



le TAO au quotidien

© Iosif Szasz-Fabian - Fotolia.com

C'était il y a plus de deux mille ans. Lao Tseu, juché sur le dos de son boeuf, traversait la campagne chinoise... C'est ainsi, par le biais de l'observation de la nature, que les grands préceptes du taoïsme furent recueillis. Ils sont toujours actuels et peuvent s'interpréter au quotidien...

Il y a un immense enseignement à tirer de l'observation de la vie naturelle : les saisons, les marées, les levers et les couchers de la lune et du soleil, le déplacement des nuages, du vent, des vagues, les éruptions des volcans...

La terre est tour à tour féconde et nue. Elle recueille ce qui se fane et meurt, pour produire de l'humus qui lui-même est engrais pour les plantes qui elles-mêmes sont pollinisées par les insectes qui... et ainsi de suite. Le changement est sans fin et omniprésent dans la nature. Elle est structurée par des cycles, des rythmes, des variations dans un perpétuel renouvellement où d'innombrables combinaisons sont observables. C'est ce que réalisa celui que l'on nomma le «Vieux Maître», Lao-Tseu qui vécut en Chine 500 ans avant Jésus-Christ, et qui est à la source du *Tao te King*, ensemble de textes et d'aphorismes paradoxaux, concis et poétiques.

Tao...

Le Tao a plusieurs significations conjointes. Il peut être traduit par le «chemin», «la voie», mais aussi la «loi», loi éthique et personnelle autant que cosmique.

Le Tao désigne l'ordre fondamental de toute chose, tout autant que son origine. Il est mouvement et perpétuel changement autant que centre. Il est illimité.

Dans le Tao, les couples d'opposés n'ont plus cours. Le Tao est une réalité ultime, indicible et indéfinissable qui sous-tend tous les phénomènes.

On l'a compris, le terme «Tao»... ne se laisse pas facilement traduire, vu que le Tao originel, dit le texte, est intraduisible en mots !

En effet, nombre d'aphorismes du *Tao te King* ont pour objectif de prévenir le lecteur de l'indicibilité du Tao. Le Tao ne se laisse pas enfermer dans des définitions ou des mots. Sachons-le. Mais recevons ce texte. Car c'est un fait : il a été écrit. Comme d'autres textes de mystiques, de sages ou de poètes qui essaient d'approcher un mystère fondamental. Tous, ils préviennent de l'inadéquation des mots. Mais pourtant, ces mots imparfaits, ils les donnent. C'est qu'une phase préparatoire d'étude qui passe par les mots peut, pour certaines personnes, s'avérer très utile. Mais ce n'est qu'une étape qui fait appel bien souvent à l'intelligence «qui discrimine», différente de l'intelligence mystique, comme l'exprime Tchoung Tseu* :

«*La grande intelligence englobe, la petite intelligence discrimine*».

Les mots sont une étape ; ils sont fragmentaires, partiels, imparfaits. Ce sont des échos, des miroitements, des reflets lointains du réel. Sans cesse, le *Tao te King* le rappelle. Chaque étape

est cependant nécessaire. Si nous en avons besoin, ne nous en privons pas.

Un vide foisonnant...

Si, en Occident, il arrive que le terme Tao soit traduit par «vide», voire «néant», il faut se rendre compte que les conceptions orientales du vide n'ont pas grand-chose en commun avec ce que le mot «vide» recouvre dans notre langue. Le vide dont il est question dans ces approches est un vide d'où jaillissent continuellement de nouvelles formes. C'est un vide créatif et créateur, qui fait naître et subsister les formes incessamment, et qui les réabsorbe. En cela, il peut être comparé au champ quantique de la physique subatomique, comme le montra le Dr Fritjof Capra dans son célèbre ouvrage, publié et republié de nombreuses fois depuis les années 80, intitulé «*Le Tao de la physique*», qui établit des parallélismes entre la science moderne, notamment la physique quantique, et les concepts qui régissent les approches orientales comme le Bouddhisme, le Taoïsme, l'Hindouïsme.

