



Tout en

légèreté

© ARTAA

L'ARTAA, « ASSOCIATION POUR LA RENCONTRE PAR LE TAI-CHI-CHUAN, L'AÏKIDO ET AFFINITAIRES », RÉUNIT À RUEIL UNE QUARANTAINE D'ADHÉRENTS AUTOUR DE LA PRATIQUE D'UN ART MARTIAL CHINOIS PAS COMME LES AUTRES. PRÉSENTATION D'UNE DISCIPLINE VOUÉE AU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL.

PAR YAËL SIMON

Plusieurs fois champion de France et d'Europe, Michel Dussauchoy ne tarit pas d'éloges sur le tai-chi-chuan. L'association qu'il anime, dont le siège se trouve à Rueil depuis 2001, est née de la rencontre d'une poignée de personnes désireuses d'en dispenser l'enseignement traditionnel. « J'ai pratiqué la lutte et la boxe française, avant de découvrir l'aïkido et le tai-chi-chuan, se souvient Michel Dussauchoy. J'ai été séduit par la dimension spirituelle inhérente à ces pratiques de non-résistance. » De fait, le tai-chi-chuan s'avère tout autant une philosophie méditative, inspirée du taoïsme, qu'une discipline sportive. « Nous privilégions, au début, une gestuelle lente en duo, quasi chorégraphique, explique Michel Dussauchoy. Ce n'est qu'ensuite que se révèle la perspective "self-défense" du tai-chi-chuan. » Cette « relaxation dynamique » s'adresse à tous les publics, mais répondra plus particulièrement aux attentes de celui ou celle qui recherche avant tout le bénéfice d'un « épanouissement progressif dans le rapport à soi-même et dans sa relation à l'environnement et aux autres ». Parfois qualifié de « self-défense féminine » (la notion de féminité renvoyant ici au principe du « yin »), le tai-chi-chuan réconcilie le corps et l'esprit. Sport à part entière qui se pratique à mains nues ou avec des armes (épée, sabre, bâton...), il relève de la fédération

française des arts martiaux chinois et sera élevé au rang de discipline olympique lors des Jeux de Pékin, en 2008.

Un enseignement aux multiples facettes

L'ARTAA a également pour vocation d'enseigner toutes les variantes du tai-chi-chuan, pour toutes les classes d'âge, de même que l'aïkido, le kung-fu et le qi gong, mais ne peut actuellement, faute de locaux suffisamment spacieux, exprimer toute sa créativité. Afin de promouvoir le tai-chi-chuan et autres arts martiaux chinois, Michel Dussauchoy se déclare prêt à organiser des conférences-démonstrations gratuites et à monter une équipe locale de haut niveau. « Notre ambition est de créer une école ruelloise de tai-chi-chuan, où nous formerions de futurs enseignants », précise-t-il. D'ailleurs, l'association attire déjà des professionnels parisiens qui viennent se perfectionner... à Rueil !

Association ARTAA

Centre de
danse Messenger

4 bis boulevard Foch

Tél. : 06 61 39 37 96
ou 06 81 77 25 78

Site : www.taijitaio.org



© ARTAA