

RESSOURCES & SENS

CARMEN FOLGUERA

LA VOIE DU YI JING

Faire les bons choix en conscience

Vous hésitez face à un choix de vie ? Vous souhaitez interroger l'avenir ? Le Yi Jing ou Livre des transformations vous aidera à trouver des réponses, à éclairer votre chemin et à passer à l'action. Riche d'une tradition plurimillénaire, le Yi Jing est une méthode divinatoire qui a nourri plusieurs courants philosophiques et spirituels.

Dans cet ouvrage, vous découvrirez :

- **Les origines très anciennes** du Yi Jing.
- La signification et la symbolique des **64 hexagrammes**.
- La façon la plus simple de les **utiliser au quotidien**.
- De **nombreux exemples** pour vous soutenir dans l'interprétation des hexagrammes et trouver des réponses à vos questions.

Indispensable, cet ouvrage s'adresse à tous et révèle la richesse divinatoire du Yi Jing. Précieux allié du quotidien, le Yi Jing vous accompagnera dans toutes les occasions en vous inspirant des décisions pleines de sagesse.

Carmen Folguera a découvert simultanément le Yi Jing et le Qi gong de la Sagesse. Porteuse d'une tradition et de son enseignement, enrichie d'une longue expérience pédagogique et de nombreux diplômes, elle partage avec passion ses connaissances à travers ses écrits et ses cours. Consultez son site Internet : taodelaterre.fr

18 euros

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-1973-5



9 791028 519735

editionsleduc.com

LEDUC 
Éso

Rayon : Ésotérisme

La collection Ressources & Sens

Cherchant à donner du sens à notre vie, nous nous tournons souvent vers l'extérieur et demandons aux autres de nous apporter solutions et réconfort. Or, nous avons déjà en nous tous les champs des possibles, des ressources qu'il nous suffit d'identifier et de développer. Cette collection vous y invite dès à présent.

D^r Kristen Lamarca, *Le pouvoir des rêves lucides*, 2020.

François Lallier, *Expériences de mort imminente*, 2020.

Joëlle Portalié, *Développez vos facultés de voyance*, 2020.

Gérard Grenet, *Secrets de chaman urbain*, 2020.

Amy B. Scher, *Vous aussi, vous êtes guérisseur !*, 2020.

Lila Rhiyourhi, *Nettoyez votre énergie*, 2019.

Lila Rhiyourhi, *Vous aussi, vous êtes médium*, 2019.

Pedro Siqueira, *Vous aussi, vous avez un ange gardien !*, 2019.

Christian Bourit, *Vivez pleinement : vivez quantique !*, 2019.

Lila Rhiyourhi, *Vous aussi, vous êtes magnétiseur !*, 2018.

Carole Berger, *Les fabuleux pouvoirs de l'Ho'oponopono*, 2018.

Pascal de Clermont, *Révélez le mentaliste qui est en vous !*, 2018.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS!

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux!

Rendez-vous ici : **bit.ly/newsletterleduc**

Retrouvez-nous sur notre site **www.editionsleduc.com**
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable!

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseil éditorial : Stéphanie Honoré

Édition : Isabelle Chave

Correction : Pascale Braud

Maquette : Evelyne Nobre

Design couverture : Antartik

Illustrations : AdobeStock

© 2021 Leduc Éditions

10 place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Buffon

75015 Paris - France

ISBN : 979-10-285-1973-5

RESSOURCES & SENS

CARMEN FOLGUERA

LA VOIE DU YI JING

Faire les bons choix en conscience

LEDUC 
ESO 

SOMMAIRE

Introduction	7
PARTIE 1 - LE <i>YI JING</i> HISTOIRE ET MÉTHODE	9
PARTIE 2 - LES 64 HEXAGRAMMES	35
<i>Yi Jing</i> connexion ?	251
Remerciements	255
Table des matières	257

*« Avant de décider d'une conduite ou d'entreprendre
une action, le Sage pose une question. Le Yi (Yi Jing)
en reçoit simultanément le mandat à l'instar de l'écho...*

*Le Yi connaît spontanément les êtres et les choses
qui adviennent. Qui d'autre pourrait prédire
avec autant de subtilité... ? »*

Confucius

INTRODUCTION

Ma quête de sens et d'apaisement a débuté il y a vingt-cinq ans, au moment où je découvre, simultanément, le qi gong et le Yi Jing. Un autre monde m'est dévoilé, celui de l'échange ininterrompu des forces qui régissent l'Univers : l'énergie. Cette révélation soudaine — oserais-je dire, souveraine ? — m'ouvre les portes de la perception ; celles qui font accéder à une réalité invisible. Je peux enfin me reconnecter à une transcendance et tenter d'unir ce qui a été séparé dans l'obscurité de ma vie. Je prends conscience que j'ai vécu jusqu'alors sans reliance ni trajectoire.

