

# Sélection de Petits Recueils

## « Connaître les qualités de chaque arme » (Extrait : Le Traité des 5 Roues – Miyamoto Musashi) :

...On peut avoir à se servir de n'importe qu'elle arme selon les circonstances de la vie... Cependant pour n'importe qu'elle arme si on se contente seulement d'en éprouver l'efficacité dans une salle d'exercice, en se perdant dans des détails faisant oublier la vraie pratique, alors celle-ci deviendra inutile dans un combat... Il ne faut pas s'attacher avec outrance ni à des armes ni à des outils. Excès et insuffisance sont pareil. Inutile d'imiter les autres. Possédez les armes et les outils qui sont à votre portée...

## « Les Mouvements de pieds » (Extrait : Le Traité des 5 Roues – Miyamoto Musashi) :

Position des pieds : Les pointes doivent être légèrement libres alors que les talons sont fortement appuyés au sol. Mouvements des pieds : bien qu'il y ait de grands pas ou de petits pas, des pas lents ou rapides, selon les cas, il faut toujours être comme en marche normale. Les trois plus mauvais mouvement sont : jambes toujours en l'air, jambes molles, pieds fixes. Dans cette voie des jambes « yin » & « yang sont les plus importants. Cela ne signifie pas actionner un seul des deux pieds. Que ce soit au moment de pourfendre, au moment de se reculer, même au moment d'intercepter, les deux jambes doivent être actives : « Yin et Yang », j'insiste encore une fois sur le fait qu'il ne faut jamais actionner qu'une seule jambe.

## « L'être en devenir » (Extrait : Pensées percutantes ou la sagesse du combattant philosophe – Bruce Lee) :

**Pensée 695** : Faire le forcing pour s'améliorer : L'individu devrait toujours faire le forcing pour s'améliorer. La limite est fixée par la ligne d'horizon...

**Pensée 700** : L'affirmation de l'être actualisé : Je suis ce que je suis, ici et maintenant.

**Pensée 705** : Assimiler ce qui est utile : faites votre propre expérience, assimilez ce qui vous sert, rejetez ce qui n'a aucune utilité et rajoutez-y le poids de vos trouvailles.

**Pensée 708** : La remise en question passe par l'écoute : Ne perdez pas votre temps en jeux de rôle ou en formulations. A la place, apprenez à vous REMETTRE EN QUESTION, à remettre en question votre potentiel. La chose principale, c'est l'écoute. Écouter, comprendre, s'ouvrir ne forme qu'une seule et même chose.

