

DAO-LU 2 : LE CIEL

D'abord
la terre
puis le ciel,
de leur union surgira
l'homme.

Dans ce dao-lu 2, nous découvrons l'enracinement dans le ciel fortifié par l'intégration de la stabilité de la terre.

C'est "apprendre à monter".

Vérin télescopique au service la verticalité, nos jambes sont les instruments articulés entre deux points d'ancrage, terre et ciel. Toutes les poussées du talon (coups de pieds), travaillées ici, demandent la recherche de cette organisation axée et mobile du corps dans l'espace.

Le DAO-LU deuxième partie, est l'expérimentation du "grandir", corps et esprit, avec appui sur "les souffles" : air et respiration.

Tous les mouvements filmés sont montrés un par un dans des angles différents afin de permettre une meilleure compréhension. L'utilisation d'objets et de noms imagés expliquent le déroulement de la figure. Dans certaines séquences toutes les figures sont regroupées, je suis de dos, je vous invite à me suivre, à copier l'enchaînement.