



## Carta do Inverno

Caros amigos,

O Inverno é propício ao recolhimento e à reflexão.

Não nos estejamos sempre a queixar das estações, elas fazem parte de uma ordem cósmica.

O Inverno poderá ser um retorno à interioridade. O nosso “eu” está lá, sempre presente, tem estado sempre vivo pois não nasce e não morre nunca. Porque não então dirigirmo-nos ao essencial do praticante, na condição de que o próprio professor se possa centrar ele mesmo neste “eu”? Se isso vier do interior, a mesma profundidade do praticante deverá mais cedo ou mais tarde dar uma resposta.

Tudo se passa portanto na intensidade deste presente único. Este tempo só que nos pertence, liberto do passado e das ilusões do futuro. Passado e futuro impedem-nos uma presença lúcida face a este instante que pode acontecer. Atenção, o ego quotidiano do praticante pode revoltar-se com o que ele considera uma intromissão no seu domínio secreto. Agarra-se ao seu velho pequeno mundo, procurando fugir por todos os meios, mesmo através do movimento. É uma maneira de negar toda a autoridade do ensino. É neste momento que eu aconselho a meditação sentada e silenciosa... O exame do seu próprio espírito ajudá-lo-á a observar cada um dos seus pensamentos, sem os julgar, deixando-os expressar-se para os deixar passar e aprender a escutá-los pacientemente, generosamente, com amor. É então que o espírito lhe revelará a sua grande riqueza. A concentração permitir-lhe-á a serenidade e a coragem necessárias para se conhecer a si mesmo em profundidade. Somente agora a prática dinâmica e o exame do espírito permitirão decantar o passado e aclarar o futuro.

Sei que é um trabalho longo e difícil, mas isto permitir-nos-á descobrir a cada etapa a grande alegria que a nossa própria libertação permite, tal como a dos outros, pois a liberdade individual abre forçosamente a porta à nossa liberdade no seio da sociedade. É necessário adquirir a paciência para com as nossas cóleras, as nossas angústias, os nossos desejos de toda a espécie. Isso fará com que consigamos com a mesma equanimidade observar as mil flutuações dos que nos rodeiam. Esta compreensão tem a sua origem no nosso corpo de carne... pois o nosso caminho do Budo ou do Yoga, assim como o Tenchi Tessen, nos terá orientado na direcção deste “corpo - mini universo” tão rico, exaltante, como o grande cosmos de que fazemos parte.

Por isso, meus amigos, tenho a minha necessidade de trabalhar os movimentos a partir da fonte. Então talvez, um dia, estes venham a estar impregnados desta água límpida e da via, abraçarão a natureza da onda, das espirais, do vento, da lentidão das nuvens, da alternância serena das estações e do Inverno...

Um Feliz Natal e bom ano de 2009 para todos,

*Georges Stobbaerts*  
4 de Dezembro de 2008



## Lettre de l'hiver

Chers amis,

L'hiver est propice au recueillement et à la réflexion.

Ne nous plaignons pas toujours des saisons, elles font partie d'un ordre cosmique.

L'hiver peut être un retour à l'intériorité. Notre moi est là, toujours présent, il a toujours été vivant, car il n'a pas de naissance et ne meurt jamais. Alors pourquoi ne pas s'adresser à l'essentiel du pratiquant, à condition que le propre enseignant puisse se centrer lui-même sur ce moi-là. Si cela vient de l'intérieur, la même profondeur du pratiquant devra un jour ou l'autre y répondre.

Tout se passe donc dans l'intensité de ce présent unique. Ce temps seul qui nous appartient, libéré du passé et des illusions de l'avenir. Passé ou avenir nous volent une présence lucide envers cet instant qui peut avoir lieu. Attention, l'ego quotidien du pratiquant peut se révolter. Ce qu'il considère comme une intromission dans son domaine secret. Il se cramponne à son vieux petit monde, cherchant par tous les moyens à fuir, même à travers le mouvement. C'est une manière de nier toute autorité à l'enseignement. C'est à ce moment que je conseille la méditation assise et silencieuse...l'examen de son esprit l'aidera à voir chacune de ses pensées, sans les juger, les laissant s'exprimer pour les laisser passer et apprendre à les écouter patiemment, généreusement, avec amour. Alors l'esprit lui dévoilera sa grande richesse. La concentration lui procurera la sérénité et le courage nécessaires pour se connaître lui-même en profondeur. Alors seulement, la pratique dynamique et l'examen de l'esprit permettront de décanter le passé et d'éclaircir le futur. Je sais que c'est un travail long et difficile, mais cela nous permettra de découvrir à chaque étape la grande joie que procure la libération de nous même et celle des autres, car la liberté individuelle ouvre forcément la porte à notre liberté au sein de la société. Il faut apprendre la patience envers nos colères, nos angoisses, nos envies de toutes sortes, elle fera qu'avec la même équanimité nous pourrons considérer les mille fluctuations des êtres qui nous entourent. Compréhension qui prend sa source dans notre corps de chair... Car notre démarche du Budo ou du Yoga, tout comme le Tenchi Tessen, nous aura orienté vers ce "corps - mini univers" aussi riche, exaltant, que le grand cosmos dont nous faisons partie.

Voilà, mes chers amis, j'ai mon besoin de travailler les mouvements à partir de la source. Alors peut-être, un jour, ceux-ci seront imprégnés de cette eau claire et de la voie, épouseront le naturel de la vague, des spirales, du vent, de la lenteur des nuages, de la sereine alternance des saisons et de l'hiver...

Joyeux Noël et bonne année 2009 à tous,

*Georges Stobbaerts  
4 décembre 2008*