

NOUVEAU

SARDAIGNE 2018

stage de la Toussaint

Une immersion de 4 jours entre ciel et terre, un stage de Tai Chi en Sardaigne...

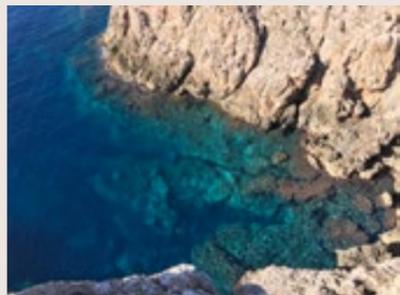
À celles et ceux, pour qui le tai chi chuan apporte un éclairage sur leur chemin, nous vous offrons la possibilité de pratiquer pendant **4 jours en Sardaigne à la Toussaint du 21 au 25 octobre 2018.**

Notre volonté n'est pas de créer un autre stage dans un autre lieu juste pour enchaîner les stages, mais bien de proposer une vision de notre pratique légèrement décalée dans le but de nous faire avancer sur nos chemins respectifs.

Nous avons tous des projets de vie et ils sont aussi singuliers que chacun d'entre nous peut l'être. **La pratique du tai chi chuan** a ceci de particulier qu'elle peut être une projection de nos projets de vie : l'expérience montre que trouver une fluidité dans cette pratique, seul puis à deux, c'est aussi retrouver une fluidité dans nos projets de vie.



Une forme émergeant de sa gangue de terre...



lumières du matin

Ce serait une erreur de penser que l'un (projet ou pratique) est au service de l'autre. Il est plus judicieux de voir que votre projet de vie et votre pratique (parmi d'autres bien sûr) sont des facettes d'un plus grand projet : la réalisation de vous-même, illustrant une des 40 règles de Shams de Tabriz (soufi du 13ème siècle) : « ... **Chaque être humain est une œuvre en devenir qui, lentement, mais inexorablement, progresse vers la**

perfection. Chacun de nous est une œuvre d'art incomplète qui s'efforce de s'achever. »

Le premier constat est celui de reconnaître que nous ne sommes pas « finis ». Le deuxième constat est d'admettre que c'est très confortable de s'adonner à la routine et que cette routine est l'obstacle qui nous empêche de cheminer vers la réalisation du Soi.



Douceur du soir

Nous avons tous fait face, à un moment ou à un autre, à un doux ronron. Ne devrions-nous pas déployer une nouvelle énergie pour briser ce qui risque de nous enfermer dans nos habitudes ? Et dans ce cas était-il juste d'hésiter à infléchir nos parcours... même si cela crée des remous dans nos environnements propres ? Vieillir ne serait-il pas cette incapacité à sortir de l'habitude ? Déjà : qu'entendons-nous par habitude ? **Le tai chi c'est l'adaptation permanente au moment présent**, condition indispensable pour un état d'équilibre, même si cela semble paradoxal. L'équilibre n'est pas un synonyme d'immobilisme,

mais coexiste avec la notion d'immobilité. Souvenez-vous quand Wei Guo nous disait : « quand vous bougez, c'est le paysage qui bouge ! »



Le décalage que nous proposons pour nous sortir de la routine c'est déjà de pratiquer dans un lieu où l'énergie de la terre est forte. La période que nous avons choisie est une période éloignée de l'agitation touristique et empreinte d'une grande douceur, propice à l'ouverture vers soi d'abord et vers l'autre en particulier. À cette époque l'eau de la mer est très agréable. Et surtout à ce moment de l'année nous sommes enveloppés dans une lumière veloutée d'une grande délicatesse. Les mots employés pour décrire ce que nous avons ressenti ne peuvent être qu'un tissu de platitudes. C'est bien entendu à vous de venir vous en faire une idée.

Raimond propose d'utiliser la perception de cette lumière pour induire un lâcher-prise. Son but n'est pas de vous apprendre à dessiner, mais à utiliser les couleurs pour permettre au corps de se laisser aller dans l'expression du ressenti exprimé à travers un geste et finalisé par un pinceau. Ceci est optionnel et est proposé à celles et ceux qui le souhaitent entre les temps consacrés à notre pratique.

Un petit mot sur le lieu d'accueil : l'endroit se situe près d'une ancienne mine d'argent. D'un point de vue symbolique l'argent est le métal associé à la lune comme l'or est associé au soleil. Yin et Yang. Un rappel à ce que nous disions plus haut : cet endroit est propice à l'écoute, à l'ouverture vers l'autre. À cette époque de l'année, l'hôtel nous sera probablement entièrement consacré.



Peut-être que si nous suivons ce que préconise Goethe : « si tu veux vivre heureux, voyage avec deux sacs, l'un pour donner, l'autre pour recevoir », alors nous pourrions percevoir cette couleur si caractéristique de l'envers.

Si l'aventure vous tente, c'est par ici...

LE PROGRAMME
complet

RESERVATION
en ligne