

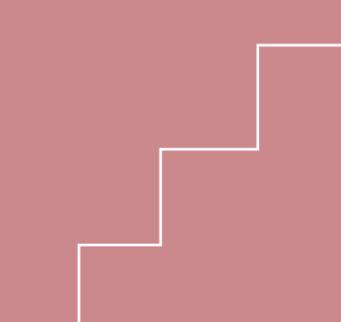
Jerico Mandybur

NÉO TAROT

Puissance du féminin,
réalisation et découverte de soi



L E D U C S
E D I T I O N S



ΓΝΩΘΙ
ΣΑΥΤΟΝ



**CONNAIS-TOI
TOI-MÊME**

TAROT

NÉO

**PUISSANCE
DU FÉMININ,
RÉALISATION
ET DÉCOUVERTE
DE SOI**

JERICO
MANDYBUR

ILLUSTRÉ
PAR DAIANA RUIZ

LE D U C . S
E D I T I O N S



SOMMAIRE

NOUS SOMMES TOUS CONCERNÉS ⁶
MANIFESTE NÉO TAROT ⁹
À LA DÉCOUVERTE DES CARTES ¹²
**CONFIGURATION POUR
LES SOINS PERSONNELS** ¹⁷

**TIRAGES POUR
LES SOINS PERSONNELS** ²¹

L'ARCANE MINEUR ²⁹
DENIERS ³¹
ÉPÉES ⁴⁷
BÂTONS ⁶³
COUPES ⁷⁹

L'ARCANE MAJEUR ⁹⁵

REMERCIEMENTS ¹⁴⁰
À PROPOS DE L'AUTRICE ¹⁴¹
À PROPOS DE L'ILLUSTRATRICE ¹⁴³

NOUS SOMMES TOUS CONCERNÉS

Existe-t-il des points communs entre le tarot et les soins personnels ? Énormément. Les deux nécessitent un rituel, une affirmation positive et l'abandon de son scepticisme – de manière plus ou moins prononcée. Dans les deux cas, on a conscience de l'importance « de l'esprit, du corps et de l'âme » et il s'agit d'apprendre à mieux vivre et à prendre soin de soi plus intelligemment, chaque jour.

J'ai été élevée par une mère célibataire égyptienne qui ne ménageait pas sa peine. Du côté de mon père, sa grand-mère ukrainienne était traitée de sorcière. Mon éducation a été fortement influencée par des traditions spirituelles : superstitions, saints, messages transmis par le biais des rêves et du mauvais œil. J'ai donc découvert très jeune la notion de magie. Que vous y croyiez ou non, considérer le tarot comme une invitation à l'introspection – un miroir vous plongeant dans l'inconscient et un outil pour prendre soin de soi – est un moyen accessible et efficace d'aborder l'apaisement et l'accroissement de la capacité d'action, dimensions dont nous avons plus que jamais besoin actuellement.

Les pratiques associées à la sorcellerie, comme le tarot et l'astrologie, ont, il me semble, été diabolisées, car il s'agit d'un système de croyances féminisé qui menace la répartition rationaliste et matérialiste des pouvoirs. La profession de sage-femme, le statut de femme célibataire, soigner grâce à un très vieux savoir lié aux plantes, avoir une identité marginale – ce sont autant de choses dont les femmes ont souffert, mais qui sont revendiquées grâce à une nouvelle génération plus ouverte d'esprit qui affiche son identité et fait de son mieux pour s'occuper d'elle-même dans un monde souvent corrompu.

Dans ces conditions, il n'est pas étonnant que le tarot ait connu un regain d'intérêt. Il est accessible à tous, ne véhicule aucune discrimination et il n'est même pas nécessaire d'« y croire » au sens divinatoire et traditionnel du terme pour en tirer parti. Il s'agit d'une sorte de thérapie autonome – une occasion de ralentir la cadence, une dimension propice à l'approfondissement et un endroit où vous révéler sans danger à vous-même et à l'autre.

Concernant les soins personnels, leur popularité grandissante doit être célébrée et peut également être source d'une certaine inquiétude. De l'inquiétude à cause de la menace croissante de la cooptation, et une dimension de célébration, car les êtres humains sont très nombreux à lutter pour leur survie,

notamment par le biais des soins personnels qui illustrent leur résistance. Particulièrement grâce au travail de femmes de couleur – dans les secteurs de la santé mentale et du travail social, de l'activisme de base et des droits civils, ainsi qu'à travers les conversations culturelles plus générales sur l'importance de « mettre son propre masque à oxygène avant d'aider les autres » – il est désormais difficile de considérer les soins personnels autrement que comme une démarche nécessaire.

Néo Tarot est autant un défi spirituel qu'une approche novatrice de la découverte et de la réalisation de soi et des soins personnels. Le tarot correspond au plan, mais l'architecte de votre vie, c'est vous. La nouvelle vague de la littérature et de la pratique du tarot est, pour les personnes partageant les mêmes valeurs et idées, un moyen de plus en plus pertinent de bien s'occuper d'elles-mêmes et encore mieux de leur entourage. Toute une génération de personnes déterminées à prendre soin d'elles-mêmes et du monde ? C'est tout simplement magique !



