

## LE CERCLE DANS LE TAÏ CHI CHUAN

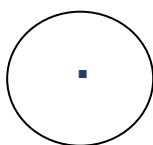


Toute notre pratique doit se cibler sur le Chi du Cercle et de son Centre.

En effet, le Taï Chi Chuan est fait de cercles et de spirales. Il est pleinement équilibré, pleinement CENTRE. Les mouvements de haut niveau sont circulaires et tournent autour de notre CENTRE.

Le Centre, c'est notre PLEXUS SOLAIRE, nos mouvements arrondis, enveloppants sont le cercle. Le cercle avec son centre est le symbole du Soleil.

Quand vous pratiquez le Taï Chi Chuan, VOUS ÊTES UN SOLEIL, dont le symbole est le suivant :



Ainsi, dans votre pratique, occupez-vous passionnément du centre, car du centre, vient le CHI.

Méditez souvent sur le symbole du cercle, car il contient tout. Qu'est-ce que le Centre ? C'est l'Esprit. Et qu'est-ce que le Cercle ? C'est l'espace, c'est la matière. Etudiez le Cercle dans le Taï Chi Chuan et dans la vie de tous les jours et vous comprendrez tout le mystère des rapports de l'esprit et de la matière.

TAO est un Cercle.

Trouvons-nous à l'intérieur de ce cercle et nous sentirons un courant parcourir notre corps. Ce courant ou « frisson » que tout être humain recherche consciemment ou inconsciemment durant toute sa vie s'installe confortablement au plus profond de nous-mêmes, d'où il ne cesse jamais de rayonner.

Une fois installé, cet agréable courant, d'une puissance extraordinaire, ce communique à tous nos actes et à toutes nos pensées pour notre plus grand bénéfice car, le cercle du TAO n'est autre que la paix.

Cette Paix intérieure tant recherchée nous permet d'exclure de notre vie le mensonge, la colère, la haine, lesquels qu'ils se traduisent par une simple gifle, une dispute, un meurtre ou une guerre, ont toujours un effet terrible et dévastateur.

Mais sommes-nous réellement là pour nous détruire ? L'être humain a en lui, malgré tout, une étincelle de paix grâce au cercle du TAO, cette petite lueur se renforcera et grandira jusqu'à ce qu'elle s'installe définitivement en nous.

Louis WAN DER HEYOTEN

Ce jour, lundi 28 octobre 2019 à 16h12

JE SUIS EN PAIX !