Devenu mon compagnon de route philosophique, le texte du Yi Jing met en mots les manifestations à venir du réel, derrière les apparences du réel. Les synchronicités se multiplient comme autant de balises ponctuant l'indicible. L'interaction entre le consultant et l'oracle est en effet consubstantielle au Yi Jing. La réponse est le miroir de l'esprit et de la grande conscience universelle du Dao. Peu à peu et tout aussi inéluctablement, les prédictions avisées du Yi Jing me conduiront à évoluer du sentiment de victimisation, empreint d'impuissance et de déresponsabilité, à l'acceptation du rôle d'acteur. Au fil des ans, j'acquies une liberté grandissante. J'accède progressivement à un niveau de conscience salubre en m'affranchissant du brouillard des illusions. Le Yi Jing m'a délivrée et reliée.

Ses multiples traductions sont souvent des pavés d'érudition destinés à un public averti, sinon formé. La plupart du temps, le lecteur néophyte doit recourir à un intermédiaire pour sa compréhension, car il s'y heurte à un langage archaïque, allusif et touffu que l'on pourrait qualifier de « poétique ». Ce constat m'a convaincue de la nécessité de réduire le texte originel à sa quintessence, de le commenter simplement et clairement afin de le rendre accessible au plus grand nombre. Chaque hexagramme ou réponse est illustré par un cas ou situation type, issu de mes propres interrogations ou de mes consultations.

Puisse cette version concise éclairer le lecteur sur son chemin de vie, comme il m'a été donné de le faire.

PARTIE 1

LE *YI JING*, HISTOIRE ET MÉTHODE

QU'EST-CE QUE LE *YI JING* ?

En chinois, *yi* signifie soit « changement » ou « processus de mutation », soit « loi fixe ». En dépit de cet aspect paradoxal, le mot ne résiste pas à une analyse plus fine. Il suggère que la seule règle universelle est l'impermanence. En lui, réside toute la subtilité de l'esprit chinois qui nous enseigne l'instabilité de la vie, y compris dans les réponses de l'oracle qui ne sont pas toujours immuables. Cette philosophie imprègne les conseils que nous délivre le *Yi*, car rien n'est jamais définitivement acquis ou perdu. À la fois relativiste et positif, ce guide spirituel nous accompagne en toutes circonstances. Il nous aide à traverser au mieux les tempêtes de l'existence, en nous inspirant de sages décisions.

*De nos jours encore, aucun responsable
de la République populaire de Chine ne prend
une décision ou un rendez-vous d'importance
sans le consulter.*

Le second terme, *jing*, signifie au sens classique : « traité, canon, livre ».

Le Yi Jing ou Livre des transformations

Traduit dans la plupart des langues de tous les continents, le *Yi Jing* fait partie du patrimoine intellectuel de l'humanité.

*Par commodité, on utilise la forme courte – Yi –
pour désigner le livre, comme s'il s'agissait
d'un être animé.*

On compte plus de trois mille commentaires, exégèses et traductions. Cette inflation textuelle¹ est le plus souvent amputée de la dimension magique et primitive du texte originel. La version ici présentée aspire à en condenser la substance et à respecter son langage elliptique tout en éclairant ses apparentes obscurités.

L'Univers, la Nature et l'Humain observés pendant des millénaires alimentent et forgent le *Yi Jing*. Cette grande collecte d'archives divinatoires est considérée comme le plus ancien texte de la culture chinoise et aussi le premier de ses cinq grands classiques.

1. Zhou Yi, le *Yi Jing intégral* (370 p.) et Zhou Yi, *commentaires du Yi Jing intégral* (351 p.) de Zhou Jing Hong et Carmen Folguera aux Éditions You Feng. Zhou Yi est le nom premier du livre, appellation ignorée en Occident. Les deux noms (Zhou Yi et Yi Jing) sont indifféremment utilisés en Chine.