MANIFESTE

NÉO TAROT

Néo (nouveau) Tarot est le nom de ce livre, mais il pourrait tout aussi bien décrire le nouveau mouvement de tarot qui rend plus confiant. C'est donc ce que j'entends lorsque je parle de « Néo Tarot » tout au long de ce livre.

Bien que la divination fasse partie intégrante du passé et du futur des cartes, le tarot parle à toute une nouvelle génération par le biais du langage de la découverte de soi, de la réalisation de soi-même et des soins personnels. Il s'agit d'être présent, de révéler votre potentiel et de découvrir vos vérités les plus profondes. Et un peu de divination ne fait jamais de mal.

Alors, à quoi ressemble le Néo Tarot (en dehors de ce livre) ?

LE TAROT EST RÉEL.

Et même s'il ne l'était pas, cela aurait-il de l'importance ? Dans le *Néo Tarot*, même les sceptiques sont invités à voir dans chaque carte un archétype à explorer – une représentation universelle d'un aspect de la personnalité humaine. Chaque carte est une occasion de réfléchir. Chaque position d'une carte dans un tirage est une invitation à noircir son journal. Chaque carte à l'envers est une chance de faire un profond travail

intérieur. Chaque interprétation permet de grandir et de se prendre concrètement en charge. C'est aussi simple que ça.

LE NÉO TAROT, C'EST VOUS

PARDONNER, vous aimer et vous ressentir, ainsi qu'assumer vos responsabilités et ne jamais refuser d'évoluer. Le tarot n'est pas toujours léger – si c'était le cas, il ne servirait à rien. De même, il peut s'avérer difficile de prendre soin de soi – sinon, nous le ferions déjà. Vous allez avoir besoin d'un maximum d'auto-compassion. Imprégnez-vous-en en profondeur.

UN LECTEUR DE NÉO TAROT COMPREND QU'AVEC LE TAROT

(COMME DANS LA VIE), L'OBJECTIVITÉ N'EST PAS DE MISE. Voici un secret : il n'existe pas de lecteurs de tarot impartiaux, de professeurs, d'ouvrages, de jeux de cartes possédant les significations « correctes ». Chacun voit le tarot à travers son point de vue et tout le monde a raison, à condition de faire preuve d'humilité et d'intégrité.

SACHANT CELA, NOUS POUVONS DIRE QUE RIEN N'EST « ERRONÉ » DANS LE NÉO TAROT.

Il n'y a que *voire* interprétation, aux côtés de celle d'autrui (et non opposée à celle-ci). Acceptez cette absurdité intrinsèque et le tarot prendra une nouvelle dimension passionnante, amusante, admirable et empreinte de respect.

LE NÉO TAROT MET L'EGO DE CÔTÉ. Il faut donc toujours rechercher les aspects les plus utiles et rédempteurs de toute question ou interprétation – et non les plus agréables et les moins effrayants, ni les moins révélateurs. Le tarot peut et doit être aussi divertissant que fonctionnel. Mais vous ne retirez du tarot que le fruit de votre investissement : une interprétation est un acte profond de prise en charge de soi si telle est notre intention de départ. Le tarot n'est rien sans intention.

LE NÉO TAROT EST DESTINÉ À TOUT LE

MONDE. Il doit être accessible et non discriminatoire. Être un lecteur de *Néo Tarot*, c'est ne jamais rien supposer de l'identité ou des pratiques de votre consultant/de vous-même, de ne jamais émettre de jugement et de ne jamais vous adonner à des pratiques spirituelles douteuses comme l'appropriation culturelle. Inutile de vous mentir – vous êtes simplement une personne en pleine découverte de vous-même, comme tout un chacun. C'est merveilleux et cela suffit.

PRATIQUER LE NÉO TAROT, C'EST JOUER, SANS

HONTE. L'imagination présente l'avantage d'être le chemin le plus rapide vers l'intuition. Je suis heureuse que vous ayez trouvé ce livre, mais n'ayez pas peur de le reposer, je vous en supplie. Je vous encourage à apprendre par cœur la signification de chaque carte, mais il serait même plus

profond d'avancer vos *propres* significations. Elles ne sont pas moins correctes que celles d'autrui et peuvent changer avec le temps. Plusieurs significations peuvent cohabiter, même lorsqu'elles vous paraissent contradictoires.

LE NÉO TAROT NE VOUS DIT JAMAIS QUOI FAIRE ET NE VOUS FLATTE JAMAIS.

C'est un miroir pour l'introspection qui reflète aussi les mesures à prendre, avec l'objectif de mieux prendre soin de soi et de vivre une existence de meilleure qualité. Le cartomancien ne conseille jamais aux autres, ni à lui-même, de faire une chose qui ne soit pas pour le plus grand bien de toutes les parties prenantes. Agir autrement serait se comporter comme un abruti.

LE NÉO TAROT S'ÉLÈVE CONTRE LE « DESTIN », LES PRÉDICTIONS IMMUABLES ET LE PRINCIPE SELON LEQUEL « TOUT EST ÉCRIT ».

