan*, du *Qi Kung* et de la *méditation* pour harmoniser le corps et l'esprit, afin d'entretenir la santé, la longévité et surtout le bien-être.

L'enseignement est à la fois théorique et pratique. Vous serez initiés aux concepts chinois, énergétiques, médicaux, taoïstes, ésotériques... Il comprend également, pour ceux qui le souhaitent, sous forme de stage, une initiation au travail des armes (épée, sabre, canne, éventail) exécutée de façon lente. L'arme n'étant que le prolongement énergétique du corps et de l'esprit.

Comme vous le constatez, nous sommes très loin d'une activité sportive. C'est un *art à part entière*, une école, une philosophie de vie.

Les cours sont dispensés par M. *Alain SERANT*, formé à de nombreuses disciplines : chinoises, japonaises, tibétaines... Assisté de ses élèves confirmés, il transmet un enseignement dans la plus pure tradition.

Que le Tao vous souffle jusqu'aux portes de notre DOJO (lieu où l'on trouve la voie) au Dojo Roger Duhalde, 1835 avenue Notre-Dame-de-Vie à Mougins. C'est avec plaisir que nous vous accueillons le lundi de 18h30 à 19h45, le mardi et le jeudi de 12h30 à 13h30 pour le Tai Ji Quan et Qi Kung, puis le vendredi de 12h30 à 13h30 pour la méditation (deux cours d'essai gratuits).

A très bientôt



« Qu'est-ce que le Tao ?

C'est le mouvement ordonné de la vie,
Le Yin-Yang en est son expression, tout
est cycle et impermanence. »