**UNE FASCINANTE MACHINE À CONNEXIONS...
DE VALEUR UNIVERSELLE**

Le *Yi Jing* est la base de cette civilisation, depuis les grands principes de la calligraphie jusqu'aux arts martiaux, en passant par la diététique.

L'ouvrage envisage tous les aspects possibles du vivant, son champ de significations est quasi illimité et représente la tentative la plus achevée que l'esprit humain ait élaborée pour décrire le réel.

Le livre des synchronicités

En Occident, le *Yi Jing* a captivé bien des esprits. Le psychanalyste Carl Gustav Jung s'est passionné durant plus de trente ans pour cette « technique oraculaire ou méthode d'exploration de l'inconscient ». Selon lui, le résultat d'un tirage révélerait une interdépendance entre des événements objectifs et l'état subjectif ou psychique du consultant. Un peu comme la physique quantique qui met en évidence l'influence de l'observateur sur l'objet observé...

Jung invente alors le concept de « synchronicité » pour dépeindre une coïncidence hautement signifiante qui se produirait en dehors de toute causalité. La réalité extérieure reflète donc la pensée. Ainsi, il est préférable d'éviter d'interroger le *Yi* dans un état de confusion ou de stress, car la réponse risquerait de nous paraître inintelligible... et pourtant, *n'importe qui, doté d'un peu de bon sens et de libre curiosité, peut entendre la réponse, malgré son langage archaïque, symbolique et souvent fleuri.*

Le plus vieux livre du monde...

Ses origines remonteraient au-delà des limites de l'Histoire, telle que nous pouvons la concevoir.

La tradition met en scène un héros de la Chine antédiluvienne, nommé Fu Xi et considéré comme le premier empereur légendaire. Il aurait vécu à l'époque néolithique (vers 6 000 av. J.-C. !) et aurait inventé le code des huit trigrammes, permettant de décrypter toutes les manifestations du réel.

Plus proches de nous, des découvertes archéologiques datant de la dynastie Shang (environ 1 500 av. J.-C.) ont mis au jour des omoplates de buffle et des écailles de tortue, portant des traces de leur passage dans le feu. Cette technique, nommée « scapulomancie », était utilisée par les devins qui brûlaient ces os jusqu'à ce qu'ils se craquellent. Les lignes produites étaient alors interprétées comme des oracles... ce sont les ancêtres des premiers pictogrammes chinois, on parle d'« écriture ossécaille ».

Zhou Wen Wang, le fondateur de la dynastie des Zhou (1 100 av. J.-C.), aurait poursuivi l'élaboration du Yi. On lui attribue la paternité des soixante-quatre hexagrammes, constitués chacun de deux trigrammes, structurant la totalité du *Yi Jing*.

Confucius lui-même (551-479 av. J.-C.) aurait complété l'écriture du texte et on murmure même que Lao Zi², son contemporain et père fondateur du taoïsme, l'aurait éclairé sur certains passages... Leur grande sagesse s'instille au fil des pages. Les valeurs d'humanité, de tolérance sont au cœur des enseignements du *Yi Jing*.

Le sens du « juste » concerne à la fois la justice et la justesse. La philosophie confucéenne insiste sur l'adéquation entre la parole et

2. Prononcer Lao Tseu.

les actes. Il s'agit de ne pas céder aux conflits d'intérêts, d'éviter les excès et l'insuffisance, de perfectionner la connaissance de soi et d'observer le *juste milieu*.

***Confucius se passionnait tant pour le Yi Jing
qu'à force de le lire et relire avec assiduité,
il en aurait brisé par trois fois les cordelettes
reliant les lattes de bambou sur lesquelles
le texte se déroulait.***

De nos jours, la naissance du *Yi Jing* fait encore débat entre les partisans de la tradition et ceux de l'Histoire. La démarche historique réduit l'approche traditionnelle au statut de mythe. Son approche rationnelle recouvre d'un voile conceptuel et réducteur le principe régulateur cosmique du *Yi Jing*, comme si l'autopsie d'un cadavre entraînait la dénégation des *dan tien*, ces champs énergétiques qui font l'homme, appelés aussi « champs de cinabre ». Accepter que la datation et les auteurs restent des mystères sans réponse, c'est déjà entrer dans le monde du *Yi Jing*.

COMMENT FONCTIONNE LE *YI JING* ?