L'univers regorge d'innombrables possibilités, chacune étant dotée d'un potentiel infini. Le tarot n'est que l'indicateur reflétant les influences, l'énergie et le conditionnement qui nous entourent à l'instant T. Ce n'est donc qu'en *mettant l'accent sur le libre arbitre* que le tarot peut nous apprendre à puiser dans notre force intérieure.

À LA DÉCOUVERTE DES CARTES



VALET DE DENIER



ROI DE DENIER



III D'ÉPÉE



CAVALIER D'ÉPÉE



VII DE BÂTON



REINE DE BÂTON



IV DE COUPE



VI DE COUPE

Écoutez, n'importe qui peut lire le tarot. Faites-le vous-même. Mais voici comment démarrer :

1. Familiarisez-vous avec les cartes en les observant longuement. Vous pouvez même consigner vos premières impressions dans un journal.

2. Plongez ensuite au cœur du sujet en découvrant le livre. Lisez d'abord les premières sections pour avoir un peu de contexte. Lorsque vous en serez aux « Tirages pour les soins personnels », marquez cette section, car vous vous en servirez pour créer des schémas à l'aide des cartes tirées au hasard. Ces schémas seront bourrés d'informations précieuses.

3. Le reste du livre décrit les significations (et une piste pour les soins personnels) de chaque carte. Servez-vous du sommaire pour consulter chaque carte figurant dans votre tirage – en interprétant la signification de la position des cartes, ainsi que la signification des cartes proprement dites.

**Regardez !
Vous savez tirer les cartes !**

DE QUOI RETOURNE-T-IL ? (BREF HISTORIQUE)

Néo Tarot déboullonne tous les mythes et exagérations figurant dans la littérature du tarot sur l'histoire des cartes. Cela ne nuit en rien au pouvoir du tarot de renforcer votre capacité d'action, de vous apaiser et de vous transformer, mais vient plutôt en complément.

L'histoire du tarot est fascinante. Nous savons que le jeu de tarot le plus vieux qui existe encore est le jeu de cartes à jouer Visconti-Sforza, qui vient d'Italie et date de la Renaissance (milieu du ^{xv}^e siècle), commandé par le duc de Milan. Mais si l'on remonte plus loin ? Qui a créé les dessins de ce « jeu de société » de 78 cartes et les archétypes universels qu'il renferme ? Eh bien, les plus anciennes cartes à jouer dont on retrouve trace proviennent de Chine, à l'époque de la dynastie Tang, soit en 618 av. J.-C. Les échanges commerciaux ont apporté les cartes dans la société musulmane et au milieu du ^{xiv}^e siècle, des jeux de cartes se sont retrouvés dans le sud de l'Europe. L'Italie et l'Espagne ont même interdit leur usage. Au début du ^{xviii}^e siècle est né le *Tarot de Marseille* – tarot dont se sont inspirés la plupart de ceux apparus à partir du ^{xix}^e siècle.

Au fil des siècles, le tarot a été redessiné et réinterprété à d'innombrables reprises. Sa création a été attribuée à toutes les civilisations très anciennes du monde, ainsi qu'aux extraterrestres. On l'a relié

au mysticisme juif et à l'astrologie, entre autres.

Nous en sommes donc là aujourd'hui, avec une dimension existentielle. Nous savons que chaque jeu est un miroir de son propriétaire. Nous savons que le tarot est perçu via le prisme de la subjectivité, des préjugés et d'un psychisme imparfait. Est-ce important ? Non. Le tarot a pour objectif d'étudier nos périples individuels et collectifs imparfaits et de nous éclairer, sous la forme de la conscience de soi, de l'acception et de la transformation. Vous préféreriez croire à un mensonge ? Moi non plus. Découvrons maintenant les cartes.

LA STRUCTURE

Un jeu de tarot traditionnel comprend 78 cartes réparties en deux sections : 56 cartes de l'Arcane mineur et 22 cartes de l'Arcane majeur. La plupart des jeux anglo-saxons vendus dans le commerce (y compris celui-ci) sont tirés du jeu *Rider-Waite Smith*, apparu en 1910.

Ce jeu a encore une grande influence grâce à Pamela Colman Smith, son illustratrice, dont le nom n'était pas cité à l'époque de sa création. Femme britannique de couleur, cette artiste et occultiste a peint des scènes décrivant pour la première fois la signification de chaque carte de l'Arcane mineur. Le jeu *Rider-Waite Smith* était donc à la fois expressif et abordable sur le plan du sens. Lorsque j'emploie l'adjectif « traditionnel » dans ce livre, je fais généralement référence à son travail.

LES CARTES MINEURES

Si l'Arcane majeur est cité en premier dans la plupart des livres de tarot, nous faisons l'inverse ici, car, en tant que cartomancien néophyte, la nature ésotérique de l'Arcane majeur peut s'avérer déroutante au départ, alors que les 56 scènes de l'Arcane mineur décrivent des expériences et réactions que nous vivons tous au quotidien.

