

COMMENT JE COMPRENDS LE TAO



Comprendre comment les choses ont commencé enseigne leur évolution. Savoir les débuts permet d'éviter bien des mauvaises fins. En Occident, on croit qu'un Dieu bon a fait un monde plutôt mauvais. Pourquoi pas ? Mais c'est difficile à comprendre.

Le Tao, lui, croit que toute chose est d'abord mélange. Il l'exprime par le fameux cercle, le Taiji, où noir et blanc s'interpénètrent intimement. Est-ce faux ? Ça correspond, en tout cas, à notre expérience quotidienne. Or, qu'est-ce que comprendre, si ce n'est ramener la diversité à quelques principes de base dont on peut vérifier la validité ?

Dans le Taiji, le principe clair du yang s'oppose au principe sombre du yin. Mais chacun des deux porte l'embryon de son contraire. C'est encore plus net si l'on sépare yin et yang : apparaît alors –dans l'un ou l'autre- la forme distincte d'un fœtus humain.

C'est le germe de toute vie. Et naturellement la dualité, ici la présence de deux formes fœtales renvoie à l'opposition des états masculins et féminins de l'humanité.

Au-delà, la figure que trace le Taiji ressemble étrangement à celle que dessine la voie lactée, une spirale s'enroulant sur elle-même et où alternent les zones d'ombres de l'espace profond et les régions intensément lumineuses des étoiles.

Ainsi le Taiji nous fait saisir, en une figure unique, l'harmonie existant entre l'Univers et l'Homme dont on perçoit immédiatement l'identité de structure. Il nous indique aussi que, dès l'origine, toute chose implique la négation, son contraire, et que la vie est faite du jeu des contraires.

Pourtant cette loi se vérifie avec éclat. Et en premier lieu au niveau sexuel où homme et femme sont conduits à unir leurs différences pour se perpétuer. Une procréation qui aboutit à un nouvel individu au sexe bien déterminé... qui pourtant secrètera toujours en faible quantité des hormones du sexe opposé (ce qui n'enlèvera rien à sa virilité ou à sa féminité). Le blanc et le noir ne font pas du gris, mais à nouveau du blanc ou du noir tout en portant en eux un minuscule fragment de l'autre couleur. Si nous n'avions qu'une chose à retenir du TAO, se serait d'abord la certitude que l'homme et l'univers sont profondément accordés et que tout est dans tout : le malheur, la maladie, la »malchance « et tout ce que nous appelons les « calamités » qui s'abattent sur nous, sont des conséquences de la rupture de l'harmonie (parce que

l'homme replié sur lui-même refuse le monde tel qu'il vient à lui). Ils recèlent tous quelque bien, même pour l'homme qui n'en est pas conscient au début.

ÊTRE HEUREUX, C'EST-À-DIRE EN ACCORD AVEC CE QUI NOUS ENTOURE DEVRAIT ÊTRE LA CHOSE LA PLUS NORMALE DU MONDE.

Nous sommes malheureux parce que nous sommes faibles et ignorants.

ÊTRE HEUREUX C'EST DONC COMPRENDRE LE PRINCIPE DU MONDE ET ÊTRE ASSEZ FORT POUR L'APPLIQUER. MAIS ALORS QUI NOUS EN DONNERA LA FORCE.

La 2^{ème} chose que l'on doit retenir du TAO, quelle serait-elle s'il advenait qu'il n'y ait que deux à préserver de l'oubli ? Assurément se serait que tout n'est que passage d'un état à un autre. Chaque chose porte en elle le germe de sa transformation.

QU'EST-CE QUI INCITE À S'AMÉLIORER ? LA PERCEPTION QUE L'ON A DE SES DÉFAUTS.

Comme le dit LAO TSEU : « L'échec est le fondement de la réussite ». Sur quoi se fondera la force la plus grande ? Sur une plus grande conscience de sa faiblesse. Qui donc pour être dit le plus faible ? Ce qu'on peut appeler le vide, ce qui n'oppose aucune résistance à rien ni quiconque.

TU FERAS DONC LE VIDE EN TOI SI TU VEUX DEVENIR FORT.

Dans le vide, tout peut exister et tout peut tomber. Qui est le plus fort, de ce qui englobe ou de ce qui est englobé ? Sois comme ce qui entoure et n'est pas entouré.

FAIRE LE VIDE EN MOI ET DEVENIR ASSEZ FORT POUR ME REMPLIR DE L'UNIVERS ENTIER, C'EST DONC LA VOIE.

Mais comment y parvenir ?

Cela, je l'ai appris et je peux l'apprendre à mon tour aux autres.

LA PREMIÈRE DES CHOSES À FAIRE EST DE MÉDITER SUR LA NATURE DES ÊTRES.

Méditer n'a rien d'extraordinaire. De nombreux hommes depuis des temps immémoriaux l'ont fait avant nous : l'important est de méditer réellement et cela ne s'acquiert que par la pratique. Or, l'homme ne fait bien que ce qu'il comprend, et il est ainsi important de bien lui expliquer toutes les étapes. Comment préciser cela ?

Tout d'abord, il faut apprendre : apprendre, c'est connaître, et connaître, c'est comprendre. Quand on a compris à travers l'apprentissage de l'action, on a l'intelligence de l'action. Si on applique ce processus à la méditation, il est évident que méditer, c'est agir, et que l'action est le fruit de la méditation.

WAN-YANG ne disait-il pas : « la connaissance est le début de l'action ; l'action l'accomplissement de la connaissance » !

Cela aussi est la VOIE.

Par quoi commencer quand on veut méditer ? D'aucun dirait : par se fixer un but de méditation élevé, mais je préfère ceci : COMMENCEZ TOUJOURS PAR LE CORPS.

Le corps est le lieu et l'objet de la méditation première. C'est par lui que l'on emprunte les chemins de la connaissance. Un peu de bile et la plus belle intelligence sera comparable au chien enragé.

VOUS COMMENCEREZ DONC Á PRÉPARER VOTRE CORPS AFIN QUE VOTRE ESPRIT SOIT PLUS CLAIR QUE JAMAIS. Afin d'être non seulement en bonne santé mais aussi merveilleusement détendu et apte à poursuivre votre chemin de vie.

Le Tai Chi Chuan, le Chi Kong, la gymnastique Taoïste peuvent nous aider à avoir un corps INVINCIBLE.

Ainsi, grâce au CHI, vous établissez et contrôlez la paix du corps et celle de l'âme, seule façon d'atteindre à ce que les Anciens appelaient la « santé absolue » qui est non seulement absence de maladie, mais aussi d'accident et l'acquisition d'un état permanent d'équilibre.

Equilibre de nos fonctions vitales, équilibre dans nos rapports aux autres, équilibre quant à notre place dans l'Univers.

Louis WAN DER HEYOTEN

Ce dimanche 16 août 2020 à 10h55

Le Chi et moi, sommes UN.