

Tai Chi sur la plage

Ouverture à la nature, à l'océan, au large salin,
L'iode s'engouffre dans mes poumons tout grands ouverts,
Le sable léger virevolte alentour, s'élançant en l'air,
Une mouette plane silencieuse et malicieuse, l'œil malin.

Je repousse le singe, tentations faciles qui me harcèlent,
Afin de mieux accueillir l'authenticité salvatrice,
Je boute la médiocrité de mon être parfois si frêle,
Dans un brosse de genoux capable d'éloigner tous mes vices.

Je saisis le soleil, les deux pieds bien encrés dans l'arène,
Puis sépare la crinière du cheval, là, face au chenal,
Les nuages de l'azur s'harmonisent à ceux que j'assène
À la calamité qui souffle sur nos vies, terrible chacal.

L'équilibre grandiose enfin trouvé, j'entreprends le coq d'or,
Comme enraciné au sol, belle osmose, le vent ne me bouscule pas,
Il est un précieux appui, coup de pied à droite, puis encore
Un autre à gauche, j'entoure de nouveau le soleil de mes bras.

Je caresse la queue de l'oiseau, aller dans le sens de l'adversité
Pour mieux la refouler, ressac salutaire et épurateur,
Utiliser la force du délétère contre lui-même, qui hébété,
Tombe le nez à terre, dans sa misère d'âme et dans sa stupeur.

Voici venu la fermeture de cette série de mouvements,
Voyage introspectif au pays de mon moi levant,
Ressourcé des énergies bénéfiques des éléments naturels,
Libres et revigorants, qui sont si sains et beaux appels.

Tai Chi métronome, rond et constant comme l'eau qui s'écoule,
Comme la vie qui se cherche dans la pureté, dans la vigueur
De toute simplicité, comme l'onde qui encore et toujours foule
La plage, en un échange puissant, assidu et si salvateur.