



HAL
open science

Podcast Transformation intérieure : épisodes 21 à 30

Eric Caulier

► **To cite this version:**

| Eric Caulier. Podcast Transformation intérieure : épisodes 21 à 30. 2020. <hal-04978405>

HAL Id: hal-04978405

<https://cnrs.hal.science/hal-04978405v1>

Submitted on 5 Mar 2025

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire HAL, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons CC BY 4.0 - Attribution - International License

Podcast Transformation intérieure : épisodes 21 à 30

Transformation intérieure

Pratiques inspirantes pour imaginer et créer d'autres possibles.

Eric Caulier partage ses expériences de pratique des arts internes (tai chi chuan, qi gong, méditation), de recherche (techniques de conscience du corps) et de transmission (santé, sport, art, entreprise). Docteur en anthropologie, il a reçu l'enseignement de différents maîtres en Extrême-Orient. Il a créé une approche innovante en ergonomie.

Auteur de nombreux livres, Eric Caulier a enseigné à plusieurs milliers d'élèves et formé plus de 70 enseignants.

Cliquer sur le titre pour accéder à l'épisode

21. Symbole yin/yang - taiji

Scheduled for September 03, 2020 at 10:00 AM

Dans une opposition dialectique, yin et yang se contiennent alternativement et s'engendrent mutuellement. La coïncidence des opposés est l'un des grands archétypes de la pensée humaine. Héraclite, Edgar Morin, C.G. Jung ont formulé chacun à leur manière le mystère de la conjonction. Niels Bohr, prix Nobel de physique en 1922, lorsqu'il est fait chevalier, choisit le symbole taiji comme arme de son blason et la forme "Contraria sunt complementa" comme devise.

22. Transformation intérieure par la pratique du tai chi

This episode is scheduled to publish on 09/17/20 at 10:00 AM

Dans un monde usé, exténué, surmené, nous faisons l'expérience d'une alchimie inverse. Notre or se transforme en plomb. Comment oeuvrer pour initialiser une nouvelle transmutation ? Comment faire du tai chi une panacée ? Les anciens initiés chinois ont mis en correspondance les 4 mouvements clés de cet art de vie avec les 4 symboles synthétisant l'oeuvre intérieure ... Un initié d'Occident m'a montré des symboles identiques au symbole Yin-Yang sur un contrefort de la cathédrale d'Amiens.

23. Écologie profonde par la pratique du tai chi

This episode is scheduled to publish on 10/1/20 at 10:00 AM

Nous sommes des êtres relationnels. Les nouveaux modèles scientifiques sont constitués de multiples réseaux et toiles enchevêtrés. La pratique du tai chi permet de ressentir dans sa chair ces nouvelles modélisations représentant l'être humain traversé par les flux de la vie. Nous devenons attentifs aux économies, recyclages et renouvellement des énergies. La distinction entre l'environnement et l'être qui l'habite devient de plus en plus caduque.

24. Praticien-chercheur : un trait d'union dérangent

This episode is scheduled to publish on 10/15/20 at 10:00 AM

Pratiquer ce que l'on étudie et étudier ce que l'on pratique, cela semble aller de soi. Ce n'est pourtant pas le cas dans notre société qui cloisonne. La séparation entre pratique et théorie est certainement l'une des plus dommageables. L'expérience m'a montré que la position de praticien-chercheur est davantage qu'une addition d'habiletés. Elle est véritablement une démultiplication des compétences. N'est-ce pas une manière d'oeuvrer à l'unité corps-esprit tant revendiquée de nos jours ?

25. Un héritage d'une richesse inestimable

This episode is scheduled to publish on 10/29/20 at 10:00 AM

Sun Lutang fut l'un des plus grands maîtres de l'histoire du tai chi chuan. On lui doit les liens entre les arts martiaux et la pensée traditionnelle chinoise. Ses écrits contiennent des perles extraordinaires sur le travail intérieur. Quelques clés sont néanmoins indispensables pour accéder à cette méthode d'accomplissement de soi. Il m'a fallu plus de 20 ans de pratique, de recherche et d'enseignement pour commencer à goûter à la substantifique moelle de ce parcours initiatique.

26. Maître, compagnon de route, passeur

This episode is scheduled to publish on 11/12/20 at 10:00 AM

Le magnifique festival des Inattendues fut l'occasion de revoir Huang Kanghui, mon partenaire d'entraînement en tai chi chuan dans les années 1990 à l'Université de Pékin. Il est maintenant l'un des experts les plus reconnus en Chine. Nous avons présenté un enchaînement créé par le fameux Men Hui Feng. Nous étions accompagnés par deux

maîtres de musique : un violoncelliste et une joueuse de pipa. Lorsque toute la foule s'est mise à bouger d'un seul corps, nous avons pris conscience de notre rôle de passeur.

27. Différentes facettes de soi réunies par le tai chi

This episode is scheduled to publish on 11/26/20 at 10:00 AM

Le tai chi chuan est une technique remarquable d'exploration et de réconciliation de nos différentes dimensions. Cet art de vie m'a permis de rencontrer quelques "hommes vrais" vivant leur reliance. Même si l'on nous vante les mérites de l'individualisme forcené, la nature de l'être humain est de tisser du lien. La relation à l'autre est une nécessité vitale. Le tai chi chuan, via notre corps, cultive en outre la mémoire ainsi que notre aptitude à penser.

28. Une maîtrise exceptionnelle de l'énergie

This episode is scheduled to publish on 12/10/20 at 10:00 AM

Tous les pratiquants de tai chi chuan et de qi gong recherchent la maîtrise de l'énergie. Ils en rêvent. J'ai eu la chance d'être l'élève proche de deux grands maîtres chinois. Celui qui m'a le plus apporté au niveau de la compréhension et de la maîtrise de l'énergie était un pharmacien vivant tout près de chez moi. Personnage atypique, il avait été initié aux pratiques d'alchimie intérieure au sein de la communauté taiwanaise de Belgique dans les années 1960-1970. Paul Schmitt était notamment un géobiologue réputé, un cavalier expérimenté et un pilote d'essai pour BMW.

29. Être tai chi

This episode is scheduled to publish on 12/24/20 at 10:00 AM

L'objectif du tai chi chuan est d'être tai chi. Être tai chi, c'est être fluide dans ses gestes, dans ses pensées et dans sa manière d'entrer en relation avec le monde. La pratique de cet art de vie nous aide à réaliser en nous l'union des complémentaires opposés (yin-yang). C'est un travail sur le souffle qui anime notre corps tout autant que le cosmos. Ces

exercices utilisent des images intériorisées dans des états de conscience amplifiés. Être tai chi, c'est tout simplement être entier.

30. Accorder son corps, s'accorder au monde

This episode is scheduled to publish on 01/7/21 at 10:00 PM

Accorder son corps, c'est comme accorder un instrument de musique ; l'important est de "sonner juste". Nous communiquons par le langage mais aussi et surtout par le corps. Les normes institutionnelles, les valeurs sociales, ainsi que les relations de pouvoir , s'incorporent principalement par mimétisme. Échappant à la conscience critique, elles sont rarement remises en question.

La pratique du tai chi chuan m'a montré comment accorder son corps, comment accéder à des ressources cachées. En accordant son corps, l'adepte s'accorde au monde.