

## De la Persévérance et de la Constance

Le chemin vers le ciel et la terre se trouve dans la constance (heng) et rien de plus. Le soleil et la lune alternent en permanence, fournissant ainsi une illumination constante à tous les changements qui se produisent au cours des 4 saisons. Ils nourrissent les sages et les éclairent sur les chemins de toutes les transformations sous le ciel, y compris l'art de la création et de l'accomplissement de toutes choses et situations. Avec un enthousiasme sans répit, attention et diligence, ce que l'on crée ne peut que devenir réel et beau. Les textes classiques mettent l'accent sur "la valeur de la constance dans l'étude". Confucius dit également "Ceux qui ne savent pas ce que signifie la constance ne peuvent devenir magiciens ou chamanes".

Sachant ce qui est nécessaire pour l'entraînement assidu du gong-fu, il est clair que la persévérance et la constance sont les deux qualités principales requises pour un pratiquant sérieux. La persévérance est la base d'un bon gong-fu ; une persévérance acharnée conduit à la victoire, tout le reste aboutit à une défaite certaine. En dépit d'attributs distincts, volonté et persévérance combinées forment une force décisive pour assurer le succès en toute situation. Les débutants doivent accepter que l'illumination n'arrive pas rapidement, mais ne se produit qu'en cultivant sans cesse son gong-fu par une pratique quotidienne dans la durée. Il est dit que "un jour de pratique vous apportera un jour d'expérience, mais un jour sans pratique vous fera perdre dix jours d'expérience". Donc si vous pratiquez tous les jours, vous progresserez régulièrement, mais si vous arrêtez de pratiquer, votre progression chutera rapidement. En d'autres mots, si vous ne bâtissez pas les fondations correctement, votre progression s'arrêtera un jour ou l'autre, et il sera alors trop tard pour blâmer votre maître de ne pas vous avoir prévenu. Rien ne vous empêche de vous demander "quel est mon niveau de gong-fu aujourd'hui ?".