



Du plaisir sur le chemin du Tao

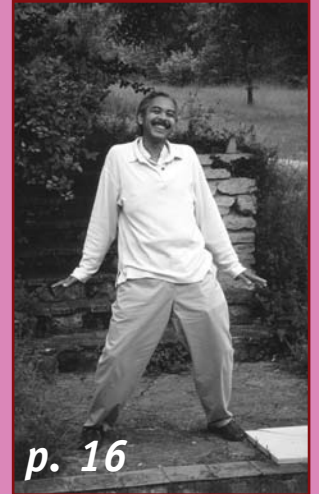
Pour cet été, l'équipe de Génération Tao vous envoie des ondes de bien-être remplies de plaisir.

Un temps qui respire, une personne qui vous attend, un sourire intérieur, des corps qui se détendent, et vos mouvements qui se reposent, millimètre par millimètre, dans une sensation agréable de globalité vivante. Ca y est ! Le tao, le yin-yang, se déclenche dans l'imperceptible qui est en vous, le son du silence corporel qui se répand dans tout votre être, puis autour de vous. Enfin le vrai calme, le son d'un mouvement intérieur qui imprègne invisiblement l'ambiance, l'énergie d'un lieu. En cela, les mouvements de méditation participent à un processus de paix entre des organes corporels qui souffrent quotidiennement du bruit et de la pollution de l'environnement social et psychique. Sensation, plaisir, mouvement et paix sont quelques repères qui jalonnent ce cheminement vers le plaisir du bien-être, vers la zen attitude !

L'été, période yang comme saison chaude, devient yin comme moment de vacances par rapport au temps yang du travail. C'est alors l'occasion d'observer attentivement les tendances de notre société de consommation. Les stations balnéaires regorgent ainsi de vêtements portant un symbole familier mais dont la signification profonde reste encore méconnue : la sphère yin-yang, une des manifestations visibles du tao - "voie, chemin" -. Or l'occident, le cœur de notre société métissée, est en train de tomber amoureux de ce logo philosophique, à la fois si simple et si profond, à tel point que nous pouvons évoquer l'émergence d'une nouvel art de vivre : le tao de l'occident.

Je vous laisse vous balader dans ces pages et découvrir les propositions de vie de ce tao occidental rempli de plaisir avant que le rythme effréné de la rentrée ne revienne vous stresser. Et j'en profite aussi pour vous rappeler la parution de notre hors-série spécial "nouvel art de vivre" prévue à partir de la troisième semaine de septembre. Au plaisir de vous revoir.

Manikoth Yang Vongmany
Directeur de rédaction



p. 16



p. 78



p. 56