L'Arcane mineur est constitué de 4 suites : les Deniers, correspondant à la Terre, les Épées, correspondant à l'Air, les Bâtons, correspondant au Feu et les Coupes, correspondant à l'Eau. Chaque suite est constituée de 10 cartes, de l'As au 10, avec des cartes de cour : Valet, Cavalier, Reine et Roi.

Dans ce livre, les suites sont classées de manière conceptuelle, en commençant par celles que je considère comme les plus faciles à cerner pour les débutants, jusqu'à celles légèrement plus complexes mais passionnantes.

Les noms traditionnels des quatre suites et des cartes ont tous été gardés. Vous vous y retrouverez donc sans problème en prenant n'importe quel jeu ou livre. Mais si vous souhaitez modifier le nom des suites ou cartes, prenez de l'adhésif et un marqueur, je vous en prie ! Par chance, il n'existe pas de police du tarot.

LES CARTES MAJEURES

Les 22 cartes constituant l'Arcane majeur sont des éléments spirituellement riches et très ésotériques guidant notre périple vers de meilleurs soins personnels

et la réalisation de soi-même.

Vous pouvez considérer ces cartes comme le cinquième élément du jeu – celui de l'âme ou de la source. Autrement dit, le divin, l'univers, Dieu, la force – mais vous pouvez lui donner un autre nom.

Chaque carte offre un large éventail d'interprétations et de significations, mais elles représentent toutes les forces éternelles et intemporelles que l'on trouve dans l'inconscient collectif. Leur présence dans un tirage correspond à des événements et leçons de vie importants. Prêtez donc attention à leurs messages. Si on les plaçait dans l'ordre, les cartes de l'Arcane majeur formeraient trois lignes de sept cartes chacune, appelées Septénaires. On dit que ces trois lignes représentent : notre monde extérieur (ou conscience), notre monde intérieur (ou inconscient) et notre monde spirituel (ou superconscience). L'Arcane majeur est traditionnellement surnommé « Le Voyage du Fou », car il ressemble au cheminement d'une personne vers l'évolution ou l'édification et parce que la Carte 0 (le Fou) est souvent représentée comme le protagoniste de substitution de ce voyage, de la création individuelle à la renaissance transpersonnelle.

LES ÉLÉMENTS



Terre ~ Deniers

L'élément Terre, qui correspond à la suite des Deniers, concerne tous nos besoins

matériels, mesures et évaluations. Il représente notre énergie physique, le territoire (comme notre maison), l'abondance, la santé, la prospérité et notre place dans le monde corporel des sens, y compris dans le travail et la sphère sociale.



Air ~ Épées

L'élément Air, correspondant à la suite des Épées, représente notre monde mental – nos pensées, nos idées, notre éthique –, par essence le langage et les messages que nous envoyons aux autres, ainsi qu'à nous-mêmes. C'est l'énergie cérébrale exploitée pour avoir du recul et un point de vue plus étoffé.



Feu ~ Bâtons

L'élément Feu correspond à la suite des Bâtons et représente notre force vitale, la volonté créative de fabriquer et de faire. Il représente le désir, la sexualité, l'enthousiasme, le pouvoir et la créativité passionnée. Le Feu est l'énergie visionnaire qui, lorsqu'elle est des plus contagieuses, incite les autres à « se lever et aller de l'avant ».



Eau ~ Coupes

L'élément Eau correspond à la suite des Coupes et représente notre énergie émotionnelle réceptive – nos sentiments. L'intuition, l'amour sous toutes ses formes, déclenchent des sentiments aussi bien positifs que négatifs. L'Eau est synonyme de compassion, de foi, d'états déchirants et de mysticisme. C'est notre monde intérieur profond.

LA NUMÉROLOGIE

Les cartes de chaque suite ont une signification commune, déterminée par l'élément de référence, et il en va de même pour les chiffres de chaque suite, de l'As au 10.

La numérologie est un système mystique en soi. Pour les besoins de ce livre, j'exposerai donc les significations communes de chaque chiffre du *Néo Tarot*.

Les As ~ *Essence. Graine. Pouvoir. Potentiel. Le bienfait par excellence.*

Les Deux ~ *Dualité. Forme. L'union de deux parties. Équilibre. Décisions.*

Les Trois ~ *Développement. Expansion. Créativité. Progression. Puissance énergétique.*

Les Quatre ~ *Fondations. Structure. Rationalité. Consolidation. Conservation de l'énergie.*

Les Cinq ~ *Incertitude. Changement. Conflit. Adversité. Gérer les conneries.*

Les Six ~ *Équilibre. Stabilité. Harmonie. Communication. Transcender les conneries.*

Les Sept ~ *Spiritualité. Motivations de l'âme. Persévérez ! Évaluation. Endurance.*

Les Huit ~ *Progrès. Force. Jugement. Mouvement. Faire les bons choix.*

Les Neuf ~ *Accumulation. Prise de conscience. Réévaluation. Expérience. Conclusion.*

Les Dix ~ *Àchèvement. Pinacle. Issue ultime. La fin n'est qu'un recommencement.*

LES CARTES DE COUR

Toutes les cartes du jeu de tarot sont associées à un élément et les cartes de cour ne font pas exception. Elles ont même deux Éléments : un Éléments correspondant à leur suite et l'autre concernant leur position au sein de la Cour – Valet (Terre), Cavalier (Feu), Reine (Eau) et Roi (Air).

