



**INSTITUT DU QUIMETAO**  
**法国中华传统文化学院**

# **Art de la Perception**

## **- Clé secrète pour maitriser le « Tui Shou »**

**Janvier, avril 2026**

Le Tui Shou est un art de connaissance de soi et de l'autre, une partie intégrante de l'art du Tai Ji Quan. Maîtriser les compétences en Tui Shou est crucial pour une compréhension complète du Tai Ji Quan, et ne pas savoir pratiquer le Tui Shou signifie une connaissance incomplète de cet art. Cependant, la difficulté d'apprendre le Tui Shou réside dans le fait que de nombreux passionnés ne peuvent pas se débarrasser de leur force grossière et manquent de compréhension, de connaissances et de pratiques suffisantes dans l'art de la perception.

Pour vraiment bien apprendre le Tui Shou, il faut s'efforcer d'améliorer «l'art de la perception». Le Tui Shou n'est pas une épreuve de force, mais plutôt un processus de perception des forces, des directions et des intentions de l'autre à travers le contact corporel. Le développement de cette capacité de perception nécessite une pratique à long terme et une compréhension minutieuse. Grâce à une pratique et une perception constantes, on peut réussir à contrôler la force par la douceur, à utiliser quatre onces pour déplacer mille livres, et à véritablement incarner l'essence du Tai Ji Quan.

«L'art de la perception» est l'art de l'amélioration de la connaissance de soi et de la compréhension de l'autre. Il est indispensable pour l'initiation au Tui Shou et pour élever continuellement son niveau. Ce n'est qu'en progressant constamment dans «l'art de la perception» que l'on peut maîtriser et transmettre complètement le Tai Ji Quan, cet excellent art traditionnel. Ces différents stages sont dirigés par le Maître JIAN. 8<sup>ème</sup> Dan en Wushu.

**Dates et horaires** : de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h

**Séminaire 1. Les 17, 18 janvier 2026 ; Séminaire 2. Les 11, 12 avril 2026**

**Lieu** : 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaîté.

**Prix** : 1300 € pour les deux séminaires (réglés au premier séminaire), ou bien 800 € / séminaire, ou une journée : 450 €.

Adhésion annuelle scolaire à l'Ass Quimétao : 37 €.

Les non-adhérents ou les sociétés : 1600 € / séminaire.

Un versement de 200 € d'acompte sera demandé à l'inscription.

**Renseignements : 01 43 20 70 66**

**BULLETIN D'INSCRIPTION** à retourner à : Institut du Quimetao 57, avenue du Maine 75014 Paris

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Tél : ..... E-mail (en majuscule) : .....

Je désire suivre les cours et joins un chèque de 200 € d'acompte, non remboursable, à l'ordre de « Dao & Harmonie ».

Date :

Signature :

TuiShou 2601\_04