

INTRODUCTION AU YI JING

PAR EMMANUELLE CASATI

Le **Yi Jing** 易經, également connu sous le nom de *Livre des Changements*, est un texte ancestral chinois qui aide à comprendre les transformations de la vie. À travers des symboles appelés hexagrammes, il offre des repères pour observer les situations, prendre du recul et s'orienter avec plus de justesse. À la fois **outil de réflexion et support de sagesse**, il repose sur l'équilibre Yin Yang ainsi que la notion de changement permanent.



Le Yi Jing, un ouvrage millénaire de la Chine Antique, un livre sans auteur élevé au rang des Classiques* Chinois

*Classique au sens des ouvrages canoniques cités dans les *Entretiens de Confucius* dont la connaissance par cœur était obligatoire pour passer les examens pour devenir fonctionnaire, lettré ou officier militaire, ce qui formait ainsi un socle commun aux élites et servait de « ciment » culturel.

Le Yi Jing est un **livre sans auteur**, de portée universelle, écrit en plusieurs étapes, il est **à la base de la pensée chinoise qui s'exprime par la bipolarité Yin Yang et la dynamique du Changement nommé Mutation**.

Cet ouvrage s'est élaboré au cours du temps. D'après les recherches archéologiques, on peut dater son élaboration primaire à l'époque de la **Dynastie Shang** (2^{ème} millénaire : 1.600 à 1.100 av JC), puis très largement développé sous la **Dynastie des Zhou** (XI^{ème} siècle av JC : 1.046 av JC à 256 av JC), il a évolué au fil du temps et s'est probablement stabilisé à la **Dynastie Song** (X^{ème} au XI^{ème} siècle).

C'est un **ouvrage de base et fondamentale à la pensée chinoise** et on retrouve son usage aussi bien dans le **Taoïsme** que dans le **Confucianisme**, même si les **pratiques de consultation peuvent parfois varier**.

Le Yi Jing est très probablement à la base de l'écriture, du tracé idéographique des caractères chinois (cf. les travaux de Léon Vandermeersch).

Le mot Yi Jing, quelle signification ?

1°) **Yi**, un idéogramme avec **2 caractères : soleil – pluie**



Après le soleil, la pluie, après la pluie, le soleil -> cela exprime la **notion de Changement**, d'alternance d'un temps yin et d'un temps yang, **couplé avec la notion de changement facile**, aisé, **mais aussi cyclique** du fait qu'**un cycle représente un repère fixe, une règle stable**. Nous savons tous qu'après le soleil vient la pluie et qu'après la pluie vient le soleil.

Citation d'Anne Cheng « **le futur est déjà présent à l'état de germe** », ce qui est en germe se prépare dans nos couches invisibles, intérieures avant d'affleurer à notre conscience.

2°) **Jing**, un idéogramme avec **2 caractères**



Jing signifie le fil de la trame d'un tissu (fil horizontal) – flux invisibles sous la terre. Jing exprime la **notion de réseau qui se construit et donne l'idée d'un flux invisible qui permet de structurer l'idée de changement**.

Jing veut également dire **Classique**, c'est-à-dire, ce qui est devenu **un livre fondateur**, un « **livre-maître** », on retrouve cet idéogramme dans le mot Dao De Jing « *Classique de la Voie et de la Vertu* », ou dans le Huang Di Nei Jing « *Classique de l'interne de l'Empereur Jaune* » en Médecine Traditionnelle Chinoise. **Il exprime l'image d'un réseau qui se tisse et se construit sous la terre et donne l'idée d'un flux invisible, une trame qui stabilise une règle.**

Le Yi Jing et le Yin Yang :

Le Yi Jing a **élaboré en système, la pensée Yin Yang qui sert de langage commun à la Médecine Traditionnelle Chinoise et aux Arts énergétiques chinois** que sont le Tai Chi Chuan, le Qi gong, la Calligraphie, le Feng Shui, le Ba Zi, le Qimen Dun Jia, ...

Le Yi Jing propose une **technique d'aide à la prise de décision par un éclairage de la situation et de ce qui est en germe dans cette situation**. Il permet - à la personne qui le consulte - une **mise en lumière des connexions de son être intérieur avec son environnement, de clarifier ce qui se joue pour elle**.

