

L'AUTOMNE CHINOIS

Pourquoi le Yang opprime-t-il le Yin ? Ou la métaphore de l'iceberg

Bonjour,

Comment allez-vous ?

Avant qu'une chose soit manifestée, disent les Chinois, il y a toujours un temps de gestation. C'est la raison pour laquelle les saisons sont centrées en Chine sur les solstices et les équinoxes. Ainsi, l'Automne a débuté le 15 août et il est vrai qu'à partir de cette date le Cœur (l'Empereur en été) n'y est plus, la lumière change, les journées raccourcissent et les premières feuilles jaunissent.

Qu'est-ce que l'Automne chinois a de si particulier ?

C'est la saison pendant laquelle le *Poumon énergétique* devient l'Empereur. Chaque organe physique a son double *énergétique* selon les Chinois. Et l'organe énergétique sous-tend l'organe physique. Si l'organe énergétique est en bonne santé, l'organe physique l'est aussi : car *l'énergie précède la matière*.

Le Poumon est pour la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) relié au *Gros Intestin* et à la *peau*, mais aussi à l'élément *Métal*. Par ailleurs, il est stimulé par la saveur *piquante* (sans excès) et la couleur *blanche*. Et l'émotion reliée au Poumon est la *tristesse*. L'automne et le Poumon sont tous les deux liés à l'ouest pour les Asiatiques. Cette direction est celle du soleil couchant, de la fin du jour et donc quelque part à la notion de mort. C'est la raison pour laquelle le blanc est la couleur du deuil en Asie (voire *la théorie des 5 éléments* dans mon livre page 77).

Est-ce tout sur l'Automne chinois ?

L'automne est le moment où l'énergie dans la nature comme dans notre corps commence à redescendre comme la sève dans le monde végétal. C'est le moment où le *ressort* en nous, après s'être étiré tout l'été, revient vers l'intérieur. C'est la rentrée, la saison des récoltes et le moment de revenir à l'intérieur de nous. C'est aussi ce dont nous avons besoin lorsque nous sommes touchés par un deuil. Ce qui explique ce lien entre le Poumon et la tristesse.

Autant le printemps est la saison de *l'extériorisation*, autant l'automne est celle de *l'intériorisation*. D'où une certaine forme de tristesse et de nostalgie bien connue à cette saison alors que les beaux jours s'éloignent et que le cycle des saisons nous ramène vers la rigueur de l'hiver.

Que faire pour notre Poumon en Automne (du 15 août au 26 octobre) ?

- Porter des vêtements ou accessoires blancs et des bijoux en *métal*.
- Manger des choux (blancs), des choux fleurs, des brocolis, des raisins (blancs) (véritables petits poumons avec leurs alvéoles)... Mais aussi bien entendu tous les fruits et légumes de la saison qui sont les bienvenus pour aider notre corps à faire le plein d'énergie avant l'hiver.
- N'oubliez pas les noix (petit cerveau) dont l'intérieur est *blanc* comme tous les fruits secs (amandes, noisettes, châtaignes,... précieux condensés d'énergie).
- Mais aussi les légumineuses que l'on consomme fraîches à cette saison.
- Et pourquoi pas quelques plats un peu épicés et piquants... qui nous font légèrement transpirer (la peau respire elle aussi). Notez bien que si chaque saveur stimule un organe particulier et le renforce, elle va le blesser si elle est consommée en excès.
- Enfin, c'est le moment de faire de belles balades en forêt pour s'oxygéner, reprendre contact avec les arbres (poumons de la planète) et faire le point après la plénitude de l'été.

Le Yang opprime le Yin ou la métaphore de l'iceberg

Le Yin et le Yang ou le visible et le caché (Extrait adapté de mon livre page 22)



« Selon la traduction des idéogrammes, le Yin (en noir) est la partie nord, ombragée et cachée de la colline. Alors que le Yang (en blanc) est la partie sud, ensoleillée et visible de la colline.

Pour les Chinois, toute réalité Yang, donc visible est sous-tendue par une réalité Yin qui demeure souvent cachée. En observant la nature ou la vie quotidienne, nous trouvons de nombreux exemples de ce visible sous-tendu par une partie invisible. C'est le cas par exemple de l'iceberg ou de l'arbre, mais aussi de l'acteur. La partie émergée visible (Yang) de l'iceberg est bien évidemment sous-tendue par la partie immergée (Yin), donc invisible. Notez bien que cette dernière est plus volumineuse et que, sans elle, la partie émergée n'existerait pas. Que serait la partie Yang visible de l'arbre, si elle n'était sous-tendue par la partie Yin cachée que sont ses racines ? L'acteur sur scène ne représente-t-il pas la partie visible du spectacle, sous-tendue par une équipe technique et créatrice cachée et sans laquelle le spectacle – la partie visible – ne serait pas ? »

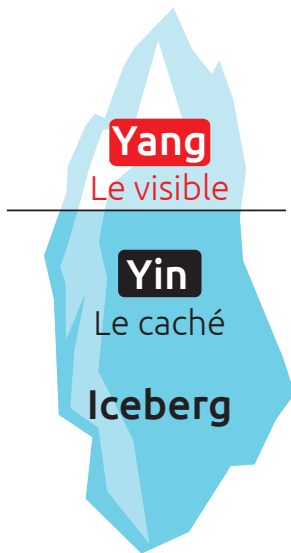
À partir de cette image de l'iceberg, permettez-moi de partager avec vous les évidences qu'elle m'inspire. Et pardonnez mon excès d'enthousiasme si vous jugez le propos trop affirmatif. Soyez certains, que mon intention reste avant tout d'être utile et si possible éclairant. Car nul doute que chacun pourra poursuivre pour lui-même la réflexion en appliquant cette métaphore à bien d'autres domaines.