Le «sage» du taoïsme est décrit comme étant celui qui vit en harmonie avec la nature où chaque élément est interconnecté : la croissance des plantes, la pluie, la lune, le soleil, les marées, la pollinisation des fleurs, etc, etc...

Les formes qui émergent du Tao sont interdépendantes.

Nous aussi faisons partie de ces formes. Nous aussi sommes interdépendants. Nous faisons partie de la grande danse de l'univers. On a presque envie de se dire : dansons, alors ! Cela voudrait dire quoi ? Peut-être de relâcher quelque peu la tension intérieure due à la tentative omniprésente de contrôler à peu près tout ce qui arrive dans notre vie. Peut-être de coopérer davantage avec les processus en cours plutôt que de vouloir leur



QI GONG - TAIJIZHANG - TUINA

☯ BRUXELLES (Woluwe st Pierre) ☯

Formation professionnelle & développement personnel

La voie de l'harmonie et du bien-être

Un projet professionnel d'avenir passionnant !

Cursus diplômant sur 2 ou 3 ans - Accessible à tous ! Sous forme de week-ends. Théorie et philosophie de l'énergétique chinoise, apprentissage des QI GONG préventifs et thérapeutiques, le TAIJIZHANG - le massage CHINOIS - le YIJING, la moxibustion et la phyto-aromathérapie...

ITEQG BRUXELLES - Directeur pédagogique : Bruno ROGISSART

infos & inscriptions : **www.iteqg.com - 00 33 324 403 052**

氣功



QI GONG

Cours journaliers
Nombreux stages
Ecole de formation de
professeurs

Life Care Centre

Chaussée de Charleroi 279

1060 Bruxelles

02/649.62.37 & 0476/49.62.94

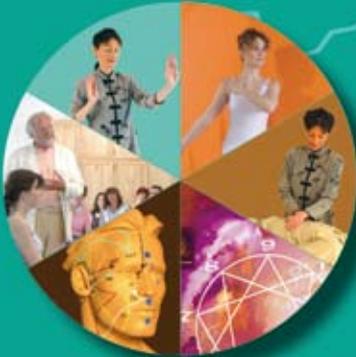
www.lifecarecentre.be

thesy@lifecarecentre.be



氣功

*en collaboration
avec l'Université
de Pékin - Ecole de
Zhang Guangde*



Stage d'initiation aux méthodes de bien-être et de santé du Samadeva la médecine des derviches

Tout public

2 et 3 avril 2011 - 9h30-18h

Tarif découverte 95 €

**Carpediem - Rue de la place, n°16
1325 Vieuxart - Belgique**



libre université du Samadeva
www.samadeva.com - tél : 010/86 81 62 - GSM : 0497/288 322

imposer nos pas. Peut-être aussi d'être un peu plus conscients chaque jour de l'illusion qui consiste à croire que nous sommes «indépendants». Nous ne le sommes vraiment pas, en réalité. Peut-être, sachant cela, le voyant, le constatant, pourrions-nous prendre de la hauteur par rapport à certaines situations. Méditons ce qu'explique P. Ball dans «*L'essence du Tao*», un petit livre foisonnant édité en «pocket» :

«Lorsqu'un adepte du Tao se trouvera dans une situation particulière, il sera à même d'avoir une vue d'ensemble, car il sait qu'il n'existe pas isolément. Il pourra à un moment donné et simultanément, voir pourquoi la situation a surgi, ce qu'il est nécessaire de faire et ce que seront les conséquences de toute action qu'il entreprendra».

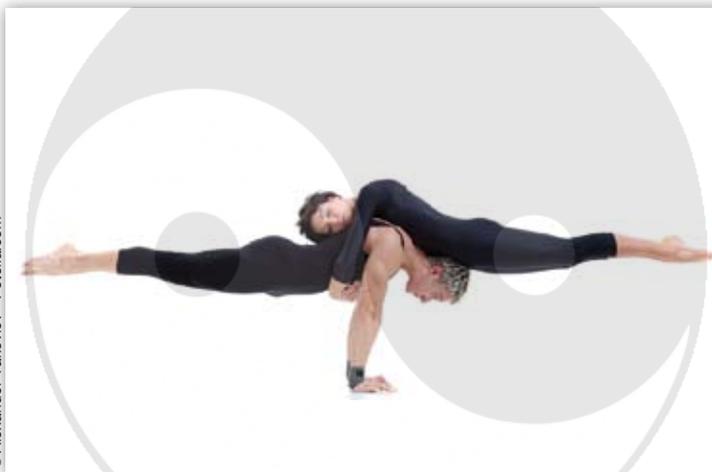
Un changement graduel... mais incessant !

