



L'année du buffle

Qu'est-ce que l'année du buffle ? Tout d'abord, il faut comprendre ses origines à travers la philosophie chinoise.

Tout le monde sait que la médecine chinoise est étroitement liée à la philosophie taoïste. Ainsi, la théorie du Yin et du Yang, et celle des cinq éléments (Wu Xing) font partie de la théorie de la médecine traditionnelle chinoise.

Dans le livre *Yi Jing*, on peut reconnaître également les huit trigrammes (Bagua), les Tian Gan et les Di Zhi, qui forment un ensemble de théories philosophiques, avec celle des cinq éléments et celle du Ying et du Yang. Tout cela à pour but de favoriser la santé.

L'utilisation de douze animaux dans l'année est donc basée sur les Tian Gan et les Di Zhi du livre *Yi Jing*. Les Tian Gan et les Di Zhi sont des systèmes de symboles séquentiels utilisés pour représenter la séquence temporelle et l'orientation spatiale. En outre, ils servent à appréhender l'espace et le temps. On peut également dire que les Tian Gan et les Di Zhi enregistrent les changements d'espace et de temps, mais aussi les changements astrologiques. Ils détiennent la signification des numéros, nécessaires à la connaissance des positions des étoiles, mais également celle des lois de la nature, qui s'inscrivent dans le processus de production de toutes choses, soit le cycle de la vie ou des choses. Dès lors, analyser les changements d'année, de mois, de jours et d'heures s'effectue en fonction des attributs des Tian Gan et des Di Zhi.

On peut alors noter les dix mots des Tian Gan : Jiǎ; Yì; Bǐng; Dīng; Wù; Jì; Gēng; Xīn; Rén; Guǐ. Ainsi que les douze mots des Di Zhi: Zǐ; Chǒu; Yín; Mǎo; Chén; Sì; Wǔ; Wèi; Shēn; Yǒu; Xū; Hài.

Il existe soixante couples entre tous ces mots. Ces combinaisons ont pour but de démontrer le cycle du monde et ses changements. Pour une compréhension plus complète de ce cycle, il faut ajouter à ces couples les théories des cinq éléments, du Yin et du Yang, et du Bagua.

Par ailleurs, les douze caractères des Di Zhi ont des significations différentes. En effet, ils indiquent respectivement des choses différentes. Selon les caractéristiques des Di Zhi, douze animaux sont attribués à une année, de manière cyclique, tous les douze ans, reprenant les images des constellations. Cela a pour but de permettre au peuple de se souvenir facilement de l'année et de mieux retenir les caractéristiques du Di Zhi.

Zǐ	Chǒu	Yín	Mǎo	Chén	Sì	Wǔ	Wèi	Shēn	Yǒu	Xū	Hài
souri	buffle	tigre	lapin	dragon	serpent	cheval	chèvre	singe	coq	Chien	cochon
Shǔ	Niú	Hǔ	Tù	Lóng	Shé	Mǎ	Yáng	Hóu	Jī	Gǒu	Zhū

Sur le tableau ci-dessus, nous pouvons alors remarquer les mots du Di Zhi en première ligne, associés aux douze animaux. Leur traduction est alors inscrite en dernière ligne.

Dans un cycle de soixante ans, les douze animaux apparaissent cinq fois chacun. Pourtant, le Tian Gan change en fonction des couples, formant cinq différents attributs. Ainsi ces derniers correspondent aux cinq éléments : le métal, l'eau, le bois, le feu et la terre. Ils apparaissent six fois chacun en soixante ans. De surcroît, chaque élément dispose de six situations correspondant à une force ou une faiblesse.

Par exemple, 2021 est l'année du buffle. Le Tian Gan est le Xīn, qui représente l'or. Le Di Zhi est le Chǒu, qui caractérise la terre. Ainsi, les deux ensembles constituent la terre au mur. Ceux qui sont nés cette année ne disposent pas de beaucoup de terre au sein de la rate. De plus leur feu n'étant pas assez fort, on peut dire que leur rate est faible.

Pour mieux le comprendre, voici les six différents états de force et de faiblesse de la terre : la terre au bord de la route, la terre au sommet de la ville, la terre à la maison, la terre au mur, la terre au grand poteau, et la terre au sable. Cette année, le Chǒu et le Xīn forment un couple qui se symbolise par la terre au mur.

Temps, espace et pratique.