Traditionnellement, chaque carte de cour possède un âge, un genre et même des caractéristiques physiques. Mais vous pouvez ne pas en tenir compte. Bien qu'il soit parfois vrai qu'une Reine représente l'énergie, généralement associée aux qualités féminines, cela ne signifie pas obligatoirement que cette carte représente une femme. Voici ce que représente chaque membre de la cour :

Valets ~ *Enthousiasme. Naïveté. Nouveaux départs. Optimisme. Occasion. Pas d'inquiétude.*

Cavaliers ~ *Action. Quête. Dynamisme. Courage. Besoin d'apprendre la signification de « voir moins grand ».*

Reines ~ *Intelligence émotionnelle. Intuition profonde. Compassion. Dignité. État de grâce.*

Rois ~ *Expérience. Vision. Succès. Sagesse. Leadership. Digne de confiance.*

CONFIGURATION POUR LES SOINS PERSONNELS

COMMENT ÇA MARCHE ?

Si vous lisez ce livre en pensant « Soins personnels et tarot, ouais, ouais, j'ai pigé. Mais comment ça marche, le tarot ? », je vous répondrai ceci : je ne sais pas. Ça marche, c'est tout. Pour ceux qui n'y croient pas, il est très facile de se payer la tête d'une chose que vous ne pouvez voir ou mesurer. D'accord ! Mais oubliez les messages du genre « Vous allez rencontrer un beau brun » et le tarot offre la même chose aux sceptiques et aux convaincus : une thérapie autonome et l'occasion de faire le point. Mais si vous souhaitez pratiquer l'art divinatoire, rien de mieux qu'un jeu de tarot. Je pourrais dire que le tarot est régi par la synchronicité, par l'énergie du cartomancien sur l'instant, par l'aléa quantique, etc. J'ai choisi de croire à tout ça, mais je comprends également que l'on n'y adhère pas. De toute façon, pourquoi se focaliser sur le « comment » quand vous pouvez simplement en apprécier les bienfaits ?

À l'instar des soins personnels, le tarot consiste en grande partie à tenir un miroir devant vous et à identifier vos besoins à l'instant T. Pas de jugements, pas de « mais », simplement le désir d'être apaisé et la volonté de se mettre au travail.

PRENDRE SOIN DES CARTES

La plupart des livres de tarots vous invitent à manipuler vos cartes avec soin, comme si elles pouvaient vous sauter à la figure si vous ne les rangez pas dans un

linge de soie de couleur unie. S'il est vrai que l'on souhaite que ses cartes se sentent sacrées et non souillées par l'énergie qui circule (vous pouvez dire que les cartes sont énergétiquement poreuses), il n'existe pas de bonne ou mauvaise manière de procéder. Vous n'avez pas besoin d'un tissu sacré ou de cristaux, bougies ou autres éléments récupérés de manière éthique, mais voici quelques principes que vous souhaitez peut-être respecter :

- Laissez vos cartes à l'abri lorsque vous ne vous en servez pas – dans le coffret qui accompagne ce livre, dans un sac, un linge ou un tiroir – ou bien dans un endroit qui vous plaît.
- Si vous souhaitez qu'elles soient purifiées entre deux séances, mettez-les dehors par une nuit de pleine lune (un rebord de fenêtre fera parfaitement l'affaire) ou imaginez-les simplement purifiées par une lumière blanche. Si vous possédez des cristaux, cela marche également.

N'oubliez pas que vous pouvez très bien ne rien faire de ce qui est mentionné ci-dessus. Il n'arrivera rien de fâcheux. Ce sont simplement des conseils pour que les moments passés avec le tarot soient des plus uniques.

BATTRE LES CARTES

Quand vous décidez de sortir votre jeu de tarot, veillez à ce que l'atmosphère soit paisible. Commencez par vous concentrer sur votre intention, qui doit être la plus bienfaitrice possible, qu'il s'agisse d'apprendre une chose bien précise sur vous-même ou

une situation ou simplement de profiter d'un lieu tranquille pour réfléchir et avoir les idées claires. Armé de cette intention, battez les cartes comme vous le souhaitez. Personnellement, je les bats comme les cartes d'un jeu normal en coupant le tas au niveau du milieu. Puis, je fais pivoter les deux parties dans une direction opposée afin de modifier le sens. Je procède ainsi parce que les cartes peuvent se tirer à l'envers, mais nous traiterons ce sujet bientôt. Je forme ensuite trois tas (ou je demande au consultant de le faire), puis je les récupère dans un ordre qui me paraît intuitivement approprié. Certains ouvrages vous diront de ne jamais laisser quelqu'un d'autre manipuler votre jeu ou de battre les cartes d'une manière bien précise. Tant que la méthode vous convient, faites ce que vous voulez. Le plus important est d'écouter votre instinct de manière à savoir quand vous devez arrêter de battre les cartes et commencer à les disposer.