Pourquoi dire que « le Yang opprime le Yin » ?

La réflexion qui suit est née du constat que *notre monde va mal et semble marcher sur la tête...* La première cause proposée était que beaucoup de nos contemporains semblent en grande perte de sens et de repères. Cependant, à bien observer, il semble également qu'une partie de l'humanité est en train d'imposer à l'autre sa vision étroite de la vie : étroite parce que basée uniquement sur la partie visible (donc Yang) de l'iceberg. En effet, cette vision se limite à ce qui se voit, se touche, se mesure, se prouve scientifiquement afin de rester dans une logique très cartésienne et matérialiste de la Vie. Quant au reste et à ceux qui voient les choses différemment, il est et ils sont tout simplement oubliés, niés, voire méprisés et si nécessaire opprimés.

Cette situation ne date pas d'hier, mais de plus en plus ouvertement tout ce qui n'est pas accessible aux seuls sens physiques ou au raisonnement purement intellectuel est décrété faux et systématiquement rejeté, voire accusé de charlatanisme et d'obscurantisme. Toute approche alternative par exemple en matière de santé, d'éducation, d'agriculture sans même parler de spiritualité est immédiatement attaquée ou ridiculisée sans que l'on ait tenté la moindre approche objective et encore moins scientifique. Pourtant le scientifique se caractérise par son attitude distante des passions partisans pour s'en remettre uniquement à *l'étude approfondie* du sujet considéré, *l'expérimentation* et enfin *l'analyse* des résultats obtenus. Est-ce bien ce qui se passe actuellement par exemple dans la remise en cause de l'homéopathie et des médecines complémentaires en général ?

Aujourd'hui, un être humain ayant une vision large et ouverte de la vie, incluant l'invisible et donc la partie Yin cachée de l'iceberg doit mesurer ses propos selon son auditoire sous peine d'être rejeté, voire attaqué par ceux qui ne veulent voir en toute chose que la partie visible.



N'y a-t-il rien en-dehors de ce qui se voit, se touche et se mesure ?

Qui peut dire que la peine que nous éprouvons lors d'une déception, que la peur, la tristesse, la colère ou la joie non prouvées scientifiquement sont de pures illusions puisque la science ne sait pas les mesurer ? Qui peut dire que nos conflits intérieurs n'ont aucune influence sur notre santé et le déclenchement des maladies ? Doit-on aussi nier les souffrances physiques et psychologiques non mesurables scientifiquement ? La psychologie et la psychanalyse ne reposant sur aucune loi mathématique et n'ayant aucun fondement scientifique doivent-elles être déclarées nulles et non avenues ? Allez-vous dire à votre fille dont le camarade vient de lui déclarer sa flamme : « Qu'il revienne quand il pourra prouver son amour scientifiquement ! » ?

Pourquoi la partie opprimée ne réagit-elle pas ?

Ceux qui imposent cette vision limitée ou *superficielle* de la vie appartiennent pour la plupart au sommet, à la partie dominante et visible de notre société. Ces personnes concentrent en même temps les pouvoirs, les médias et surtout l'argent. Elles représentent la partie visible Yang de la société très sensible aux titres et aux apparences.

La masse, composée d'individus *invisibles*, représente la partie Yin de l'iceberg de la société. Cette masse est constituée d'un grand nombre d'individus maintenus dans la *superficialité* adhérant par facilité et beaucoup par peur de l'invisible au discours simpliste imposé par ceux qui refusent ou sont incapables d'envisager les choses dans leur globalité. Cependant, un nombre croissant de personnes s'ouvrent de nos jours à d'autres dimensions et ne craignent plus de remettre en cause la pensée unique basée sur les seules manifestations visibles de notre Univers.

Comment être incapable d'envisager les choses dans leur globalité ?

Si l'être humain était à l'image d'un iceberg, sa tête serait la partie *émergée*, alors que son Cœur serait au centre de la partie *immergée*. La tête ou l'intellect a pour rôle de gérer l'aspect visible matériel de la vie avec des raisonnements et des pensées d'une logique froide et rationnelle tel un ordinateur. Et plus ce dernier est développé, plus il semble croire tout mieux savoir et tout pouvoir expliquer intellectuellement. Mais moins il semble capable de percevoir la partie cachée, sensible de l'être et d'appréhender le monde dans sa globalité. D'où le constat peut-être d'un monde qui *marche sur la tête* ?

