

# Génération TAO

Le magazine Yin-Yang - N° 43 - Trimestriel - décembre 2006

## MEDITER PEUT-IL CHANGER LE MONDE ?

Guide des Méditations  
Chan, Zen, Vipassana

Agir centré

Méditer en mouvement

Eveiller l'âme du corps

## BIOTAO

Le passage  
de Génération  
Tao sur Internet !

**PRATIQUE**



La respiration inversée

**MEDECINE CHINOISE**



L'émission de Qi

**WUSHU**



Championnat en Chine

5,00 €

Adm : 5,8 € - Abn : 5,8 € - A : 5,8 €  
P.A.N. : 5,8 € - P.A.N. : 5,8 €  
10% (S) : 450 ggr

L 19896 - 43 - F : 5,00 € - RD



# Sommaire

## N° 43

### Directeur de publication

Pol Charoy

### Directrice Artistique

Imanou Risselard

### Maquette

Toutdésigné & Frédéric Villbrandt

### Mise en page & création graphique

Frédéric Villbrandt

Arnaud Mattinger p. 60 & 61

### COMITE EDITORIAL

#### sous la direction de:

Delphine L'huillier

avec: Pol Charoy & Imanou.

Sandrine Toutard, Arnaud Mattinger,

Dominique Radisson, Cécile Bercegeay

#### Ont contribué à ce numéro:

##### INFOS

Cyrille J.-D. Javary,

Sophie Clémenceau, Isane Nicolas,

Georges Charles, Jean Motte

##### DOSSIER: MEDITER PEUT-IL

##### CHANGER LE MONDE ?

Daniel Odier, Daniel Millès, Babak Seddiq,

Georges Charles, Carl de Miranda,

Dominique Banizette, Charles Antoni

##### CULTURE ET SOCIÉTÉ

Isabelle Martinez

##### LA VOIE DU MOUVEMENT

Roger Itier, Luce Condamine,

Frédéric Villbrandt

##### CO-NAISSANCE DE SOI

Eulalie Steens

##### SANTÉ

Jean-Michel Chomet

& Laurence Cortadellas

Jean-Robert Gillardeaux, Lara Steffen

##### RELECTURES

L'œil de lynx de Marie Delaneau

##### ILLUSTRATIONS

Frédéric Villbrandt

##### PHOTOGRAPHIES

Jean-Marc Lefèvre, Robert Nègre

Michel Pollara, Fred Von Allmen,

Loni Lieberman, Dan Docherty,

Ronnie Robinson, Rémy Filliozat,

Jean-Marie Périer, Radu Razvan

##### CRÉDIT PHOTOS ET ICONOGRAPHIES

Sophie Clémenceau, Jean Motte,

Daniel Odier, Monastère zen Kanshoji,

Georges Charles, Carl de Miranda, Domi-

nique Banizette, Charles Antoni, Luce

Condamine, Jérôme Ravenet, Anne-Marie

Filliozat, Gérard Guasch, Eulalie Steens,

Nicole Bertaud, Nadia Volf - Editions Xo,

Jean-Robert Gillardeaux, Fotolia

Et nous tenons tout particulièrement à remercier l'Association Terre d'Eveil et les photographes Michel Pollara et Fred Von Allmen qui ont accepté d'illustrer notre dossier et de participer à la couverture.

##### INTERNET

Dominique Radisson, Yann Lézy

##### REGIE PUB

tél.: 06 60 29 30 00

pub@generation-tao.com

##### SUIVI DE FABRICATION

André Martin

##### IMPRIMERIE

Nevada Nimifi

30, allée de la Recherche

1070 Bruxelles - Belgique

COMMISSION PARITAIRE : n° 1109 K 86845

##### distribution MLP

Dépôt légal: 29 décembre 2006

N.D.L.R. : Le choix orthographique du chinois est laissé à l'appréciation des auteurs.

Photocopier ou reproduire ce magazine sans autorisation nuit à sa création et sa diffusion.

