

# Méditation

## sur un hexagramme

La richesse du Yi Jing est telle que nous pouvons l'aborder sous de multiples angles puisqu'il englobe la totalité du Jeu de la Manifestation.

Nous vous invitons ici à aborder le Yi Jing comme support de méditation, à travers l'exemple du vingt-troisième hexagramme, *Bo* : l'Usure, le Dépouillement.

par Ailing Kuang

Cette méditation se réalisera en deux phases, l'une externe, l'autre interne, c'est-à-dire que par notre regard sur l'hexagramme, nous obtiendrons une lecture de la réalité, puis par l'intégration de l'hexagramme à notre être, nous pourrions espérer un éveil à la réalité.

### Posture et méditation

Nous adopterons une posture de rigueur, cela signifie une posture où le corps est justement étiré entre Ciel et Terre, c'est pourquoi nous utiliserons l'hexagramme 1, *Kien* : le Ciel, et l'hexagramme 2, *Kun* : la Terre, comme encadrement fondamental lors de chaque méditation.

Puis nous visualiserons à l'intérieur de notre bassin un vase alchimique dans lequel se mêlent l'Eau et le Feu, soit les hexagrammes *Kan* et *Li*. Rappelons que nous pouvons organiser nos méditations par journée, mois etc., selon notre état personnel.

### Lecture de l'hexagramme *Bo*

Nous contemplerons ici l'hexagramme du 9e mois, soit le *gua* (trigramme) 23, *Bo* : l'Usure, le Dépouillement.

En un premier temps, nous comprenons ce *gua* dans son influence externe. Tout d'abord, regardons cet hexagramme qui est formé du trigramme de la Terre : *Kun*, surmonté par celui de la Montagne : *Gen* (voir en bas de page). La Montagne touche la Terre par laquelle elle est attenante, c'est l'image symbolique de la destruction.

Cet hexagramme est constitué de cinq négativités   et d'une seule positivité  ; la négativité commence par le bas, elle augmente jusqu'à son extrême limite. La troupe des négativités use la positivité; soit sur le plan collectif, le règne de la quantité, car la négativité grandit tandis que la positivité s'évanouit. La signification sur le plan de l'ensemble auquel nous appartenons est que les inférieurs sont la base des supérieurs, et les bases mêmes sont susceptibles de déclin, c'est pourquoi le déclin chez le supérieur trouve son explication dans l'inférieur. Le dessous s'use, le dessus est en péril. Voilà pourquoi ce *gua* est un signe d'alerte, il met en garde contre la montée des dangers.

1<sup>er</sup> trait hexaire :  

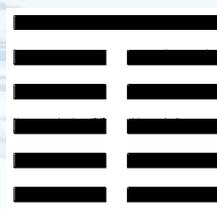
Le mal et l'erreur envahissent la droiture, voie rationnelle de la destruction.

2<sup>e</sup> trait hexaire :  

Accroissement de la destruction de la droiture.

3<sup>e</sup> trait hexaire :  

Absence de culpabilité, car il est difficile d'éviter les conséquences des conditions existantes.



4<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

Le corps est atteint, car la voie de la pureté est atteinte.

5<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

Celui qui dirige l'ensemble des négativités est atteint. A l'extérieur, le prince est atteint, à l'intérieur l'âme est atteinte. Le Sage doit inviter au retour au bien.

6<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■■■■

La voie de la positivité ne peut jamais périr. Le dépouillement est tel que l'homme inférieur n'a rien pour s'abriter. Quand l'extinction et la destruction sont à leur comble, l'homme pense à s'ouvrir à l'ordre et à la régularité.

Cet examen du *gua Bo*, qui nous permet de mieux comprendre la réalité d'aujourd'hui, nous conduit à une remise en question quelle que soit notre place dans la société, et si l'on est dans l'esprit du Yi Jing, au retour vers la voie rationnelle de la vertu.

## Intégration en soi

Ce chemin étant suivi, le méditant peut emprunter la voie intérieure. Bien évidemment, ce voyage dans l'interne se fait du point de vue du "Saint-Sage" qui est en devenir en nous.

Par le souffle, à l'aide du trigramme inférieur, nous constituons notre Terre, tandis que le trigramme supérieur nous permettra d'accéder à la Montagne de notre âme.

La tradition donne à ce *gua* l'usure, la destruction du lit comme synthème. Rappelons que le lit chinois ancien était une sorte de cube fermé par des courtines, où se reposaient "le corps et les âmes". Dans notre vase alchimique, nous allons par le souffle consumer ce "cube symbolique".

1<sup>er</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

Lentement, le méditant brûle la foule des négativités qui sont en lui. Cette troupe présente pour chacun d'entre nous des caractéristiques différentes.

2<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

Avec droiture, attiser le feu qui brûle les négativités.

3<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

Consumer la culpabilité.

4<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

Brûler le corps même des négativités.

5<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■ ■■■

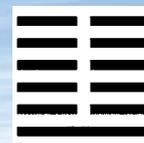
Brûler le supérieur : la volonté perverse.

6<sup>e</sup> trait hexaire : ■■■■■■

La positivité unique représente les fruits de l'action dont nous ne devons pas jouir pour que la positivité continue.

Si nous poursuivons l'alimentation du feu, nous obtiendrons la mutation de l'hexagramme, soit le *gua* 24, Fu : le Retour (ci-contre).

Ce *gua* représente la Terre enfermant la Foudre en son sein, ceci est l'image symbolique de l'Eveil.



### Ont participé à ce dossier :

Cyrille J.-D. Javary ; Delphine L'huillier ;  
Dominique Radisson ; Ailing Kuang ; Arnaud Mattlinger

### A lire :

*Il existe des dizaines de livres consacrés au Yi Jing, de près ou de loin. Tous les éditeurs en possèdent au moins quelques-uns dans leur catalogue. Une recherche sur internet auprès des grands libraires en ligne comme Alapage ou Amazon donne plus de 70 réponses en langue française!*

*Il est donc difficile d'en recommander particulièrement un, ou même quelques-uns. Le Yi Jing étant de portée universelle, que chacun cherche et - espérons-le ! - trouve l'exemplaire qui lui soit adapté, en fonction de ses propres orientations (approfondissement culturel, méditation, thérapeutique...) ou laisse opérer ...le hasard!*

**Sites web :** deux sites francophones d'explications et de tirage du Yi Jing en ligne :

<http://www.iching.org/>

<http://www.yi-king.net/>

### LIENS GTAO :

Gtao n°9 : Yi Jing, la trame du Tao P. 53

Gtao n°11 : calligraphie, miroir de la société chinoise P. 40

Gtao n°17 : Du big bang à notre santé, le Tao comme si vous y étiez P. 18