Réaliser que tout est interconnecté et interdépendant implique de réaliser que l'univers est en mouvement. Ça se corse ! Tout bouge. Les découvertes scientifiques contemporaines le démontrent : le mouvement est la trame même de la réalité. Le devenir, le flux changeant, est la loi de l'univers. Le Tao est le chemin qu'emprunte l'univers. C'est le chemin dans lequel l'univers travaille. C'est le mouvement dans lequel il œuvre.

La plupart d'entre nous ne perçoit pas le changement qui est sans cesse en train de se produire en toute chose. Nous le savons sans doute avec notre tête, ce qui est déjà louable, vu que pour l'occidental, le mental est un mode privilégié

gié d'appréhension de la réalité, mais nous ne le percevons pas avec nos sens et dans notre chair. Et pourtant, notre corps et ses myriades d'atomes ne sont pas statiques, nous changeons de seconde en seconde. Nous aussi, nous sommes engagés dans un processus universel de devenir.

Nous ne sommes pas conscients du changement lorsqu'il est en train de se produire, car il se produit graduellement. Ce serait facile d'avoir conscience du changement si tout à coup, nous nous réveillions un beau matin totalement différent. Les chocs brutaux peuvent évidemment donner lieu à des



© Alexander Yakovlev - Fotolia.com

révélation subites qui débouchent sur une mise en route. Mais il y a un processus. Nous ne changeons pas d'un seul coup. Nous changeons progressivement, lentement, par petites touches, à petits pas, autant psychiquement que physiquement.

«Les choses diminuent d'un côté, elles augmentent de l'autre. Leur apparition et leur épanouissement sont liés par d'invisibles transitions. Qui y est attentif ?», demande le sage Lie Tse*.

Croissance et déclin

Souvenons-nous que le taoïsme est

issu de l'observation de la nature. Tout, dans la nature, évolue selon des cycles. La notion de cycles est une constante qui forme la réalité.

Qui dit «cycle» dit va-et-vient. Comme le soleil qui se lève est à son apogée, puis se couche, tout élément constitutif de la réalité grandit et diminue. Il y a continuellement une croissance et un déclin. Une ouverture et une fermeture. Une expansion et une contraction. Un aller et un retour. Cette structure est un facteur constant également présent dans nos vies. Les choses sont remplacées graduellement par d'autres dont elles sont issues.

Il se peut même que nous assistions parfois, ébahis, à la transformation progressive d'une chose en son contraire. Une situation que nous vivions avec plaisir et aisance peut, l'année suivante, être vécue dans le déplaisir et la difficulté. Car une situation ne reste pas en l'état. Dans le monde des formes, qu'elles soient grossières ou subtiles, que ce soit le monde de la matière ou celui de nos vies intérieures, tout a un temps. Il serait peut-être même plus exact de dire : tout a son temps. Une

situation se développe, grandit jusqu'à sa pleine expansion puis se retourne, et se transforme :

*«Le retour, c'est le mouvement du Tao»
Tao te king*

Allégation lapidaire. Simple et limpide quand on s'aperçoit un jour que les pommes belles et juteuses qui pendaient aux branches du pommier de notre jardin jonchent la terre et pourrissent quelques mois plus tard. Ce sont pourtant les mêmes pommes.