Il permet de **saisir la pulsation Yin Yang à l'œuvre dans toute chose**, cela est similaire à la **prise de pouls de la pulsation Yin Yang d'un projet, d'une situation, d'un choix à établir**.

La consultation du Yi Jing permet un **décodage énergétique d'une situation, d'un contexte, d'une problématique**. Par cette prise de pouls, le Yi Jing nous propose, dans un **double mouvement spiralé entre notre questionnement et notre environnement**, à la fois un centrage au plus près de nos ressources, notre dynamique interne mais aussi de nous **permettre une mise en mouvement en s'accordant aux flux énergétiques en présence**.

Le Principe premier du Yi Jing est la notion de mutation, de changement, de mouvement. Tout est vivant, de ce fait tout est en mouvement.

L'articulation Yin Yang au cœur de ma situation qui se présente lors d'un tirage Yi Jing, est établie par un système binaire qui est en mouvement ; la configuration énergétique de ce couple Yin Yang se compose et se recompose au cœur de la situation.

Ainsi, un Yin mutera en Yang, un Yang mutera en Yin et ce, en un mouvement ininterrompu de pulsation de l'un en l'autre.

Le Yi Jing est un manuel qui permet de discerner les germes du devenir sans qu'il soit prédictif mais bien descriptif.



Le Yi Jing permet de **s'orienter et de comprendre la situation qui se pose à nous.**

Le Yi Jing propose une **grille de lecture du décodage énergétique de la situation d'une personne avec son environnement et le moment présent.**

Le Yi Jing se consulte par le biais d'une opération, un procédé qui fait intervenir le hasard, le hasard n'étant pas perçu en Chine Antique comme nous le percevons en Occident.

Les principes fondateurs du Yi Jing

Interroger le Yi Jing revient à **consulter un manuel d'aide à la prise de décision.**

S'y référer lorsque nous nous interrogeons sur un choix, une décision, une orientation, produit une sorte de **radiographie de la manière dont l'énergie est organisée à l'intérieur de nous en direction du but que représente la question posée.**

Le Yi Jing **propose une stratégie optimale.**



En effet, le Yi Jing propose par les **64 hexagrammes**, une sorte de PLAN DU MONDE où les 64 situations types vibrent en écho l'une de l'autre rythmées par la pulsation Yin Yang au cœur de la figure des 6 traits nommée Hexagramme.

Le Yi Jing est descriptif de la configuration énergétique Yin Yang. Il n'est pas prédictif du futur car le futur est imprévisible, cependant, il n'est pas pour autant erratique, non stable. Pour la pensée chinoise qui est une pensée systémique, une pensée par processus et non séquentielle, le déroulement de **la vie suit une loi immuable, qui est la loi du changement** : le jour suit la nuit, le printemps succède à l'hiver, ...

La loi est fixe mais aussi aléatoire : le temps est cyclique = loi fixe, l'application de cette loi est aléatoire, dans le sens où à chaque fois il y a des différences, des nuances, 2 étés peuvent être différents : un caniculaire, un pluvieux.

Un tirage de Yi Jing consiste à côtoyer le hasard. Pour nous qui avons une pensée cartésienne, le hasard n'est relié à aucune causalité, pour les Chinois, c'est différent, le hasard est la forme que prend le flux du Dao quand on lui laisse libre cours.

Pour la pensée Chinoise, face à une interrogation, la question se pose de savoir "Comment ?" ; pour la pensée occidentale, la question se pose de savoir "Pourquoi ?" Nous sentons bien que c'est très différent.