### GENERATION TAO

144, bd de la Villette - 75019 Paris

Tél.: 01 48 24 42 42 Fax: 01 48 24 42 44

Pub: 06 60 29 30 00

La rédaction n'est pas responsable des textes, photos et publicités qui engagent la seule responsabilité de leurs auteurs et impliquent leur accord tacite pour leur publication. Les manuscrits ne sont pas rendus. La reproduction, même partielle, des articles et illustrations de Génération TAO est interdite. Les noms des marques qui figurent dans les pages publicitaires sont donnés à titre d'information sans aucune intention publicitaire. Tout document de rédaction et d'iconographie ne sera pas retourné.

Editao

p. 3

### Infos

Idées au gramme: crise ou opportunité? par Cyrille J.-D. Javary

p. 6

La mode « éthique », par Cécile Bercegeay

p. 7

Etre et avoir, par Jean Motte

p. 11

### Biotao

Génération Tao, la voie du changement

p. 14

### DOSSIER: MEDITER PEUT-IL CHANGER LE MONDE ?

En Chine, le bouddhisme Chan, par Daniel Odier

p. 18

En Inde, le Vipassana, par Daniel Millès

p. 20

Au Japon, le Zen, par Babak Seddiq

p. 21

Méditer, c'est agir centré, par Georges Charles

p. 22

Méditer et méditation, par Sandrine Toutard

p. 23

Un art interne, par Carl de Miranda

p. 24

Observer ses pensées, une expérience profonde, par Dominique Banizette

p. 25

Medit' tao, par Jean-Marc Lefèvre

p. 26

Eveiller l'âme du corps, entretien avec Pol Charoy et Imanou Risselard

p. 27

L'état océanique, par Charles Antoni

p. 28

p. 30

### Culture & société

Yves Klein au pays des merveilles, par Isabelle Martinez

p. 32

### La Voie du Mouvement

Championnat du monde en Chine, par Luce Condamine

p. 34

Jérôme Ravenet : « la joie de se dépasser »

p. 36

La roda de capoeira, par Frédéric Villbrandt

p. 37

Les coulisses de la pensée, par Roger Itier

p. 38

De la liberté du mouvement à la liberté d'action, par Arnaud Mattinger

p. 39

### Co-naissance de Soi

La psychosomatique en action: entretien miroir entre Anne-Marie Filliozat et Gérard Guasch

p. 40

L'année du cochon: horoscope 2007, par Eulalie Steens

p. 42

Croyances ou divination? Créez votre jeu divinatoire, par Delphine L'huillier

p. 44

### Santé & bien-être

Dr Nadia Volf : « J'ai choisi la liberté d'exercer ma passion »

p. 46

Soigner par émission de Qi: Waiqi Liaofa, par Jean-Robert Gillardeaux

p. 48

La respiration « dite inversée »: le raffinement au naturel,

p. 52

par Jean-Michel Chomet et Laurence Cortadellas

p. 56

Lou Yong Zhi Neng, par Lara Steffen

p. 58

Anciens numéros

p. 60

Carnet d'adresses

p. 62

Agenda & petites annonces

Le mot de la fin... par Delphine L'huillier

p. 66



### Dossier: MEDITER PEUT-IL CHANGER LE MONDE ?

La méditation. Un ensemble de techniques que l'on retrouve dans toutes les traditions bouddhistes de l'Asie. En Occident, elle ne cesse de se développer depuis plusieurs décennies. Mais qu'en est-il de ses principes et de son utilité aujourd'hui ?

Couverture: création graphique:

Frédéric Villbrandt. D'après

la photo de © Fred Von Allmen:

Bhante Gunaratana

avec l'aimable autorisation

de l'Association Terre d'Eveil.

Vignettes: de gauche à droite,

F. Villbrandt, J.R. Gillardeaux,

Ronnie Robinson.

### www.generation-tao.com

Retrouvez le magazine en ligne gratuit de Génération Tao sur internet. Et toutes les autres rubriques: l'annuaire francophone des arts énergétiques, des vidéos, des informations régulières, des archives, des dates de stages et de manifestations, des liens vers d'autres sites... Pour nous contacter:

• **rédaction:** redaction@generation-tao.com

• **courrier:** courrier@generation-tao.com

• **abonnements:** abonnements@generation-tao.com

• **publicité:** pub@generation-tao.com