Or, pour percevoir la réalité de la vie ou la globalité de l'iceberg et aller ainsi au-delà des apparences, il nous faut savoir faire preuve d'humilité et d'une grande ouverture d'esprit. Et surtout, il nous faut apprendre à ressentir les choses intuitivement... avec l'énergie du Cœur. Car la partie cachée de toute chose - la beauté, les valeurs et les richesses intérieures, la grandeur d'âme, le savoir-être ou encore la sagesse, le bon sens et bien entendu l'humanité - en un mot *l'essentiel*... est *invisible pour les yeux*. Et le renard de souligner qu'on ne voit bien qu'avec le Cœur !

Souvenons-nous de l'époque de Galilée menacé du bûcher parce qu'il soutenait que la Terre était ronde à des juges incapables de percevoir au-delà des apparences de leur époque. Aujourd'hui n'en est-il pas de même avec l'homéopathie alors qu'il a été prouvé scientifiquement que les hautes dilutions (200CH) contenaient des nano-particules * ?

Deux aspects complémentaires formant un tout à l'image du Yin et du Yang ?

Un homme d'une quarantaine d'années est admis aux urgences pour des troubles cardiaques. Les médecins le prennent en charge et c'est une très bonne chose, car la médecine d'urgence sauve de nombreuses vies. On s'inquiète de son hygiène de vie et son manque d'activité physique parce qu'on cherche essentiellement l'origine des dysfonctionnements du corps dans le concret, le mesurable, autrement dit la partie visible de l'iceberg. Mais est-ce suffisant ?

Car les véritables causes de la maladie restent souvent cachées à toute réflexion scientifique. Dans le cas de ce patient avec des troubles cardiaques, la vérité est qu'il est en cours de divorce et qu'il vient d'apprendre que son ex-épouse le fait accuser d'attouchements sur ses propres enfants.

Les deux aspects de son histoire physique et émotionnelle sont-ils dissociables ? Les deux parties de l'iceberg, la visible et la cachée ne doivent-elles pas être prises en charge avec la même attention ? Et sachant que le Yin caché sous-tend le Yang visible, il est probable que ce patient n'aurait pas eu besoin d'aller aux urgences s'il avait bénéficié d'une prise en charge sérieuse en médecine complémentaire dès l'annonce de la terrible nouvelle.

Car finalement, les médecines non-conventionnelles dont le rôle est de rechercher et de soigner les causes *profondes*, souvent émotionnelles et donc cachées de la maladie ne sont-elles pas *complémentaires* à la médecine conventionnelle qui cherche actuellement à les nier ?

Conclusion : Un changement salutaire en cours

Le Yang opprime le Yin ! Et force est de constater que le phénomène se durcit de plus en plus depuis quelques décennies même si nous pouvons y voir une réaction aux prémices d'un changement ressenti par ceux qui nous dirigent, mais un changement inéluctable. Car de plus en plus de nos contemporains se rendent compte que s'appuyer sur la seule partie *visible* des choses est très réducteur et surtout terriblement éloigné de la *profonde* complexité de l'homme, de la Vie et de l'Univers.

Nous arrivons à une époque où le Yin ne veut plus être dominé, nié ou opprimé par le Yang, où le subtil ne veut plus être nié par le manifesté, le féminin ne veut plus être opprimé par le masculin, les médecines non-conventionnelles être niées par la médecine conventionnelle, les richesses intérieures par les richesses extérieures, la nature innocente et silencieuse par une humanité hyper-active, insolente et irresponsable.

Une époque où l'économie réelle, les véritables créateurs de richesse ne veulent plus être opprimés par la haute finance obsédée par des profits indécents quel qu'en soit le coût humain. Une époque où le savoir-être ne veut plus être oublié au profit du seul savoir-faire, le bon sens ne veut plus être opprimé par le raisonnement scientifique s'arrêtant aux limites des apparences de son époque.

Une époque enfin où le cœur - le véritable Empereur selon la tradition chinoise - ne veut plus être opprimé par la tête, siège du raisonnement intellectuel responsable de tant de confusion. Notre intellect va devoir rendre au Cœur son trône usurpé pour apprendre à se mettre humblement à son service afin de redonner à l'homme toute sa *profondeur* et son humanité, seules garantes d'une vie juste et responsable entre le Ciel et la Terre.

Souvenons-nous d'un certain navire prétendu insubmersible dirigé par des responsables arrogants, aveuglés par le progrès, la performance, la puissance et l'argent disparu avec la plupart de ses passagers après avoir heurté justement... un iceberg !

Bonne rentrée à tous !

Chaleureusement.

* www.esrajendran.com des nanoparticules photographiées dans les hautes dilutions homéopathiques. Ce qui permet de comprendre l'efficacité des Protocoles Banerji® dans le traitement homéopathiques du cancer reconnus par le NCI (National Cancer Institut) et utilisés dans plus de 70 pays dans le monde : www.pbhrfindia.org. Autre site en allemand sur le sujet : www.krebsrevolution.de