



Samedi 8 octobre 2022

ART MARTIAL, ART DE VIE

Pléonasme, c'est pareil !

Arès, Mars , dieu de la vie, (pour laquelle on se bat parfois, d'où dieu de la guerre),

Mars, mois de renaissance, d'éclosion des forces de printemps après l'hiver,

En Chine, l'art martial Taichi chuan était art de survie pour les hommes sans armes. Chaque culture a eu ces arts de guerre cachés ; chez nous certains pensent que les danses traditionnelles avaient les mêmes secrets, elles mimaient aussi des combats...

Aujourd'hui pour nous, chanceux de vivre en paix, l'art martial nous apprend à vivre sans avoir à nous battre, à calmer les angoisses qui génèrent parfois les rejets et violences.

Il développe en nous une force douce et ouverte qui accueille les autres à la bonne distance, avec une bonne écoute, les bons gestes, la bonne énergie.

Qui accueille aussi les mouvements autour de nous de la même façon, la covid, les secousses du monde, les difficultés économiques ... Garder le centre, la vision juste, le calme pour agir de façon appropriée, sans dramatisation, sans rejet sur les autres de nos émotions, de nos peurs en particulier...

C'est pourquoi, nous pratiquons ; c'est pourquoi il est essentiel de continuer à pratiquer, quoiqu'il advienne.

Laisser la pratique agir en soi et cultiver les bonnes énergies pour traverser les turbulences et se nourrir des bons moments.

Quand nous pratiquons, seuls, ensemble, à deux, nous cultivons et renforçons ces forces-là, cet art de mieux vivre et survivre ensemble, l'art de la paix.

Le taichi chuan peut certes être pratiqué comme une gymnastique, un art de santé mais il a la potentialité d'un art de vie profond selon les degrés de pratique. Devenir bon en taichi , ce n'est pas acquérir une expertise de forme, c'est laisser la pratique nous creuser, nous modeler, nous remettre en question ;

Laisser agir, laisser entrer et laisser agir le mouvement, encore et toujours...

Rester en mouvement !

L'art martial, c'est la philosophie du corps,

C'est chercher le mouvement , sans jamais croire que nous l'avons trouvé,

C'est chercher la vérité, sans jamais croire que nous l'avons trouvé...

Liliane L