Pour la pensée ancienne de la Chine Antique, le **monde est vu comme un ensemble organique dans lequel s'inscrit l'activité humaine en tenant compte de l'environnement du monde cosmique.**

Cela se transcrit de plusieurs manières :

- ☯ **La pensée chinoise intègre et prend en compte les forces visibles et invisibles.** Il n'y a pas de séparation de cette dualité (cf. le culte des Ancêtres, ils sont partis vivre dans l'invisible).
- ☯ **L'impermanence ou la loi du changement constant : la seule loi fixe de l'univers est le changement ;**
- ☯ **Le temps est cyclique** d'après l'observation de la temporalité de la nature, des saisons, des moissons, ...
- ☯ **Le temps cyclique est imagé dans le Tai Ji Tu très connu du symbole Yin Yang.**
- ☯ **Le principe du couple Yin Yang** : concept formalisé postérieurement à l'écriture du Yi Jing ;

Le Yi Jing nous permet de contextualiser notre réflexion et comprendre que tout est relatif

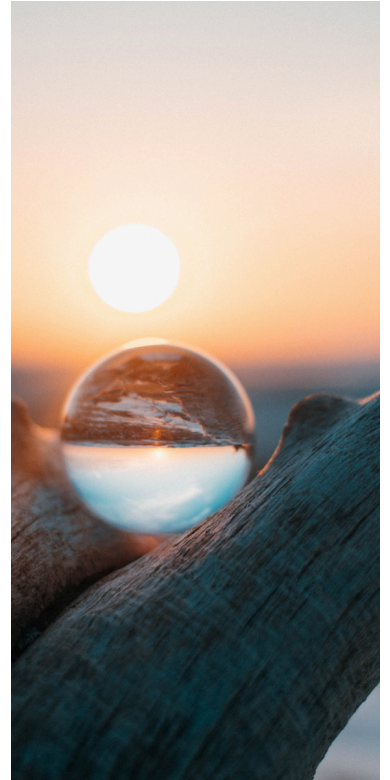
-> **La relativité : rien n'est vrai ou faux dans l'absolu**, il y a des situations où "Attendre" (hexagramme 5) est une « bonne » stratégie, d'autres où "Avancer au Grand Jour" (hexagramme 35) est une « bonne » stratégie. Cela dépend du contexte, de la situation - « bonne » au sens d'adaptée au contexte.

Ces 2 stratégies ne sont pas opposées, elles sont à contextualiser.

Le Yi Jing ne nous donne pas de réponse juste, il nous aide à trouver en nous-même la perception juste de la situation. Il aiguise et accorde notre perception à la situation du moment.

S'ajuster : Interroger le Yi Jing est en quelque sorte se poser la question de comment se relier au monde, comment s'inscrire dans un flux porteur compte tenu de la situation à un moment donné, de façon adéquate, donc efficace.

C'est ainsi que **cette approche rejoint mon rôle d'Accompagnement lorsqu'une personne s'adresse à moi dans mon cabinet pour une consultation Yi Jing.** Le Yi Jing, rédigé en texte symbolique, requiert de savoir transcrire le texte en proposition de modes d'agir.



Comment on interroge Le Yi Jing ?

1°) La formulation d'une question au Yi Jing :

« Tout commence par un temps yin »,

Une situation, un choix se présente à nous, cela nous questionne et nous avons besoin d'un temps de réflexion, d'introspection pour déterminer le **choix de notre attitude, de notre posture, la réaction la plus appropriée pour nous dans ce contexte.**

Tous les jours, nous résolvons de petites et grandes questions.

La question met en œuvre soi-même, on interroge la stratégie la plus profitable, la plus porteuse à adopter et on se **place en sujet de la question avec de préférence un verbe d'action** :

La formulation requiert notre vigilance, exemple dois-je.... ? la réponse sera un peu bancale car il n'y a pas de bien ou de mal, il n'y a que vous qui pourrez en déduire ce que vous voudrez faire, décider. **Il n'y a rien que l'on « doive faire », nous décidons avec notre libre arbitre de faire.**

Une bonne façon de poser la question est de faire intervenir la qualité du temps présent :

Est-ce le bon moment pour ... ?

Car le Yi Jing est très sensible à la **pertinence de la qualité du moment.**

On recherche un conseil de stratégie : « Que puis-je faire / mettre en œuvre pour que cela fonctionne ? »

Pour les questions dont le futur est inconnu, la réponse sera difficile à interpréter ; cf. exemple question « *dois-je quitter mon emploi ?* » ou « *que puis-je faire pour que ce travail, ou cette relation se passe bien ?* »

On préférera formuler dans ce cas la question sous la forme de la prise de température, de pouls en posant ainsi la question : « **Quid de ... ?** »

Cette dernière formulation du « Quid de... ? » reste la plus en ouverture d'accueil des différentes potentialités.