LE YIN ET LE YANG : UNE DUALITÉ EN MOUVEMENT

Le *Yi Jing* a donné naissance au concept du *yin* et du *yang*, habituellement associé au diagramme circulaire noir et blanc, nommé *Tai Ji Tu*.



On dit que le *yang* – la section blanche – est le versant ensoleillé d'une montagne ou adret et le *yin* – la section noire – l'autre côté ou ubac. La différenciation entre l'ombre et la lumière est relative, car l'une n'existe pas sans l'autre.

Par essence, le *yang* est opposé au *yin* et le domine, tel le Ciel au-dessus de la Terre ou la Terre apparue après le Ciel. En réalité, ils

s'épaulent, s'équivalent et s'interpénètrent. Ils sont le symbole de l'interdépendance, de la constante interaction et transformation perpétuelle des éléments. Ces notions nous aident à appréhender le concept de vacuité, propre aux deux courants majeurs de la pensée chinoise, le taoïsme et le bouddhisme : rien n'existe en soi de manière intrinsèque, car tout résulte de causes et de conditions.

Les deux polarités sont en perpétuel mouvement et en perpétuelle mutation : quand le *yang* est à son extrême épuisement, il renaît, c'est l'œil blanc dans le noir. Quand il atteint son apogée, il amorce sa décroissance, ce qu'indique l'œil noir dans le blanc.

Yin et *yang* ne sont donc ni des états ni des attributs, car rien ne peut être qualifié de totalement *yin* ou de totalement *yang*, ce sont des tendances relatives qui dépendent d'un point de référence. Le soleil couchant disparaît en apparence pour notre hémisphère et son mouvement ascensionnel commence à minuit. Le langage dit bien « une heure du matin » malgré la nuit noire. Rien n'est tranché et tout est en nuances.

Quelques exemples de prédominance yin/yang

<i>Yin</i>	<i>Yang</i>
Lune	Soleil
Nuit	Jour
Féminin	Masculin
Obscurité	Lumière
Eau	Feu
Souplesse	Fermeté
Immobilité	Mouvement
Pesanteur	Légèreté
Conservation	Création
Réceptivité, passivité	Dynamisme
Stabilité	Changement
Intérieur	Extérieur
Bas	Haut

***Yin et yang sont les composants de l'univers,
l'origine de la matière, les deux emblèmes
indissociables de la totalité phénoménologique.***

Dans le Yi, yin et yang sont graphiquement représentés de manière épurée. Le yang prend la forme abstraite et condensée d'un trait plein ; cette ligne droite, parfaite, infinie et indéfinie, recèle tout, sans commencement ni fin. Le yin est figuré par une ligne brisée, évoquant la multiplicité des formes et la divisibilité des actions.

———
trait yang

— — —
trait yin

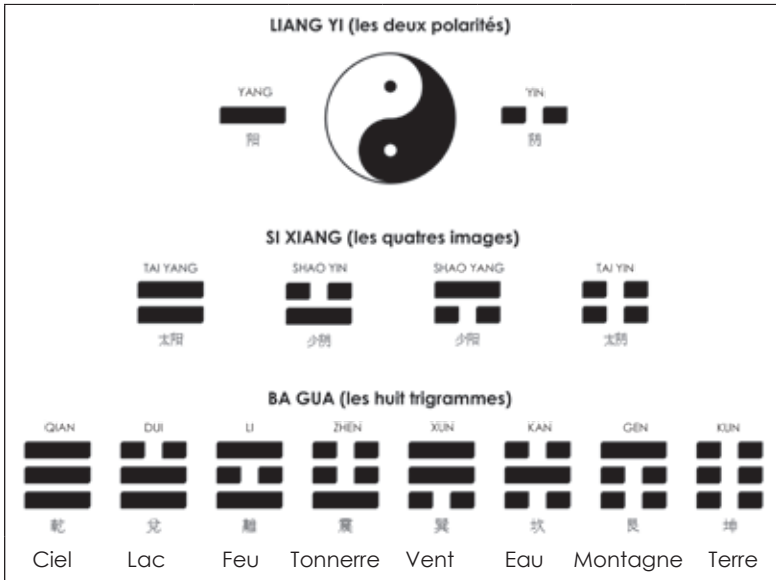
UN TRIGRAMME + UN TRIGRAMME = UN HEXAGRAMME

Deux traits – l'un plein, l'autre brisé – se substituent donc au diagramme noir et blanc du *Tai Ji Tu* pour en exprimer l'indissociable et complémentaire trajectoire circulaire. L'énergie du *Tai Ji Tu* est un perpétuel mouvement, générateur de transformations. Cette énergie engendre un doublement du trait initial, selon une alternance *yang/yin*. Il s'agit de la deuxième ligne du tableau ci-dessous qui fait apparaître les « bigrammes ». Cette dynamique toujours renouvelée va générer la troisième ligne. Le principe est le même : un troisième trait apparaît au-dessus de chaque bigramme. Ainsi naissent les huit trigrammes.

