

Trop d'effort tue la voie !

Par Jean-Luc Saby

Préserver l'expression énergétique naturelle et spontanée du Dao revient à être investie d'une mission délicate qui commence par la droiture, la sincérité, l'honnêteté et la confiance absolue en une nature universelle absolument bonne pour nourrir toutes formes de vie. On va devoir faire preuve d'humilité pour apprendre de nouveaux comportements dictés par un savoir ancestral.

S'agissant du Dao, l'initiation du disciple du taoïsme passe par l'intégration de principes comportementaux que l'on peut qualifier de droitures. La première des droitures commande de diminuer nos efforts pour nous mettre en mouvement, plus exactement de diviser l'effort physique pour amplifier les effets.

Lorsqu'il s'agit du corps notre approche de l'exercice physique reste la plupart du temps rudimentaire, en demeurant figé sur le potentiel articulaire et musculaire. Pourtant, nous devons aussi nous attacher à révéler le potentiel des fluides corporels (liquides corporels et souffles respiratoires), de l'influx nerveux qui forment un ensemble de potentiels humains (microcosme) et à d'autres potentiels (célestes et terrestres) liés au macrocosme.

L'expression macrocosmique est l'œuvre du ciel et se décline dans les potentiels conjugués du Ciel, de la Terre (Sol) et de l'Homme. C'est en décryptant chacun que progressivement nos gestes se nourrissent progressivement (étapes par étapes) de vitalités particulières divisant l'effort et amplifiant les effets.

Les effets éclairent la compréhension de la voie, c'est en mettant à profit l'influence naturelle des choses, en allant à la source jaillissante et spontanée du geste que l'on se meut. Telle une forme dressée par un souffle printanier.

C'est en diminuant le superflu, en se rapprochant de soi et des principes essentiels de vie jusqu'à une échelle macroscopique que l'on s'engage initialement sur la voie (Dao).

