

Conclusion

Certes, il reste très difficile de maîtriser correctement la complexité des mouvements et de leurs trajectoires uniquement à l'aide du texte et des photos de ce livre, d'autant que ces mouvements se distinguent des formes plus familières ou habituelles des styles Wu shu existantes en Occident. Il est aussi difficile de se pénétrer du rythme du tao, qui assure la régulation énergétique présente spontanément à l'intérieur du corps. Le rythme est toujours l'aspect le plus important dans l'exécution des tao (enchaînements) des styles internes. En effet, le Maître n'expliquait pas à l'élève l'essence des processus énergétiques qui se déroulaient lors de l'exécution d'un mouvement quelconque ; il ne dévoilait pas le sens de la redistribution de l'énergie entre les centres internes ni ses manifestations possibles à l'extérieur.

Il dispensait uniquement des recommandations générales et observait l'acquisition inconsciente de la maîtrise de l'utilisation du Qi interne et externe de l'élève. L'accent était porté sur le rythme de l'exécution qui permettait cette acquisition. Et chaque élève exécutait le tao dans un rythme qui lui était propre, trouvé par sa subconscience et l'essence de son corps énergétique, avec l'aide du Maître. Le rythme, tel que nous le connaissons, est une organisation déterminée des ondes énergétiques, qui tient compte du courant total et individuel du temps. Malheureusement dans ce livre, il nous est impossible de développer les particularités du rythme de chaque mouvement, action, ou de chaque forme. Il nous est aussi impossible de décrire l'essence des processus énergétiques présents sous une forme codée aussi bien dans chaque mouvement même microscopique, que dans l'absence de mouvement physique. Une telle tentative serait même néfaste. En effet, dans le monde des flux énergétiques et de leurs transformations, tout est unique, instantané, et n'offre qu'une seule fois la chance de réaliser quelque chose d'organiquement entrelacée aux processus externes et internes. La fois suivante tout sera autrement, autour et à l'intérieur de soi.

L'école ésotérique Zhen Pai peut paraître au lecteur moderne, archaïque et éloignée des besoins actuels. À première vue, elle a beaucoup d'étranges recommandations ou exigences en ce qui concerne les modes de vie du pratiquant. Les moines taoïstes du Moyen Âge estimaient que leur compréhension des lois de l'Univers ne pouvait vieillir, seule la manière de l'exposer, la langue, vieillirait. Et cette thèse nous conduit à rénover la forme de cet enseignement, tout en tentant de préserver l'essence de sa doctrine. Pénétrer la perception du monde de ces taoïstes, nous a permis de voir les perspectives de développement de certaines disciplines scientifiques, à première vue éloignées par leur profil, du point de vue des concepts vibratoires, ondulatoires, énergétiques. Cette compréhension a permis de changer l'approche du travail dans les groupes médicaux - prophylactiques, groupes dans lesquels des personnes sont devenues des Personnalités en cotoyant les méthodes traditionnelles de l'autorégulation, lançant peut-être des coups d'œil encore timides, cachées sous leur cuirasse de citoyen moderne accablé de soucis, mais dès que le réveil s'est opéré, le développement et la maturité ultérieurs sont devenus inévitables.

Tous les enchaînements présentés dans ce livre ont été utilisés, lors de la pratique de l'autorégulation, par les groupes de notre centre en Sibérie sur une période de six ans, et pendant les douze années suivantes de notre travail en France. Ils ont produit un beau résultat au niveau médical ; harmonisant le travail des glandes du système endocrinien, et donnant la possibilité d'étudier plus en détail la spécificité des fonctions des organes internes ainsi que leur interaction. Avec toute leur complexité, singularité, et dimension, tous ces tao peuvent se mémoriser facilement car ils sont divisés en parties unies par une tâche et un sens communs. L'unicité de chaque partie, sa particularité, se gravent clairement dans tous les types de mémoire : mémoire motrice, gestuelle, associative et logique. Le plaisir esthétique conçu lors de l'exécution de tels mouvements, gracieux, exotiques, remplis de force intérieure, revêt une signification importante, de même que le fait de donner un sens énergétique à ces séquences, permettant de sentir son corps comme un tout harmonieux, chacune de ses parties étant utilisée de la manière la plus appropriée.

Pour finir, nous précisons que nous éditons un DVD contenant des enchaînements, et qu'il constitue un support d'étude pour l'apprentissage et l'assimilation de tous les tao proposés dans notre livre. La vidéo aidera à assimiler n'importe quel mouvement complexe, permettra de comprendre les particularités rythmiques de l'exécution des formes, et de sentir la concentration de l'énergie dans n'importe quelle partie du corps.