Yin et yang, un jeu dynamique

Il y a une unité implicite de tous les opposés. Il y a sans cesse un rapport dynamique entre les opposés, l'un étant dans l'autre. Depuis les temps les plus reculés de la pensée chinoise, les notions de «yin» et de «yang» désignent ce jeu mutuel de deux forces sans cesse à l'œuvre. Ces notions sont elles aussi issues de l'observation de la nature. Le sens premier de ce couple archétypal complètement interdépendant vient de la description de la lumière du soleil sur une montagne. La

montagne reste une, mais elle a un versant sombre et un versant ensoleillé. Autrement dit «un» a deux aspects tout en restant entier. Ce sont le recto et le verso d'une même pièce.

Le désormais célèbre symbole qui représente le yin en couleur sombre et le yang en couleur claire symbolise parfaitement le jeu dynamique de ces deux forces. Dans le yin noir se trouve un point blanc et dans le yang blanc, un point noir. Ces deux points illustrent



© Sergej Khackimullin - Fotolia.com



ECOLE DE TAIJICUAN ERIC CAULIER

Le sens du mouvement



Ecole fondée en 1987 par Eric Caulier (6^e Duan),
gradué de l'Université d'Education Physique de Pékin, doctorant en
anthropologie Lasmic (Nice).

12 centres en Belgique (cours hebdomadaires, stages, modules).

Formations de qualité explorant les facettes des 5 styles majeurs
du Taijiquan (neigong, tui shou, formes).

Formations en Xingyiquan et en Baguazhang.

www.taijiquan.be • info@taijiquan.be • 065/84.63.64

MANTAK CHIA



Du 1^{er} au 7 avril 2011

au Centre Notre Dame du Chant d'Oiseau

Avenue des Franciscains 3a à 1150 Bruxelles

1^{er} avril 2011 de 19h30 à 21h30 Atelier-Conférence :

*« Transformez vos émotions négatives en énergie positive par
les pratiques taoïstes de la Fusion des Cinq Éléments »*

2 & 3 avril : Alchimie interne "Pratiques de Base"

4 au 7 avril : Fusion des Cinq Éléments (1,2,3)

Même lieu, du vendredi 8 avril à 15h jusqu'au dimanche 10 à 16h :
stage Tai Chi forme courte en 13 enchaînements par **Maurice
Benhamou**, instructeur certifié du Healing Tao.

www.universaltaofrance.com

universaltao@orange.fr

GSM : 0476 037 818 / Fixe : (00 33) 3 86 32 07 33

PROFESSIONNELS

SHIATSU TAO • FENG SHUI • GEOBIOLOGIE

A CORPS ZEN

Espace shiatsu tao

Rue de l'Eglise, 20

5670 Nismes

Et Rue de l'Aveugle, 9

6010 Couillet

Tél. 0484 829 411

Courriel : info@acorpszen.be

Site internet : www.acorpszen.be

*Le shiatsu tao thérapeutique pratiqué par A
Corps Zen, à Nismes et Couillet, une expérience
unique pour améliorer votre santé et
changer votre vie.*

DE WIN Emmanuel

& MALVAUX Axelle

Feng Shui & Géobiologie

1050 Bruxelles

Tél.: 0472 308 656

Courriel : info@interieurparticulier.be

Site Internet :

www.feng-shui-geobiologie.be

*Harmonisation énergétique d'habitations et
d'espaces de travail par l'expertise en Feng
Shui et en géobiologie. Purification de ces
lieux. Formations.*

l'idée que lorsque le mouvement yin atteint son développement maximal, il contient déjà le mouvement yang. Et vice-versa. Les deux forces contiennent en germe leur opposé. Ce qui est remarquable dans ce symbole, appelée le «diagramme suprême», est sa symétrie en rotation qui montre un mouvement cyclique incessant.

Le jour est l'autre côté de la nuit...

Dans le mode de vie orientale, les contraires sont donc indissociables. Ce qui importe est leur équilibre. Notre culture enjoint plutôt les individus à privilégier le «positif» et à supprimer le «négatif», à privilégier le «bonheur» et à supprimer la souffrance. Tentative sans doute bien vaine, vu qu'ils fonctionnent ensemble.



