

TAICHI CHUAN

Style Yang, école Li Guang Hua

La Forme longue des 108 pas ou 108 mouvements, se dessine après l'apprentissage de ses trois parties.

J'accueille comme approche pour "la Forme longue des 108", un seul mouvement où s'expriment 108 figures unifiées par le Souffle.

Elle représente, pour moi, le dessin de l'arbre à travers les trois trésors :

"TERRE", première partie, l'Essence.

Les bases fondamentales de l'enracinement s'inscrivent, s'affirment. Les racines de l'arbre prennent naissance, poussent, grandissent, apprennent à se déplacer dans les quatre directions, explorent, se renforcent, se nourrissent. Le petit Tai Ji entre en matière...

"HOMME", seconde partie, le Souffle.

L'équilibre se manifeste. Les racines donnent naissance au tronc de l'arbre, capable de se tenir debout entre Terre et Ciel et de se mouvoir dans les huit directions. Les branches s'agitent avec fluidité et densité au rythme du tronc, en son centre, moteur du mouvement, qui puise sa puissance dans ses racines.

"CIEL", troisième partie, l'Esprit.

La voie de la sagesse portée par l'expérience de la pratique répétitive des figures et nourrie de l'Essence et du Souffle, libère la rencontre de soi et de l'univers où s'affine le Coeur. La cîme de l'arbre s'étend bien au delà du ciel visible, effleurant les étoiles et les dragons de l'univers où se mêlent et s'entremêlent les échanges de ces deux directions "intérieur-extérieur" et "extérieur-intérieur".

Terre, Homme et Ciel invitent à l'Unité. A partir de cet instant, le dessin de l'arbre voit le jour, son voyage commence où le visible se nourrit de l'invisible, qui, lui seul, permet sa juste expression.

Patrick POTTIER