

européenne de Toucher Massage. Le programme sera disponible sur : [www.maisondutaiji.com](http://www.maisondutaiji.com).

57 rue Jules Ferry  
93170 Bagnolet  
[www.maisondutaiji.com](http://www.maisondutaiji.com)

### Stage Qi Gong & Raku

Rapprocher le Qi Gong de la terre. Complémentarité du geste et de la sensation... du 09 au 13 Aout, maison pleine nature avec piscine dans le Sud Ouest  
tél : 05 63 66 92 30  
<http://lafilledejade.free.fr>

### L'été des arts du geste

La Fédération Aïkiryu et Arts du Geste propose, du 24 au 29 juillet 2006, au centre d'arts corporels: Shin Shin I Tai, « Le coeur et le corps sont un seul corps ». Un lieu de pratique crée par

#### STAGE

qigong-arts plastiques en Limousin (10 km de limoges) du 24 au 28 juillet inclus  
Contact au 06.08.42.10.62  
[marieannegrelier@hotmail.fr](mailto:marieannegrelier@hotmail.fr)

Charles et Isabelle Abelé dans un oasis de verdure en Champagne.

Les Ormes  
51240 Coupéville  
tél. : 03 26 66 37 15  
Trois enseignants/trois pratiques du Geste : Isabelle Abelé, Jean-Luc Champougny, Antonio Naves. Un thème : La Fraternité.  
Rens. : [www.aikiryu.org](http://www.aikiryu.org)

### RENDEZ-VOUS A LA RENTREE



N° 42

PARUTION

15 SEPTEMBRE 2006

# L'intention qui compte



par Sandrine Toutard

Quelle serait la différence, puisque l'on ne se baigne jamais deux fois dans l'eau d'une même rivière, entre deux actions similaires? Qu'est-ce qui fait qu'une parole n'est pas la même deux fois de suite? Qu'est-ce qui fait qu'une forme, prenons le Taiji pour exemple, ne se transforme pas en art notoire, comme une prière répétée inlassablement dans le but qu'elle se réalise? Peut-être bien l'intention, le Yi, la présence particulière dont nous allons nourrir une pratique. En fait, ce que nous cherchons dans la pratique elle-même. Si nous répétions inlassablement une même journée, et finalement n'est-ce pas un peu ce que nous faisons, il y aurait toujours cette différence marquée du sceau de l'intention, de l'investissement, de l'incarnation dans cette vie. Notre intention fait aujourd'hui l'objet de recherches scientifiques très sérieuses. L'Institut des Sciences Noétiques (IONS), dont Marilyn Schlitz dirige le programme de recherche à Sausalito, en Californie est un réseau de scientifiques américains et européens. Des études sur l'alleo-biofeedback y sont consacrées et montrent que l'intention portée d'une personne vers une autre aurait des conséquences sur son rythme pulsatoire, cardiaque, sanguin... Même si ce n'est pas très impressionnant, la modification de la physiologie du receveur est égale à celle d'un sujet qui « s'influence » par biofeedback.

Il n'est pas question ici ni de magie ni de télépathie, mais bien du sentiment, du « feeling », de l'ordre de la bonne (ou mauvaise) vibration: « Je t'envoie tout mon amour », « Je pense à toi avec douceur ». Une intention pure aurait une influence sur l'autre. Sur les autres. Sur nous. Les pratiquants le savent déjà: l'intention sur leurs mouvements, sur un état d'ouverture, de réceptivité et encore d'une présence particulière au moment, à ce qui est fait, dit, cette intention peut changer complètement ce moment, et l'investir au-delà de la personne elle-même. Et au-delà des personnes présentes, si nous imaginons un groupe assez homogène constitué de pratiquants se sachant reliés les uns avec les autres. Et se sachant / voulant relié à tous ceux qui pratiquent, jusqu'à ceux qui ont inventé. Savoir/ vouloir, mais pas par la tête. Encore une fois, ce n'est pas de la télépathie, de la volonté, du contrôle de l'esprit sur le corps dont il est question ici. Dans le mouvement, l'intention, le Yi, donne une direction, en français: un sens. Ce serait un mouvement sensé, mais dont le sens ne serait pas la raison, mais juste l'intention. Exposé comme cela, ça ressemble un peu à « l'œuf ou la poule ». De la nourriture: qu'est ce qui nourrit mon mouvement, ma pratique?

L'intention. Et comment nourrir mon intention? par la pratique et le mouvement. Si nous nourrissons ce qui nous nourrit, peut-être pouvons-nous avoir un regard différent sur l'art, la relation en général, la nourriture, la planète... c'est une façon d'être acteur, en ayant conscience de l'être. Je ne pense pas, du coup que « l'enfer soit pavé de bonnes intentions », je pense même qu'au contraire, en mettant ce sentiment conscient dans chacun de nos actes, de nos pensées, il est possible de faire de cette terre un véritable paradis. En fait d'entendre et de répondre à ce que notre planète nous envoie avec patience et sans grande écoute de notre part depuis, depuis trop longtemps déjà! La plus belle phrase que j'ai entendue en matière d'intention est celle d'Ang San Suu Kyi: « si vous êtes sans aide, allez aider quelqu'un » (if you are feeling helpless, help someone). La prix Nobel de la paix de 61 ans a passé les 16 dernières années de sa vie privée de ses libertés fondamentales. C'est une phrase éminemment génératrice, et je suis sûre qu'elle doit aussi marcher avec l'amour, l'écoute, la compassion, le regard, et encore bien d'autres choses qui ne me viennent à l'esprit, mais vous trouverez, je n'ai pas de doute là-dessus.

**Le Yi donne une direction : un sens.**