© ink tear - Fotolia.com

ble. Essayer de vivre dans l'équilibre et dans la prise de conscience du jeu de ces deux forces semble plus lucide, eu égard à l'observation des phénomènes de la nature et de notre vie. Vie et mort sont reliés et vont ensemble, ainsi que gain et perte. Le jour est l'autre côté de la nuit...

Notre vie gagnerait peut-être à se défaire des idées simplistes d'une sagesse monolithique se résumant à vivre dans un pôle en supprimant l'autre. Le «sage» sait cela. En outre, l'unité sous-

jacente de tous les opposés montre la relativité des conventions morales. Celles-ci sont évidemment utiles dans la vie en collectivité mais il est nécessaire de savoir où les placer dans nos personelles. Autrement dit, dans nos



vous propose :

Faire face aux manipulateurs ► Gérer ses émotions par la maîtrise des pensées ► Oser décider et vivre selon ses valeurs ► Le sujet face aux choix de ses engagements personnels, sociaux et/ou professionnels ► Estime de soi ► Que fais-je de mes émotions ? ► Le non-verbal et l'AT ► Faire face au sentiment de rage ► La résolution des conflits au quotidien ► Assertivité : s'affirmer sans agressivité ► Formation à l'écoute selon C. Rogers ► Oser parler en public ► Corps et mouvement, porte d'entrée dans la relation ► Formation à l'animation de cercles de parole ► Gérer son stress par la sophrologie ► Trouver sa force par la voix ► Le clown pour grandir, quelle drôle d'idée ! ► Le Champ des Possibles ► Dessiner autrement pour se découvrir vraiment ► Développer ses compétences relationnelles par l'impro théâtrale ► Affirmation et estime de soi ► Soyons créatifs : résoudre les problèmes par la créativité ► Atelier d'écriture ► Gérer sa fatigue et son stress

► **Analyse Transactionnelle** ► **Communication Efficace - Méthode Gordon**
 ► **Communication NonViolente** ► **Approche systémique**

Nos séminaires de printemps : du 14 au 17 avril 2011 à Bruxelles



02 733 95 50
www.ecoledesparents.be
 secretariat@ecoledesparents.be
 rue de Stalle 96, 1180 Bruxelles

vies, ce n'est peut-être pas la recherche du «positif» qui devrait prendre toute la place et cela parfois jusqu'à la rigidité, mais la prise de conscience du fait que les opposés fonctionnent ensemble dans diverses combinaisons. Ils jouent ensemble, mais ils jouent dans l'unité : yin et yang fonctionnent ensemble dans tous les mouvements du Tao.

Le livre des mutations

Le ballet incessant du couple yin-yang est au cœur de l'un des plus importants et anciens livres de la culture chinoise, le *Yi-King*, commenté par Confucius et qui inspira Lao-Tseu.

Le *Yi-King* ou «*Livre des mutations*», ou «*Livre des changements*», s'est développé au cours de milliers d'années dans la pensée chinoise. Il est constitué à l'origine de 64 figures, ou hexagrammes, composés de traits continus [yang] ou discontinus [yin] qui sont à l'origine de multiples combinaisons. A chacun de ces hexagrammes, un nom est attribué ainsi que deux textes et une image. Le *Yi King* est considéré comme un livre de divination mais il s'agit, avant tout, de représenter la situation personnelle du consultant par le biais de l'hexagramme. Celui-ci montre la structure cosmique présente de sa situation. Une lecture et une interprétation fines de l'hexagramme aide donc la personne à prendre une décision qui soit adaptée au présent. C'est le dynamisme de la vie, sans cesse en mouvement, qui forme l'essentiel de tous les commentaires ayant trait au *Yi-King*.

Aller avec le mouvement, et non contre...

L'action juste et adaptée est sans conteste la pierre d'achoppement de nombreuses personnes qui ont une aspiration liée à la sagesse et à

La technologie P.I.E.®

Basée sur un principe de résonance vibratoire, cette technologie novatrice trouve son champ d'application dans de nombreux domaines : l'Eau, la Lumière, l'Air, la Terre et les végétaux, les aliments et boissons, la qualité énergétique de nos espaces de vie (pollutions électromagnétiques), notre équilibre et notre vitalité,...

