

Pour vous soutenir dans ce nouveau cycle de rentrée, l'équipe de rédaction a jugé opportun de se questionner sur l'intérêt que suscitent le Yoga, le Zen et le Taiji auprès du public occidental. Nous vous proposons de découvrir au-delà des idées reçues, entre clichés et essences, ces disciplines venues d'Orient. En avant-goût, voici trois phrases issues de Maîtres inspirés par une sagesse puisée au fond de ces pratiques corporelles de transformation de l'être. A méditer...

Yoga

«Dans chaque inspiration, toute créature vivante prononce inconsciemment une prière.»

B.K.S. Iyengar

Zen

«On réalise qu'il existe une conscience intuitive, originelle, radicalement différente de la conscience habituelle du moi... On peut ressentir la réalité de la vie qui imprègne tout l'univers.»

Taisen Deshimaru

Taiji

«Tout réside dans l'utilisation de l'intention (yi), et non pas de la force physique (li).»

Yang Chengfu

Bonne rentrée à tous !
