



La Pensée du moment par Sifu Lelaquais

*Automne 2009
TAOM Université Libre*

Pensée 49

L'art de la communication silencieuse

Comment appréhender l'humeur de son interlocuteur quel qu'il soit, clients, confrères, subalternes, chef de service ou même employeurs?

Tous nous sommes sujet à des changements d'humeurs maintes fois par jour, pour un oui ou un non. Et malgré cela nous devons savoir composer pour capter l'attention de notre interlocuteur et ainsi réussir à obtenir ce que nous voulons que ce soit de la signature d'un contrat jusqu'à la réalisation d'une tâche si infime soit-elle. Tous nous avons l'envie d'être compris... et pour certain de comprendre.

La communication est la base et la clé de la réussite, seul on n'arrive à rien.

Alors comment réussir à rentrer, réellement, en contact sachant que chacun vit dans son propre monde émotionnel? Que celui-ci peut changer à tout instant et qu'il existe une multitude infini d'inter-action de nos comportement.



Souvenez vous quand vous n'aviez pas les mots, étant tout petit enfant, pour rentrer en communication avec vos congénères, et plus particulièrement avec le sexe opposé. Comment faisiez vous? Vous alliez au contact... physique, en chahutant la plus part du temps... Souvent maladroitement et vous vous retrouviez incompris, dans un sentiment de frustration et d'isolement.

Les mots eux même étant souvent interprétés par nos filtres émotionnels provoquent des quiproquos insoupçonnés, à la longue, indémaillables pour finir en conflits de personnes, de sociétés et au pire d'idéologie.

En résumé nous cherchons tous à communiquer, à être compris et accueilli dans une idée, une fratrie, un groupe, une société, un parti, un pays.

Je dis que sans le «Verbe» source d'incompréhension et de quiproquo, il existe un moyen de se découvrir, de s'accueillir, de se comprendre, de se réaliser et de réaliser de grande choses, tout ça dans la bonne humeur et le chahut. vous pourriez me prendre pour un doux rêveur...

Mais au fond de vous, le chahut et la bonne humeur qui va avec vous rappelle les jours heureux de votre enfance qu'on vous a dit d'oublier parce que : «Maintenant, tu vas à la grande école, il te faut avoir les pieds sur terres.... fini de rigoler. T'es là pour en chier!» Pas cool, hein?

Alors Voilà ce que je vous propose : pouvoir retrouver notre âme d'enfant AVEC la conscience de l'adulte.

Réapprendre à communiquer par le touché, le contact physique. Réapprendre à chahuter et rigoler avant de rentrer dans le vif du sujet des choses sérieuse.

Ainsi nous serons plus facilement compris et pourrons accueillir ce qu'on nous dit avec d'avantage de sérénité, avec moins d'émotions incontrôlées qui partent dans tous les sens, et nous font regretter ce que l'on a pu dire ou faire.

Il existe une expression qui dit : «Jeu de mains, jeu de vilain», ici je vous présente le : «Jeu de mains, jeu de malin!».

Ça s'appelle le «Tuí shou», sa traduction littérale du Chinois est : «La main collante». Un Art nous permettant de nous ressourcer, de se détendre autant que de se défendre avec un minimum d'effort, ainsi que de développer notre "écoute" de soi et de l'Autre.

Il s'agit d'un Art, celui du Tuí Shou, faisant partie inhérente du Tai Jí Quan.

Le principe de ce jeu reste simple, les deux partenaires se doivent de garder leur équilibre sans déplacer leurs pieds tout en cherchant à déstabiliser l'autre. Les coups, les frappes sont prohibées et nous ne pratiquons les chutes qu'à un haut niveau de pratique, donc en l'occurrence les chutes seront elles aussi prohibées.

Le but premier du Tuí Shou est de rester debout équilibré sur ses deux pieds et non de pousser l'autre, nous ne sommes qu'un outil pour notre partenaire afin de l'aider à trouver à quel moment il perd son axe, son équilibre.... et vis versa!

Le Tuí shou nous permet de développer notre "écoute" de Soi et de l'Autre pour ne plus être dupé par les mots. C'est ainsi que sous un aspect de jeu et de chahut codifié le Tuí Shou nous aide en réalité à appréhender l'Autre et.... nous même!

Le Tui Shou nous ressource.

Entre deux pratiquants, chacun met sa propre Énergie dans un pot commun, le temps de l'échange. Une fois brassé, ces énergies sont comme nettoyées, remises à neuf, avec une sensation de Joie, de Paix.

Lorsque vous pratiquez avec une personne qui pratique avec légèreté, cet échange est des plus convivial et joyeux... une vraie cure de rire, voir de fou-rire!

Nous nous trouvons, lors de ces rencontres, au centre même de ce qui fait l'une des plus grande source et ressource pour notre santé : L'échange et le partage de nos énergie dans une communication... Non verbale.

Sifu Lelaquais