Fruit de plus de 30 ans de recherche, son objectif est d'apporter des réponses nouvelles aux nombreux problèmes actuels de déséquilibres de notre environnement, dans une perspective de Santé Globale.

Ré-harmoniser et dynamiser subtilement les principes énergétiques de régénération, dans le plus grand respect des processus naturels vitaux, est une voie qui ouvre la porte à des solutions nouvelles.

Au cœur de ces recherches, l'Eau prend une place primordiale ...

Conférences

animées par Nicolas Gana

Le rôle primordial de l'EAU
comme facteur
de Dangers et de Solutions
énergétiques pour 2012

Voir "Avant-Première" et l'Agenda des activités



02/344.08.58

www.uni-vers.net

la spiritualité. Comment agir de façon adéquate ? Regardons les lois de la nature. N'oublions jamais que le *Tao te King* a été écrit en observant les changements de la nature. Le sage vit en harmonie avec la nature. «*Tout change, tout est impermanence*», dit le bouddhisme. «*Tout change, mais on peut repérer des constantes dans ce changement*», dit le taoïsme, comme par exemple la structure cyclique et le jeu polaire des opposés en chaque chose, abordé plus haut dans le texte. C'est la grande différence entre ces deux approches.



© D.H.

Et encore ? La nature ne se contraint pas. Elle est mouvement dans le ciel et le sous-sol, dans l'infime microbe et les grandes étoiles, dans les marées et la roche. La nature n'agit pas, elle est agie par un flux émanant du Tao indicible. Agir en harmonie avec la nature, c'est donc aller avec le mouvement et non contre le mouvement. Rien n'est contraint dans la nature. Rien n'est forcé. Tout est là, se produisant spontanément, telle la respiration. Etre en harmonie avec elle, c'est agir avec les qualités que sont la fluidité et la spontanéité. La spontanéité n'est cependant pas l'impulsivité, ni le «n'importe quoi», ceux-ci s'apparentant

plutôt à des mouvements réactifs qui laissent insatisfaits.

«Que faut-il ne pas faire ?»

Vivre en harmonie avec la nature est d'emblée se situer dans une conception écologique du monde. Toute activité humaine a des répercussions directes sur la vie naturelle et vice-versa. En prendre conscience réellement a des implications.

Ceci dit, que peut encore vouloir dire «être en accord avec la nature» pour des personnes occidentales et citadines ? Vivre selon le Tao serait-il réservé à une élite campagnarde ? On pourrait le

croire quand on sait que dans la culture chinoise, le paysan jouissait d'un statut très élevé. Sa vie simple, sans artifices et sans paroles inutiles, était hautement considérée. Aussi la simplicité est-elle une qualité conseillée dans la pratique taoïste. Mais que ce soit en ville ou à la campagne, on peut vivre simplement. La simplicité est une façon de vivre, mais aussi de percevoir, de penser. C'est aller vers l'essentiel. Discerner ce qui est essentiel. C'est aussi agir avec cette qualité.

C'est aussi agir avec cette qualité.

La question à se poser est celle de l'action juste pour soi. Tout le reste est finalement assez fallacieux. On en revient à questionner de façon honnête son propre besoin. Il y a nombre de choses dans nos vies qui sont mal adaptées aux besoins essentiels de notre personnalité. Il y a des choses à ne pas faire tout simplement. Il y a des choses que l'on peut se dispenser de faire. Que faut-il ne pas faire ? Qu'est-ce qui est inutile ? On peut ne

pas agir, à certains égards. Le «non-agir», le wu wei, développé par le sage Tchouang Tseu, est un des préceptes essentiels de la pratique taoïste.

«Non-agir» ne signifie pas qu'il faille rester passif. Mais il y a lieu de rester fluide et en harmonie avec son environnement, quel qu'il soit. Et aussi avec les besoins essentiels de sa propre personnalité. Car en respectant ces besoins essentiels, on agit naturellement. Comme le dit Tchouang Tseu** :

«Non-agir ne signifie pas ne rien faire et se taire. Permettez à chaque chose d'être ce qu'elle est à l'origine de telle sorte que sa nature se réalise.»

