

Été 2023 à Saint Féréol.

Après une période de sécheresse et de disette, notre beau lac de Saint Féréol avait retrouvé un bon niveau grâce aux dernières pluies venues à la rescousse les derniers temps. Le soleil était au rendez-vous et après un voyage de 13 heures en voiture, Francine et moi posions nos valises dans le gîte, heureux de nous retrouver à nouveau dans cette belle région d'Occitanie où l'accent concurrence le chant des cigales.

Dimanche 16/7. C'est avec une joie immense que nous retrouvâmes notre Maître et ami Hacène ainsi que nos amis de l'année passée au pot d'accueil situé dans le beau parc de Saint Féréol. Quelle surprise de voir un immense chalet en bois ayant planté ses racines à la place de l'ancien parking, réduisant ainsi le nombre d'emplacement de stationnement pour les véhicules.

On y trouve l'office du tourisme, une salle immense réservée aux Associations, des toilettes modernes et propres ainsi qu'une cafétéria avec une grande terrasse couverte où l'on peut se restaurer. L'établissement venant juste de s'ouvrir, le jeune personnel manquant d'expérience, hélas j'allai vite déchanter devant la lenteur du service en cuisine. Vingt-cinq minutes d'attente pour un simple sandwich *Jockey Club* ! Alors qu'avant moi, personne n'avait passé commande. Le dimanche midi, Francine et moi avons attendu une demi-heure avant que l'on nous amène nos 6 huîtres et un verre de vin blanc ! Si la patience est une vertu, trop de patience tue la patience et la moutarde est vite montée au nez d'Albert le Berbère !

Lundi matin 8h, c'est avec beaucoup d'excitation que nous rejoignîmes notre terrain de jeu, notre **wuguan** en plein air. À l'instar des grands rassemblements de nomades, des *Gens du voyage à Sainte-Marie de la Mer*, des grands *jamborees* scouts, venant des Bouches-du-Rhône, de Perpignan, de Nîmes, des Pyrénées Orientales, de Toulouse, de l'Ariège, de Montpellier, de Revel, de Montauban, du Lot-et-Garonne, de Liège, d'Izier et d'Arlon en Belgique, pratiquantes et pratiquants de tous âges (78 ans pour le doyen, 7 et 9 ans (?) pour Maxou et Baptiste) et issus du Taiji Quan, du Karate, du Viêt Vo Dao, de l'Aikido, du Wushu Gong Fu, du Qi Gong et même de la danse, toutes et tous avaient rejoint le staff de nos professeurs, nos guides d'une semaine.

Comme dans un restaurant, nous pouvions choisir nos ateliers à la carte :

- Les 5 exercices de relâchement de Taiji par **Gael Delominie**,
- Qi Gong et Taiji du bâton court par **Hacène Ait Aider**,
- Les fondamentaux, pas du Bagua Zhang et Vol du Phénix par **Jérôme Ravenet**,
- Double éventail par **Rachid Ait Aider**,
- Taiji de la balle, la forme du dragon par **Hacène Ait Aider**,
- Tuishou et Bagua Xing Yi par **Jérôme Ravenet**,
- Épée des 5 éléments de Xing Yi par **Rachid Ait Aider**,
- Taiji des 13 postures de Wudang par **Gael Delominie**,
- Qi Gong du double éventail par **Hacène Ait Aider**,
- Médecine manuelle chinoise par **Jérôme Ravenet**,
- Techniques de l'épée et combat codifié par **Hacène Ait Aider**,
- Combat codifié de double éventail par **Rachid Ait Aider**,
- Qi Gong des 5 animaux de Wudang par **Gael Delominie**,
- Techniques de relaxation et Tuishou par **Hacène Ait Aider**.

Comme chaque année, nous avons pu compter sur des professeurs compétents, expérimentés, haut gradés, plein de bienveillance, attentifs et heureux de pouvoir transmettre leurs connaissances.

C'est dans la bonne humeur et la joie que chacune, chacun est venu découvrir, perfectionner sa technique, comprendre, chercher le détail qui cloche, mettre son ego de côté. L'ascension du **Faîte suprême** est longue, à l'instar des milliers d'escaliers de pierre qu'il faut gravir pendant des heures pour atteindre le sommet du Mont Wudang, le pic **Tianzhu** auquel **Zhen Wu** (dieu taoïste stellaire qui gouverne le ciel septentrional), au terme de son ascèse, s'envola pour le ciel et où fut bâti en 1416, le **Pavillon d'or**.

Au fil des années, des amitiés se tissent, des affinités se créent et la famille s'agrandit.

Le soleil fut au rendez-vous toute la semaine accompagné d'un léger petit vent, à l'exception du vendredi où le ciel avait revêtu son gros manteau gris de nuages tourmentés poussés par un vent fraîchissant obligeant les gens du **Sud** à recourir aux pulls, aux écharpes et aux doudounes. Récompense bien méritée qu'une fois la journée terminée, de s'immerger dans le lac (***l'eau calme le feu***) et de tailler une bavette avec les canards.

Arts martiaux et convivialité font bon ménage et nous passâmes un bon moment de partage, le mercredi midi au restaurant **La Louve** où la charmante patronne d'origine italienne nous servit une succulente tarte végétarienne (aubergine, courgette, oignon etc.) suivie d'un gâteau au chocolat. N'oublions pas notre traditionnelle **Auberge espagnole** au bord du lac le jeudi soir, véritable moment de partage où chacune, chacun apporte sa contribution culinaire, où l'on refait le monde, où les vanes fusent, où les gobelets se remplissent d'un rosé bien frais, et ce sous le regard de notre Maître, de notre Capitaine, Hacène, coiffé de sa casquette de marin.

Ainsi s'acheva une nouvelle fois un stage qui passa trop vite et nous laissant un goût de trop peu et faisant déjà place à de nouveaux rêves, de nouveaux projets. Vivement l'été prochain et son nouveau programme. Merci Hacène, merci Jérôme, merci Rachid, merci Gael, c'est toujours un honneur, un privilège de recevoir votre enseignement...***I shin den shin...de mon âme à ton âme.***  
Albert. (*Da Hai Lang Xue Xiao – École de la Grande Vague - Liège*)