Ce tableau résonne comme un écho d'un autre texte ancien, le *Dao De Jing* de Lao Zi : « Le Tao engendre le Un, le Un engendre le Deux, le Deux engendre le Trois, le Trois engendre les dix mille êtres. »

Selon ce processus de duplications successives, le *yin* et le *yang* génèrent ces figures symboliques de trois traits superposés, nommés « trigrammes ». Au nombre de huit, ils auraient été inventés par Fu Xi, le héros civilisateur de la Chine dans la très haute Antiquité. Chacun de ces huit trigrammes porte un nom et englobe une partie des phénomènes existants. Ils constituent un véritable langage codé, permettant de décrypter l'ensemble des manifestations ou *les dix mille êtres*.

Les trigrammes



Le Yi pourrait être qualifié de sobre, si l'on considère seulement ses huit emblèmes ou trigrammes pour lire et dire la totalité de l'Univers. Mais chacun des huit trigrammes est lui-même un réservoir inépuisable d'images, il est donc associé à un nombre incommensurable d'attributs, car les corrélations sont, par essence, illimitées.

La pensée traditionnelle chinoise fonctionne par expérimentation éprouvée, par analogie de forme, mais aussi par association d'idées ou de manière énergétique et intuitive. Il s'agit donc d'abandonner les schémas de notre rationalisme et ses habitudes de logique qui tendent à trier, à soupeser, à classer. Pour entrer dans le monde du Yi, il convient d'en accepter certains postulats sans chercher le pourquoi du comment. La connaissance des trigrammes et de leurs associations n'est nécessaire ni pour interroger le Yi par la méthode présentée ici (voir « Consultation, mode d'emploi », p. 21) ni pour appréhender le texte et sa signification. Elle est requise pour d'autres

méthodes de tirage plus complexes, telles que la numérologie de la Fleur de Prunier qui utilise les images reliées aux huit trigrammes et le calendrier traditionnel chinois. Cette connaissance s'acquiert au fil du temps et suppose un intérêt prononcé pour la philosophie chinoise.

À L'ORIGINE, LE DAO

Le *Yi Jing* est donc fondé sur la complémentarité des deux polarités *yin/yang*. Leur interaction est source de toute vie et le reflet naturel des choses. Origine de la matière, les deux principes couvrent toute l'étendue du réel.

La cosmogenèse chinoise raconte qu'à la source première, il y a la *vacuité suprême*. Dans cet espace fondamental antérieur à toute manifestation – représenté par un cercle vide – s'élève l'énergie dite « originelle ». L'unité originelle existe sans différenciation en tant que point zéro absolu avant les notions d'espace-temps. C'est un état d'entièreté primordial, totalement subtil, qui ne présente aucune des propriétés de la matière. C'est un champ infini d'information fondamentale et structurelle sans forme aucune. À ce niveau absolu, c'est le Dao.

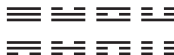
De cet état non duel jaillit un point qui concentre un incommensurable potentiel énergétique. C'est le stade du *Un primordial*, dans le monde invisible.

Le temps, l'espace et le mouvement vont étirer ce point-cœur pour engendrer le *yin* et le *yang*, symbolisés par le cercle noir et blanc des deux polarités (voir tableau plus bas) et par les traits, plein pour le *yang*, brisé pour le *yin*. Le mouvement perpétuel crée l'information de la gravitation et de la radiation, puis les particules, les atomes et l'énergie amorcent la différenciation *yin/yang*.

Dans la phase suivante, dite « des quatre images », le *yin* et le *yang* s'interpénètrent toujours davantage et poursuivent le processus d'évolution. À l'apogée de leur expansion, les traits sont complétés par un petit triangle signifiant la mutation en cours. Un trait dit « mutant » est arrivé à sa maturité maximale et nécessairement ne peut que se transformer en sa polarité contraire. Sa nature *yin* ou *yang* est en voie de mutation : un vieux trait *yin* mutant deviendra un trait *yang* naissant et inversement.

