



crédit photo : Fotolia • horses in sunset © Mari art

Se sentir libre...

قيد رحاب رعشي , *sich frei fühlen, feel free, xiao yao...* par Cécile Bercegeay

La liberté est une quête universelle qui se love dans l'individuel. Et si notre instinct nous conduisait dans la même direction : un espace où l'être se révèle !

Quand je pense et m'imprègne du sentiment de liberté et le laisse circuler dans l'ensemble de mon corps, les sensations affluent; elles sont multiples et intenses à la fois. D'abord, j'inspire profondément: mes narines cherchent à s'ouvrir pour humer les odeurs nourricières et vivifiantes de l'air. Les battements de mon cœur s'accélèrent comme si je galopais de toutes mes forces sur une terre accueillante. Mon visage s'illumine et sourit, témoin de la joie de vivre cet instant sans frontières. Le reste de mon corps est léger, à l'écoute, je sens que je pourrais librement aller à la rencontre des autres.

Un chemin pour vivre

J'imagine que c'est un peu ce que ressentent les Yamakasi (p. 24) quand ils s'élancent en regardant le ciel tandis que le monde regarde le sol. Mais ce n'est, hélas, pas si simple de conserver durablement cet état de liberté au centre de soi; les résistances, les habitudes, les interdits viennent peu à peu troubler cette « sauvage quiétude » pour nous dicter un mode de vie plus « familialement », socialement et politiquement « normal ». Fort heureusement, notre instinct est puissant et notre âme sonne l'alerte! La voix de notre conscience nous éclaire sur ce comportement normatif et répressif qui pourrait bien finir par étouffer notre flamme! Mais comme nous le dit si bien Jacques Lesage de La Haye (p. 34): « Qui en a vraiment conscience et qui l'accepte? ».

Des épreuves difficiles

Car oui, le réveil est difficile. Quand nos yeux s'ouvrent sur nos blessures; quand notre cœur ressent à nouveau et charrie les peurs et les angoisses de notre passé; quand la mémoire revient, il faut un sacré courage pour accepter de traverser ces méandres et accéder progressivement à une véritable transformation. Je pense à Imanou Risselard (p. 36) qui a su si magnifiquement trouver le chemin de sa liberté. Comme le souligne, Denis Marquet (p. 26), notre histoire humaine nous a tant appris que nous sommes à présent matures et capables de réaliser ce chemin vers la liberté...

Notre instinct est puissant !

Mille et une voies

Liberté et tradition s'opposent souvent farouchement, pourtant, ce que beaucoup de pratiquants occidentaux recherchent et cultivent dans les pratiques de tradition martiale, est justement ce sentiment de liberté. Si le pratiquant traverse les épreuves et comprend intimement les enseignements liés au corps, au cœur et à l'esprit, alors il avance sur la voie de la liberté. Il devient tour à tour le pinceau, le trait, la sphère; créateur d'une gestuelle qui n'appartient à personne d'autre qu'à l'univers. Chaque personne présente dans ce dossier se consacre et œuvre pour faire grandir les espaces de vérité. Ce sont toutes et tous des passionné(e)s qui ont le plaisir de partager à l'infini leur chemin vers la liberté. ■



PORTRAIT

Formée, depuis 1999, à la pratique du Wutao auprès de Pol Charoy & Imanou Risselard, les créateurs du Wutao®. Elle enseigne aujourd'hui en cours réguliers à Paris et en stage dans toute la France. Ses autres spécialités sont le Wutao Sol et le Stretching dansé-Wutao.
cecileb.com.wordpress.com