L'HEURE DES QUESTIONS

Si vous avez l'intention d'effectuer un tirage pour répondre à une question bien précise, c'est génial ! En matière de tarot, la plupart des gens procèdent par questions. Il faut donc savoir quels types de questions poser. Lorsque vous réfléchissez à votre question, pensez à la manière de l'éclairer au maximum – à savoir atteindre un niveau de profondeur allant au-delà des questions fermées (oui/non). La responsabilité et la productivité ne sont pas toujours les qualités les plus développées chez l'être humain. Nous sommes plutôt

enclins à avoir une perception du genre « Je veux cette chose tout de suite ». *Néo Tarot* nous apprend qu'au-delà d'être des outils de prédiction, les cartes sont notre écho intérieur – rendant visibles les forces invisibles de notre imagination ou ego, nos désirs et, surtout, notre potentiel magique à guérir, créer et nous afficher. Que l'on interprète les cartes pour nous-mêmes ou quelqu'un d'autre, les questions qui nous aident à faire la lumière sur notre univers intérieur touchent également à l'éthique. Au lieu de réclamer une réponse concrète ou une prédiction figée (surtout si cela a trait à l'argent, à la santé, à des aspects juridiques ou à des décisions importantes), essayez de reformuler votre question de façon à cibler votre autonomie – renforcer votre force intérieure, comme le veut le tarot. Essayez de faire en sorte que les questions comprennent des expressions telles que : « Qu'est-ce que je ne vois pas à propos de X ? », « Qu'est-ce que je dois savoir concernant Y ? » ou « Quelles énergies sont les plus pertinentes concernant Z ? ».

CARTES À L'ENVERS : OUI OU NON ?

À vous de voir si vous interprétez ou non les cartes à l'envers (dont la signification diffère de celle des cartes à l'endroit). Traditionnellement, la signification de l'envers d'une carte est l'exact opposé de sa valeur à l'endroit. Bien que cela n'ait rien de négatif en soi, cette face est plus en rapport avec la prédiction pure qu'avec les soins personnels et le renforcement

de la capacité d'action. Les cartes à l'envers sont plus considérées comme un « blocage ». Les blocages peuvent signifier différentes choses en fonction du moment (et, encore une fois, c'est une question de contexte). Parfois, un blocage est synonyme de *stagnation*, de non-circulation de l'énergie. À d'autres moments, un blocage entraîne une *fuite* et le flux d'énergie se trouve affaibli. Mais un blocage peut également causer une accumulation excessive d'énergie qui donne le sentiment qu'elle est sur le point d'exploser. Ces états sont disparates mais proviennent de la même source – un manque de fluidité énergétique causé par une attention trop faible ou excessive envers quelque chose. Les blocages élisent généralement domicile dans la part sombre de notre moi, là où se retrouve tout ce que nous enfouissons et refusons d'accepter. L'étude des problèmes à résoudre et le traitement des raisons sous-jacentes constituent donc une partie extrêmement gratifiante du travail sur les cartes à l'envers.

Concrètement, une carte à l'envers demeure une invitation à côtoyer la sagesse et le pouvoir d'apaisement de la carte à l'endroit. Cependant, il s'agit alors d'admettre que vous ignorez peut-être l'énergie de cette carte, la modifiez ou l'affaiblissez à cause d'un sentiment de désenchantement ou de dépendance excessive. Mais cette énergie toujours empreinte de compassion vous tend la main dans tous les cas. Il vous suffit de vous incliner et de vous en emparer.



LES SOINS PERSONNELS

POUR

TIRAGES

Bien que chacune des 78 cartes du tarot possède un archétype et une signification, c'est sa position dans un tirage qui donne encore plus de poids à son importance et pertinence.

Les tirages sont la disposition de cartes sélectionnées au hasard formant une tendance, chaque position étant liée à un thème ou sujet spécifique. Une position peut signifier « le passé récent », tandis qu'une autre correspondra aux « espoirs et peurs ». Comme vous l'imaginez bien, ces positions bénéficient d'un sens supplémentaire en fonction des cartes qui les entourent. Par exemple, la manière dont deux cartes semblent se faire face ou s'écarter l'une de l'autre peut révéler des énergies ou des thèmes intéressants que nous n'aurions peut-être pas remarqués si l'on avait pris ces cartes séparément.

Il vous incombe totalement d'exploiter ou non les tirages. Vous pouvez concevoir votre propre tirage pour avoir un certain type de conversation avec vos cartes. Ils peuvent avoir le niveau de simplicité ou de complexité qui vous convient. Bien entendu, il existe également des tirages traditionnels qui peuvent vous apprendre des choses si vous souhaitez disposer d'une base solide concernant le type d'information qu'ils contiennent. Dans les pages à suivre, vous découvrirez quelques tirages très faciles et rassurants pour les soins personnels.

CARTE PAR CARTE

Tirer une carte à la fois est le meilleur moyen d'apprendre le tarot, de recevoir des réponses à des questions fermées (oui/non), de fixer une intention pour la journée ou de vérifier la nature des énergies qui vous entourent.

