

LE CENTRE DE VOTRE CORPS ET DE VOTRE VIE



Toute votre pratique doit se cibler sur l'Énergie du Cercle et de son Centre.

Le Tai Chi Chuan est fait de cercles, de spirales. Il est pleinement équilibré, pleinement CENTRE. Les mouvements de haut niveau sont circulaires et tournent autour de votre CENTRE.

Le centre, c'est votre PLEXUS SOLAIRE, vos mouvements arrondis, enveloppants sont le cercle. Le cercle avec son être est le symbole du soleil quand vous pratiques le Tai Chi Chuan et le Chi Kong, VOUS ÊTES UN SOLEIL.

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

Méditez souvent sur le symbole du centre, car il contient tout. Qu'est-ce que le Centre ? C'est l'esprit, qu'est-ce que le Cercle ? C'est l'espace, c'est la matière.

Etudiez le cercle dans le Tai 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, se 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, Samedi 4 juin 2022 à 8h48.

JE SUIS DANS MON CENTRE et je vous envoie un florilège d'AMOUR