Pourquoi, dans la lecture de l'avenir d'une personne, son année de naissance est-elle combinée avec son état de vie ? En effet, lorsqu'une personne naît, le temps et l'espace de cet instant précis sont gravés en elle. Ils lui ont laissé une empreinte. Par empreinte, il faut comprendre influence. Influence à la naissance, de la météo, des quatre saisons, de l'année, du mois, du jour et de l'heure. Influence de la planète, du soleil et de la lune. Influence de la météorologie (vents, froid, chaleur, humidité, sécheresse et feu). Il faut aussi prendre en compte la situation géographique : la mer, les montagnes, les plaines, etc., mais aussi la situation de l'énergie, appelé Qi, dans le lieu en question. Il faut aussi prendre en compte l'héritage parental et d'autres facteurs qui ont formés une influence sur les conditions de temps et d'espace.

Dans le livre *Yi Jing*, la lecture de l'avenir se fait sur l'état de vie, la capacité d'agir et l'état environnemental des personnes, qui se combinent avec l'état d'autrui afin de former un tout.

"*Yi Jing*" signifie le changement. Dès lors, le destin de l'homme n'est pas immuable. Les taoïstes revendiquent ceci : "Mon destin est entre mes mains, et non celles du ciel !". Ils s'entraînent donc activement pour changer et contrôler leur destin. Cependant, il n'est pas si facile de changer son propre destin. Pour ce faire, il faut saisir les changements dans le temps et l'espace afin d'éviter les mauvaises situations futures. En fonction de la lecture des Tian Gan et des Di Zhi, il faudra éviter ou favoriser tel ou tel entraînement.

Le taoïsme ne porte pas d'intérêt aux animaux du zodiaque, utilisés pour lire l'avenir. Il ne les mentionne pas, et fait donc directement référence au Di Zhi et au Tian Gan, sans passer par ces lectures imagées. Les praticiens ne devraient pas y prêter attention. Pour cette philosophie, il faudrait donc pratiquer le Qi Gong sans s'attarder sur les histoires non nécessaires que procure la lecture des signes du zodiaque. Par ailleurs, le praticien devrait organiser ses exercices en fonction de sa condition physique, des attributs des quatre saisons et des quatre temps de la journée.

Il faut savoir que les exercices taoïstes se concentrent principalement sur les quatre saisons : le printemps, l'été, l'automne et l'hiver. Elles correspondent respectivement au foie, au cœur, aux poumons et aux reins. Pourtant, la terre, soit la rate, sort du lot. En effet, elle n'appartient pas à une saison en particulier, elle est au centre des quatre saisons. Elle correspond au dernier mois de chaque saison. Elle joue un rôle important dans la médecine traditionnelle chinoise. Travailler la rate permet de déterminer les entraînements à faire.

Par ailleurs, tous les jours sont divisés en quatre heures : le matin, le midi, l'après-midi, et la nuit. Habituellement, le matin est plus propice à l'entraînement car l'énergie du Yang est à son paroxysme. L'entraînement peut aussi se faire sur le temps du midi ou à minuit, car ce sont les moments de changements entre le Yin et le Yang.

Il faut également prêter attention aux effets des changements climatiques, tels que le vent, la chaleur, le froid, l'humidité et la sécheresse, qui influencent nos corps.

Pour conclure, il ne faut pas trop s'attacher aux lectures du zodiaque. Le praticien de Qi Gong doit faire attention à la situation du temps, de l'espace et du corps pour organiser des entraînements favorables à son équilibre intérieur.

Tien SHUE



Dès l'âge de 14 ans, il étudie le Kung Fu à l'école Shaolin. Tien Shue se forme au Qi Gong, au Tai ji Quan et au massage énergétique chinois avec 3 maîtres chinois, et se forme à l'acupuncture avec un grand maître spécialiste des cordes vocales. Diplômé de l'enseignement du Kong Jin Qi Gong de l'institut de Qi Gong de Shenzhen, diplômé de l'Union Pro Qi Gong FEQGAE depuis 1997. Il pratique le Qi Gong Bouddhiste (Kong Jin Qi Gong) et le Qi Gong taoïste (Qin Cheng Qi Gong).

Tien Shue est à la fois chanteur, comédien, enseignant de Qi Gong et de Tai Ji Quan à Arcueil (94) et à Paris au sein de l'association Shen Yi, et pratique le massage chinois depuis plus de 45 ans ainsi que le « conseil artistique » pour les chanteurs et musiciens. Il est l'auteur d'une thèse sur l'application du Qi Gong aux activités artistiques et donne des conférences sur le Qi Gong et le chant.

Site <https://www.shenyi-asso.com/>