Commencez par réfléchir à une question. Si aucune ne vous vient à l'esprit, essayez, « Que dois-je savoir en ce moment ? » ou « Sur quoi devrais-je me concentrer aujourd'hui/cette semaine ? ». Essayez d'instaurer un exercice simple et agréable qui consiste à battre votre jeu chaque matin et à tirer une carte qui sera un objet de réflexion tout au long de la journée.

Le soir, notez dans votre journal ce que vous avez vécu et observé. Votre carte vous a donné une idée de la teneur de votre journée. Réfléchissez maintenant à ce que votre journée vous a appris sur votre carte.

1

COMBINAISONS DE TROIS CARTES

Un tirage à trois cartes présente un nombre infini de variantes. Ces tirages sont un excellent début, parce qu'ils sont instructifs, mais faciles. Pensez simplement à trois concepts que vous souhaitez explorer, en liaison avec vos soins personnels, votre bien-être ou vos objectifs.

Pensez : passé, présent, futur ; esprit, corps, âme ; inconscient, conscience ; forces, faiblesses, conseils ; vous, votre cheminement, votre potentiel.

Avec ces tirages, soyez aussi créatifs et novateurs que vous le souhaitez. Vous finirez par vouloir créer des tirages encore plus élaborés. N'oubliez pas : la police du tarot n'existe pas. Faites ce qui vous paraît naturel. N'ayez pas peur de reposer ce livre (littéralement) et de mener des expériences.

1

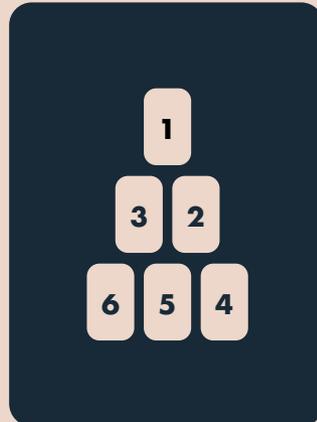
2

3

PYRAMIDE DES SOINS PERSONNELS

De quoi avez-vous besoin en ce moment ? « Prendre soin de vous » est la réponse pratique à cette question. Mais nous occuper de nos besoins élémentaires n'est pas forcément facile. Parfois, nos besoins essentiels sont les plus difficiles à satisfaire. On ne nous apprend pas toujours à les cibler. Ce qui est extrêmement simple et coule de source pour certains peut constituer un véritable défi pour d'autres personnes.

Les soins personnels peuvent être aussi simples qu'avoir son compte d'heures de sommeil, boire suffisamment d'eau, faire de l'exercice ou se déconnecter de son téléphone pendant un moment. Mais lorsque nous avons du mal à nous occuper de nous, le tarot peut nous aider à découvrir comment mieux prendre soin de soi grâce à l'introspection et à l'examen de conscience, mais également à savoir quoi faire



de ce que nous découvrons. C'est l'objectif de ce tirage. Modifiez-le pour qu'il corresponde à vos besoins ou essayez de l'atteindre lorsque vous avez besoin d'un moment de calme pour travailler sur votre état d'esprit.

Carte 1 : votre état d'esprit actuel

Cette carte vous aidera à réfléchir à ce qui occupe vos pensées en ce moment. Il n'est pas toujours possible de trouver les mots pour décrire notre santé mentale du moment, mais cette carte vous offrira un point de départ. Réfléchissez à la manière dont elle traduit ou non votre état d'esprit.

Carte 2 : la stratégie de soins personnels à essayer

Dans le jeu *Néo Tarot*, à chaque carte correspond la suggestion d'un acte pour prendre soin de soi. Observez ce dernier, mais également la carte proprement dite. Comment interprétez-vous les soins personnels à travers cette carte ? Si elle pouvait parler, que vous suggérerait-elle ?

Carte 3 : ce qui vous stoppe peut-être

Nous nous empêchons tous de faire des choses qui nous permettraient de mieux nous occuper de nous. Nous sommes par monts et par vaux, nous privilégions les autres à notre détriment. Que dit cette carte de vos blocages ?

Carte 4 : comment traiter cela

Maintenant que nous savons ce que nous faisons pour ne pas prendre soin de nous-mêmes, quelles mesures allons-nous adopter ? Cette carte vous offre un mode de pensée qui vous sera utile et certaines mesures correspondantes que vous pouvez interpréter comme vous le souhaitez.

Carte 5 : les bienfaits du traitement des blocages

Quelles possibilités s'ouvriront à nous une fois que nous aurons traité ces blocages personnels qui nous empêchent de mieux nous aimer ? Les bienfaits d'une attention plus positive envers vous-même et des soins personnels à votre bénéfice sont nombreux. Mais qu'est-ce que cela représente pour vous actuellement ?

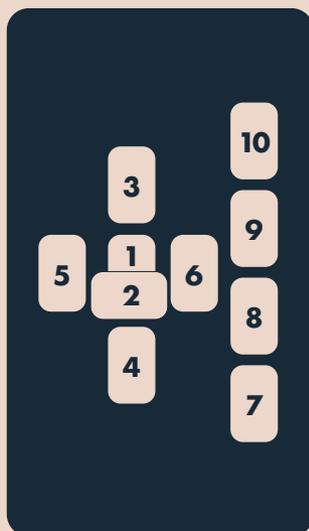
Carte 6 : votre mode d'épanouissement

C'est un travail de longue haleine jalonnée de changements potentiels à court terme que vous pourrez connaître – les possibilités qui s'ouvriront à vous – lorsque vous aurez tiré les leçons des précédentes cartes dans votre pratique des soins personnels. Faites en sorte que la prévoyance associée à cette carte vous inspire dans les moments présents plus difficiles.