Le dernier stade d'évolution vers le visible ou le réel aboutit au monde physique de l'humanité, symbolisé par les *huit trigrammes* emblématiques ou *ba gua*.

Genèse du monde selon la cosmogonie chinoise

				
<i>Yi</i>	<i>Tai Ji</i>	<i>Liang Yi</i>	<i>Si Xiang</i>	<i>Ba Gua</i>
Vacuité originelle	Un primordial	Deux polarités	Quatre images	Huit trigrammes
0	1	2	4	8

PRÉSENTATION DES HUIT TRIGRAMMES

Vouloir dresser un catalogue exhaustif de toutes les représentations potentiellement corrélées aux huit trigrammes est impossible. Un survol permettra au lecteur de pressentir la profondeur infinie du champ d'application de ces principes.



Le trigramme **Ciel**, constitué de trois traits *yang*, symbolise le Père ou un homme âgé, mais également toute personne d'autorité (y compris de sexe féminin), quelqu'un ou quelque chose qui domine. Les dirigeants, les célébrités, les leaders lui sont associés. Le métal, de nature dure, est son élément. Des qualificatifs aussi divers que « brave », « fort », « rapide », « puissant », « vital », « actif », « créatif » le caractérisent. Dans le monde animal, un cheval, un lion ou tout animal imposant peuvent le représenter. Au niveau corporel, Ciel correspond à la tête, aux poumons, aux os. Les chiffres 1 et 6 lui sont liés. Certaines matières (l'or, la glace), certaines formes (ce qui est rond), certaines couleurs (le blanc, le rouge vif), certaines données temporelles (la fin de l'automne, le début de l'hiver, les tranches horaires de 19 heures à 23 heures, un temps climatique clair, froid ou sombre) et certains espaces ou lieux (une capitale, un grand pays, un édifice public ou encore un bâtiment imposant) sont également associés à ce trigramme.



Le trigramme **Terre**, formé de trois traits *yin*, est apparenté à la Mère, l'épouse, une femme adulte ou une femme mûre ou encore populaire. Synonyme de « nourriture », « accueil », « protection », la Terre donne forme, elle enfante et mène à terme. De nature douce et patiente, elle semble réceptive, dévouée, endurante, docile, équilibrée et multiple. Ces qualités sont figurées par le vide central entre les traits, symbole de la capacité à recevoir (et à donner) ; la multitude est représentée par le nombre de petits traits. Sa forme est carrée, sa matière – le tissu – recouvre et protège. La jument est un des animaux qui la représente. Le ventre, la rate, l'estomac et la

chair lui correspondent. La Terre évoque la campagne, un village, un foyer, une maison ou encore un lieu ombragé.



Dans la famille des huit trigrammes, **Lac** – deux traits *yang* sous un *yin* – est la fille cadette et représente une jeune fille ou bien une concubine. Le dynamisme des deux traits *yang* en dessous cherche à s'extérioriser vers le haut. Lac symbolise la réjouissance et l'enthousiasme ; les qualificatifs « heureux », « rieur », « bavard », « élégant » le caractérisent. Les parties du corps sont la bouche, la langue, la salive et, par association, tout ce qui transite par la bouche (l'enseignement oral, le discours, la parole en général).



Le trigramme **Feu** – un trait *yin* au milieu de deux traits *yang* – est lié au soleil, à la chaleur, à la sécheresse, à la lumière, à la clarté et, par extension, à la lucidité, la compassion, la cohérence. Les deux traits *yang* de part et d'autre sont comme les paupières inférieure et supérieure autour de l'œil. Les yeux, le cœur et le thorax, les animaux à la fourrure ou au plumage flamboyant relèvent de ce trigramme.



Le trigramme **Tonnerre** – un trait *yang* surmonté de deux *yin* – est placé sous le signe de l'agitation, voire de la commotion. Il ébranle, secoue, stimule. Le trait *yang* du bas contient une énergie prête à jaillir en force. Tonnerre est le trigramme du mouvement, de la mise en route (les pieds qui nous servent à marcher et le foie, organe du renouveau de l'énergie printanière, lui sont corrélés). Comme son