Perfection de l'acte et expression spontanée

En agissant selon notre personnalité, nous agissons de façon fluide. Nous ne nous raïdissons pas, ni ne nous figeons. Nous agissons parfaitement. La perfection de l'acte est

également un des préceptes chinois et une conséquence tout à fait logique de l'expression spontanée et fluide de sa propre nature en accord avec l'environnement et en rapport avec ce que la situation demande. D'où les gestes parfaits de la cérémonie du thé, de la confection des bouquets de fleurs, du tir à l'arc, du maniement de l'épée, de la danse, de la calligraphie, de la peinture, de la musique, omniprésents dans la culture chinoise.

Ceci dit, aucune action n'est exclue de la perfection. Tchouang Tseu donne

l'exemple d'un boucher qui dépèce un bœuf et qui réalise le Tao en accomplissant son travail :

*«Au début de ma carrière, dit-il, je ne voyais que le bœuf. Après trois ans d'exercice, je ne voyais plus de bœuf. Maintenant, c'est mon esprit qui opère, plus que mes yeux» *.*

Nous aussi, nous pouvons dépêcher notre bœuf ! Que ce soit en faisant un travail de comptable, de kiné, de professeur, que ce soit en lavant le sol à grandes eaux, en faisant sa vaisselle, en plantant ses choux dans le potager,

ou en balayant son trottoir, que l'on soit fonctionnaire à mi-temps, assistant social, ministre, peu importe...

Si je suis doué[e] pour...

Pour le sage, le geste parfait n'est pas prémédité, ni l'objet de pensées. Il jaillit

spontanément à partir du silence intérieur. Notons que cette attitude débouche sur une démarche. C'est un chemin qui suppose l'éradication totale de tout attachement et qui n'est pas le lot de tout le monde, ni obligatoirement le choix de tout le monde. La personne qui accomplit des gestes en étant détachée des pensées les laisse s'écouler à travers elle, comme une rivière qui suit son cours. Nous avons sans doute tous déjà vécu cette expérience de poser un acte parfait et isolé, non reproductible, en état de grâce... !



© D.F.



L'APPROCHE DE L'ALIGNEMENT

Le Corps & le Mental & l'Esprit
Vivre Les Ailes Déployées

CONSULTATIONS

Membres de l'Association des Professionnels de l'Alignement

Pierre CATELIN 02 736 31 38 • 0486 76 09 27
Av. Camille Joset 15 Bruxelles (Etterbeek) - **1040**

Axelle DE BRANDT 02 736 31 38 • 0497 41 28 08
Av. Camille Joset 15 Bruxelles (Etterbeek) - **1040**

France DEPRez 0476 46 53 40
Av. de la Couronne 134 Bruxelles (Ixelles) - **1050**

Laurence LEGRAND 02 426 96 80 • 0476 47 69 06
Rue Heideken 61 Bruxelles (Ganshoren) - **1083**
Aussi: Consultations à Liège - **4000**

Nathalie DEVIGNAT 080 22 69 81 • 0478 37 26 74
La Vaux 20 Lierneux - **4990**
www.soyons-zain.be - La Rencontre de Soi & du Cheval

STAGES ET FORMATION

INTUITION ET LÂCHER-PRISE
Prendre des Décisions Justes et Suivre le Flux
Du samedi 12 au mardi 15 mars 2011

TROUVER SA VOIE
Donner du Sens à sa Vie
Du samedi 16 au mardi 19 avril 2011

INFO



IMAGINE asbl contact@imagine-aa.org
Avenue Camille Joset 15
BE - 1040 Bruxelles
Tél.: + 32 (0)2 736 31 38 / (0)497 41 28 08

www.imagine-aa.org

Les anges de guérison apprenez à vous connecter et développez votre rapport personnel avec chacun d'eux, découvrez leur cadeau curatif, ...