Précision importante : on ne pose pas de question à la place d'une personne, cela équivaldrait à prendre les pouls d'une personne pour savoir comment est la configuration énergétique de mes propres organes internes.

Nous venons d'explorer les fondements théoriques du Yi Jing.

Dans notre prochaine newsletter, place à une approche **plus concrète** : exemples, lectures de situations et applications directes en lien avec la Médecine Traditionnelle Chinoise.

Une manière de passer du principe à l'expérience... restez connectés, la suite arrive bientôt !



Pour ma part, Praticienne en **Médecine Traditionnelle Chinoise – Consultation Aromathérapie énergétique & Consultation Yi Jing** à mon **Cabinet « Esperluette – Un lien qui vous Ressource »**, - www.esperluette.net - basée à Saint-Leu-La-Forêt, je pratique **plusieurs Arts Énergétiques Chinois au sein de mon cabinet.**

Ma formation dans les **Arts énergétique Chinois** a débuté par l'apprentissage du **Taï Chi Chuan** depuis 2004 auprès d'instructeur belge et de Maîtres Chinois, le **Qi Gong** depuis 2009, la **Médecine Traditionnelle Chinoise** depuis 2014 auprès d'Elisabeth Martens à Bruxelles, puis à l'Institut CHUZHEN à Paris. En complément, je me suis formée au **Wu Yun Liu Qi, au Qimen Dunjia et au BaZi** pour affiner la connaissance des **Wu Xing - 5 éléments** en lien avec la Médecine Traditionnelle Chinoise dans mon approche des différents symptômes.

Précision sémantique concernant la traduction du Yi Jing utilisée : je prends pour référence la traduction commentée du Yi Jing de Cyrille JAVARY qui en 2002 a publié chez Albin MICHEL « Yi Jing – Livre des Changements » et a contribué par cet ouvrage à l'étude et l'usage du Yi Jing en zone francophone complété par la création du Centre Djohi – [Djohi - Association pour l'étude et l'usage du Yi Jing - Djohi](#) - qui, par ses antennes régionales et son centre en Ile de France propose des activités pour approfondir la pratique du Yi Jing par l'approche par le Texte Canonique.

Emmanuelle CASATI - Praticienne en Médecine Traditionnelle Chinoise - Consultation Aromathérapie énergétique & Consultation Yi Jing - Cabinet Esperluette - Saint-Leu-La-Forêt (95)

escasati.esperluette@gmail.com

06.11.55.56.38

Je pratique le Yi Jing et le propose en Consultation à mon cabinet, dans une démarche d'Accompagnement des personnes dans leur projets, choix d'orientation, ou problématique qui requiert de se positionner. Je me suis formée au Yi Jing - l'approche par le Texte Canonique - en Belgique auprès d'Elisabeth Martens – www.tiandi.be. Par la suite, j'ai rejoint le **Centre Djohi** en 2016, où je collabore avec Cyrille JAVARY et son équipe. J'anime pour le Centre Djohi l'Antenne Ile de France, je propose : Ateliers d'analyse de pratique, Visio-Quizz, rédaction d'articles, conception pédagogique de contenus & Formation au stage d'été et la session annuelle de l'automne, ...

Références bibliographiques :

Cyrille JAVARY, Pierre FAURE « *Yi Jing – Le livre des Changements* » Albin Michel – 2002 réédité en 2012

JEAN-PIERRE DE LEECK « *LE YI JING – CONCILIER SAVOIR ET PRATIQUE* » EDITIONS PACIFICA – 2023

Cyrille JAVARY « *Les rouages du Yi Jing* » Editions Piquier – 2001

Cyrille JAVARY « *Le Yi Jing* » Edition du Cerf – 1989

Léon Vandermeersch « *Les deux raisons de la pensée chinoise - Divination et idéographie* » NRF Gallimard - Collection Bibliothèque Sciences Humaines - mai 2013