



La Pensée du moment par Sifu Lelaquais

*Été 2003
TAOM Université Libre*

Pensée 24

Tai Ji Quan & Entités Psychiques

Le Tai ji quan vu de l'extérieur apparaît comme une suite de mouvements avec respiration dirigée et contrôlée (concentration).

En réalité il s'agit d'un système complet destiné à prendre conscience à partir des énergies psychosomatiques, de la mémoire héréditaire inconsciente « Roun » et de l'intelligence instinctive à tendance impulsive « Pro », afin de les contrôler (sans les violenter), de libérer la force du passage à l'acte « Tche », de développer la réflexion « í », en vue de libérer la personnalité de l'individu « Chenn » par une expression complète.

La pratique du tai ji quan est une chorégraphie structurée physiquement (martial) et philosophiquement (symbolique) pour amener à équilibrer les oppositions extérieures et intérieures, réelles ou figurées, c'est à dire un entraînement à la fois physique, psychique et supra psychique.

Certaines images peuvent surgir en cours d'entraînement, ce qui procure une impression de soulagement et ensuite une plus grande connaissance et maîtrise



de soi. Dans les premiers temps, ces images font partie de souvenir ou de contenus de la vie quotidienne. Puis peuvent émerger des images évoquant les problèmes de sa vie intérieure, enfin l'apparition d'images très profondes chargées de dynamisme et échappant à notre monde ordonné, proche de celles qui peuvent apparaître en rêve.

Ainsi par le Tai jí quan, le "Roun" et le "Pro" se libèrent de masses énergétiques non contrôlées par le « I » . Un homme prisonnier d'un "Koueí" (l'idéogramme Koueí signifie: revenant, fantôme, dans le sens d'une entité non palpable ni quantifiable, amenant un dérèglement d'ordre physique ou psychique) se trouve entravé à un incident du passé. Son vécu quotidien est déformé par ces entraves. Il n'est pas vraiment "ici et maintenant" dans les actes de sa vie. Le Tai jí quan lui permet de corriger cela en devenant conscient de chaque instant. Tai jí quan est une activité extérieure qui engendre un calme intérieur permettant à l'adepte d'être lui-même en communiquant totalement avec le milieu extérieur (matière, énergie, espace et temps) jusqu'à se fondre avec le dynamisme qui anime l'Univers.

Le Tai jí quan est relationnel. Le but étant d'extérioriser complètement « Chenn » pour lui faire retrouver sa communication à l'Univers.

L'intérêt du Tai jí quan est de se pratiqué principalement seul; c'est une des meilleures méthodes expérimentées à ma connaissance pour développer un contrôle optimum de « Chenn ». Le Tai jí quan permet de faire face sans effort à sa réalité et en particulier à ses « Koueí ». Le processus va toujours vers une amélioration de la personne.

Daniel LAURENT