Les 9 et 10 avril 2011

0494 413 585 - www.realiance.be



École de Qi Gong **Eléments de Médecine chinoise**
QI GONG
Thérapeutiques

- * COURS Hebdomadaires
- * DEVELOPPEMENT Personnel
- * FORMATION de Professeurs

Praticien expérimenté
diplômé en
Médecine traditionnelle philosophique chinoise
NAMUR - BXL - LIÈGE - LA LOUVIÈRE

Ecole de Qi Gong Asbl
Chaussée de Louvain, 159
5000 Namur
Tél. : 081 22 11 63 - GSM : 0475 33 41 48
site: www.ecole-qi-gong.be

Le Jeu du Tao

 Le Jeu du Tao est un outil avec lequel vous pourrez explorer tous les aspects du projet essentiel à vos yeux.

Chaque séance vous permet de préciser votre objectif, découvrir vos armes, vos peurs et retrouver votre motivation profonde.

A la fin de chaque séance, vous déterminerez l'action concrète à mener. Tel est le but du Jeu du Tao.

RESERVATION INDISPENSABLE
Rencontres chaque dimanche à Namur
Infos et inscriptions :
jeutao@gmail.com
0474 486 561

Carine VOLVERT

pratique l'**Energétique Chinoise** pour régulariser les fonctions de l'organisme en association avec la **Psycho-Energétique**, s'appuyant sur la codification Taoïste des Energies, pour vous permettre de mettre des mots derrière vos souffrances.

Retrouvez votre équilibre, source de vie.
0473 897 029
info@bienenequilibre.be

Outre le fait d'agir en accord avec sa personnalité, l'environnement et la situation, une autre condition est importante à mettre dans son action. Il s'agit de ne pas s'approprier l'action que l'on est en train de faire. Autrement dit, si je suis doué[e] pour la cuisine et le dessin, je cuisine et je dessine le mieux possible en exprimant les qualités d'artiste que j'ai reçues sans capturer l'action comme étant ma propriété. J'essaie de faire en sorte d'exprimer mon don comme une participation à l'univers. C'est une façon de comprendre le « non-agir ». L'acte est alors considéré comme étant donné, offert, ouvert, parfaitement à sa place...

Nous pouvons alors devenir des vecteurs de l'acte, des porteurs de l'acte. L'acte s'exprime à travers nous et retourne à l'univers. Ainsi peut-on comprendre cet aphorisme fameux de Lao Tseu :

«Le Tao est éternellement sans agir, cependant tout est fait par lui.»

Tao te King

Nous courons beaucoup actuellement. Vivre à son rythme est devenu un luxe. Et pourtant quel plaisir de faire les choses à son rythme, posément, et en employant seulement l'énergie nécessaire pour les faire, ni plus, ni moins. Tout un écolage. On se crispe bien souvent, ou on s'agite. A cet égard, c'est un bonheur de se promener très tôt le matin dans les parcs chinois. On y voit des personnes, parfois très vieilles, y effectuer lentement des gestes beaux et harmonieux. Ils pratiquent le Tai chi chuan ou encore le Qi gong. Tous les mou-

vements du corps s'exercent librement, car aucune pensée n'interfère. Pussions-nous, nous aussi, goûter au flux et nous y laisser aller. Alors, nous serons dans «notre» voie. N'est-ce pas ce que l'on peut se souhaiter de mieux ? Il n'est guère de recettes pour cela, comme l'expriment les paroles sages de Jung, parlant du «non-agir»* :

«Une voie, c'est uniquement la voie que l'on ouvre soi-même et que l'on suit. Il n'y a par conséquent pas d'indications générales qui disent 'comment on doit faire'».

Marie-Andrée Delhamende

* Citations in M. de Smedt et D. Odier, cfr. Livres.

** Citation in F. Capra, cfr. Livres.

Livres

- «Tao te King», Lao Tseu, éd. Albin Michel
- «Yi King», adapté par Sam Reifler, Editions Albin Michel
- «Essais sur les mystiques orientales», M. de Smedt et D. Odier, Editions Albin Michel.
- «Le Tao de la physique», Fritjof Capra, Editions Sand
- «L'essence du Tao», P. Ball, Editions Pocket-spiritualité.

