



Par Pol Charoy  
et Imanou Risselard

Calligraphie du «souffle vital».

氣

## «The» rentrée !

Organiser sa rentrée nécessite de faire des choix et de peser le pour et le contre. Une fois décidé, il nous faut encore choisir où pratiquer, en prenant en considération la durée des trajets à effectuer avant de récupérer le petit ou la petite à l'école... Et espérer trouver un club avec une ambiance à notre convenance.

Mais soumis à l'organisation hâtive de notre rentrée, jonglant entre toutes nos obligations, nous en oublions souvent l'essentiel : «choisir» une école pour son contenu de formation, «choisir» un professeur pour sa qualité pédagogique. Ceci est pourtant une démarche fondamentale, et trop délaissée. Nous nous décidons trop souvent selon des critères, somme toute très pragmatiques, tels que la proximité du club, ou bien le coût des cotisations. Nous en oublions de choisir, en notre âme et conscience, ce qu'il nous faudrait considérer, non pas comme une activité, mais comme une voie, un art qui nous proposerait un chemin initiatique, et qui pour celui qui l'emprunte, lui donnerait en retour d'innombrables bienfaits dépassant un simple mieux être...

Quand je pense à notre «belle» époque, quand nous parcourions des kilomètres pour suivre les cours d'un professeur, et si celui-ci déménageait, nous nous «coltinions» des allers et retours de plus de 80 km pour le suivre. Ah ! Ca y est, je radote... Néanmoins, sans vouloir jouer les «anciens combattants» des arts martiaux chinois, nous pensons que beaucoup des apprentis d'aujourd'hui devraient moins regarder les conditions rationnelles d'accès, et de proximité ou de prix, pour orienter leurs choix, et ne pas céder à la tentation d'un simple mieux-être qui n'est qu'une étape. Celle-ci, une fois franchie, devrait nous amener à trouver les motivations pour des considérations plus profondes, et prendre en compte l'engagement sur une voie, et non une pour une simple pratique de détente ou de loisir aussi louable soit ce choix. Hélas, ce choix sacrifie trop souvent à la nécessité, plus qu'à la quête véritable d'une voie où rechercher la valeur d'un enseignement, comprendre la philosophie d'une école, et connaître les caractéristiques d'un style, devraient être le plus important pour faire pencher la balance.

Aussi trouverez-vous dans le dossier : «Du Kung Fu au Taiji» (p. 16), les éléments indispensables pour ensuite situer telle ou telle pratique dans l'interne ou l'externe. Vous trouverez aussi des réflexions pédagogiques initiant le «compagnonnage» dans nos pratiques, et vous pourrez faire une incursion dans les états de consciences modifiés liés aux postures de Yoga ou du Ba Gua Zhang.

Et puis, pour vous dé-stresser, intéressez-vous à notre rubrique santé qui vous permettra de dénouer les tensions et d'assumer votre rentrée en restant ZEN (p. 48). Enfin, pour vous y retrouver dans les turbulences «institutionnelles» du Qi Gong, rendez-vous p. 30 pour suivre Dominique Casaÿs dans sa récapitulation historique du Qi Gong en France et en Chine. Alors, à vos lunettes, pour tout savoir sur l'histoire du Qi Gong.

A très bientôt pour le prochain numéro d'hiver de Génération Tao. Bonne rentrée, et très bon choix...