CROIX CELTIQUE

Le tirage de la Croix Celtique est le plus populaire parce qu'il est révélateur, à usages multiples et présent dans tous les livres de tarot. Il est généralement enseigné comme une option pour la divination, mais ce n'est pas obligatoire.

Certaines personnes démarrent par un significateur – carte qui représente l'énergie du consultant – censé centrer votre/son énergie dans le tirage et constituer une aide visuelle. Vous n'avez besoin de significateur, mais seulement des positions que vous souhaitez. Voici à quoi ressemble une Croix Celtique type.



Carte 1 : vous

Cette carte vous représente actuellement. Si vous aviez un significateur vous représentant, il irait directement dessus et articulerait les énergies proches de vous par rapport à votre question.

Carte 2 : elle vous recouvre en partie

L'énergie qui vous pose des difficultés en ce moment. Celle qui est à l'origine du blocage ou problème auquel vous êtes confronté.

Carte 3 : elle vous coiffe

La carte située juste au-dessus de la carte « vous » indique l'influence de votre conscience. Ce sont les croyances dont vous avez déjà conscience ou votre ressenti à propos de ce problème.

Carte 4 : elle est au-dessous de vous

La carte située sous « vous » représente votre inconscient. Ce sont les choses dont vous n'avez pas forcément conscience mais qui doivent être mises en lumière pour que vous puissiez pleinement appréhender la situation.

Carte 5 : elle est derrière vous

Cette carte située à votre gauche représente le passé relativement récent – les événements, croyances ou actions passés qui ont conduit à la situation que vous vivez actuellement.

Carte 6 : elle est devant vous

Cette position, à votre droite, concerne le futur proche, à savoir les énergies susceptibles d'entrer en jeu si le problème actuel n'est pas traité.

Carte 7 : votre attitude

La carte à la base de la rangée de 4 cartes est une invitation qui prend en compte votre attitude face à la situation rencontrée et votre efficacité ou inefficacité à la gérer.

Carte 8 : les énergies environnantes

Les facteurs externes, les gens ou l'environnement qui ont actuellement un effet sur le problème que vous rencontrez. Autrement dit, les influences.

Carte 9 : les espoirs et les peurs

Tout est dit. Cette carte signifie ce qui se passe dans votre tête et votre cœur concernant vos souhaits ou ce qui vous fait peur à propos de la situation.

Carte 10 : le résultat

La carte au sommet de la rangée de 4 cartes donne un aperçu de l'endroit où vous amènera la voie empruntée actuellement sur le plan énergétique si vous poursuivez en ce sens, sans que les conseils donnés par les cartes ne vous incitent à changer. Et ça ne vous ressemble pas ;-)



L'ARCANE

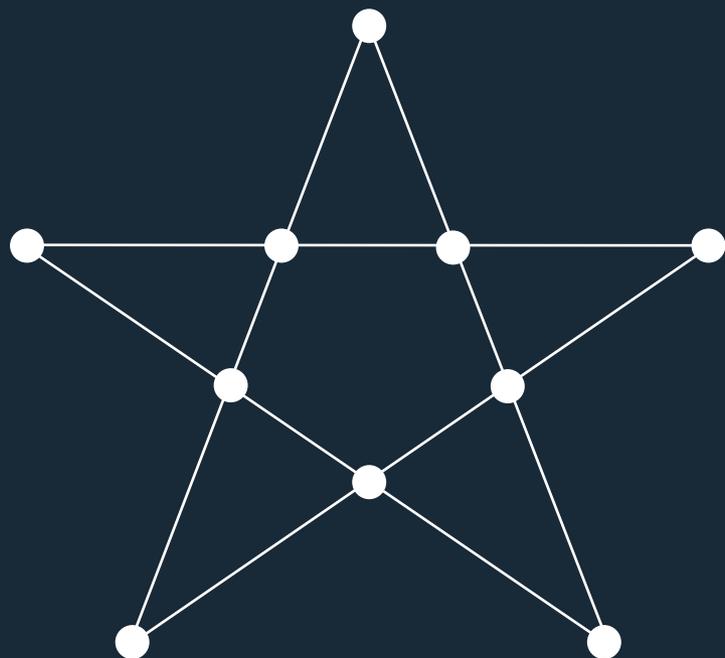

DENIERS
31


ÉPÉES
47


BÂTONS
63


COUPES
79

MINEUR



DENIERS



AS de Denier	32
II de Denier	33
III de Denier	34
IV de Denier	35
V de Denier	36
VI de Denier	37
VII de Denier	38
VIII de Denier	39
IX de Denier	40
X de Denier	41
VALET de Denier	42
CAVALIER de Denier	43
REINE de Denier	44
ROI de Denier	45