



LA CHAUX-DE-FONDS

15^e rencontre de tai-chi chuan et de qi gong

La Chaux-de-Fonds accueillera pour la troisième fois, du 21 au 23 octobre, la rencontre internationale de tai-chi chuan et qi gong. Organisée par l'école de Cornelia Gruber, elle rassemblera des grands maîtres de Suisse, de Chine et d'ailleurs. Une démonstration exceptionnelle sera proposée au public, convié à y participer.

La 13^e rencontre du Tai Chi Rhénan en 2003 a suscité un tel succès à La Chaux-de-Fonds, que l'école de tai-chi chuan de Cornelia Gruber, basée à Chézard, organise cette année la 15^e édition, rebaptisée Tai Chi Tcho. Tcho étant un jeu de mots, un clin d'œil en lien avec l'expression populaire «La Tchau», et une des huit techniques de base du tai chi chuan «Jio».

Cet évènement international d'échange amical et d'enseignements, rassemblera des maîtres de Suisse, France, Belgique, Allemagne, Autriche, Hollande, Ecosse, Espagne, Chine, et des participants, débutants et expérimentés. Une fois sur deux, il se déroule dans son lieu d'origine, à Poutroie en Alsace. La Chaux-de-Fonds, qui l'accueille pour la troisième fois, n'a pas été choisie au hasard. Selon Cornelia Gruber, pilier central de l'organisation: «*Cette ville horlogère, située à 1000 m d'altitude, est réputée pour son atmosphère saine des montagnes du Jura. Son décor agréable est particulièrement propice à la pratique de santé du tai chi chuan et du qi gong, arts martiaux internes et énergétiques*».

Une école de vie accessible à tous

Vendredi soir, les participants seront accueillis à la Maison du peuple. Cornelia Gruber, toujours en quête de nouveaux défis, y présentera dès 20 h, le film *Shaina et l'éventail sacré*, qu'elle a réalisé avec son école, qui sera diffusé à 20 h 30. La concrétisation de ce projet a nécessité un travail considérable et cette soirée sera l'occasion pour tous de voir le film pour la première fois.

Les journées du samedi et du dimanche seront consacrées aux ateliers, lieux d'échanges et d'enseignements, qui se dérouleront à la Maison du peuple et dans les différentes salles prévues à La Chaux-de-Fonds, animés par 22 professeurs venus d'horizons divers. En cas de beau temps, certains ateliers seront installés à l'extérieur et seront visibles par le public.

Mais pour y participer, une contribution est demandée et servira à couvrir les frais et les déplacements des maîtres venus parfois de très loin.

Sur le site internet se trouvent, en détail, le programme et la présentation des professeurs qui animeront les ateliers. Lors du gala du samedi soir, les participants auront l'occasion d'assister à quelques démonstrations spectaculaires de plusieurs professeurs et dégusteront un repas de fête.

Démonstration exceptionnelle

«*La Ville nous soutient et c'est pour nous normal de restituer quelque chose à la collectivité*», précise Béatrice Geiser, membre de l'école et chargée de communication. Dimanche à 11 h 45, aura lieu une démonstration exceptionnelle dans le parc du jardin des musées. Comme cela se pratique chaque jour dans les jardins publics en Chine, 180 personnes effectueront les mouvements de l'enchaînement du tai chi chuan. A cette occasion unique, le public, même néophyte, est invité à se joindre au groupe pour expérimenter les mouvements souples et harmonieux de cet art. Il pourra également admirer et photographier cette «chorégraphie» particulière. Chacun et chacune aura l'occasion de découvrir ou pratiquer le tai-chi chuan et le qi gong sous ses différentes formes et d'apprécier «l'immense richesse» que ces deux arts procurent.

LP

Inscription préalable aux ateliers, par e-mail: cornelia.gruber@bluewin.ch ou sur place. Programme complet sur: [www.taichichuan-cornelia.com/f/rencontre/echos.html](http://taichichuan-cornelia.com/f/rencontre/echos.html)



La codification du tai chi chuan, à travers une gestuelle lente de 108 mouvements, développe la concentration, libère les tensions intérieures et permet au corps physique de se restructurer, selon les lois universelles.

Par le mouvement, il rétablit les fonctions articulaires, développe la fluidité musculaire, l'équilibre, la détente et la présence à soi.