

# L'esprit du Printemps

## Quand l'énergie du printemps commence à se faire entendre...

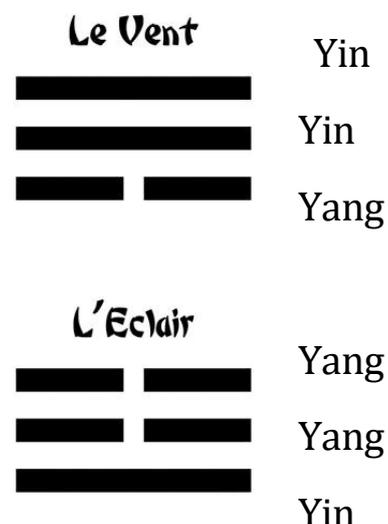
L'esprit du printemps s'incarne chaque année et selon le calendrier de la médecine chinoise du **15 février au 28 avril**. La nature s'éveille après un profond hiver, après le long silence glacé de l'hiver. Il est dit dans les textes anciens : « tous les êtres prennent naissance, les germes et les bourgeons font leur apparition ». Le printemps est une période de montée de la sève pour les arbres, de germination des graines, de floraison, de dissémination des pollens, la nature renaît et avec elle l'homme aussi. Tout s'extériorise. La nature et l'homme s'éveillent !

Le printemps s'accompagne d'un changement de climat. Le vent amène la douceur, un redoux du climat. Les Chinois associent le tonnerre et le vent en tant que manifestations de ce changement de saison. Le tonnerre symbolise la promptitude, comme l'éclair, c'est le mouvement le plus rapide de la nature, le plus efficace capable de réveiller la nature. Indécis, il change de direction et provoque de brusques transformations.

### Les emblèmes du printemps :

- L'image du bourgeon prêt à éclore.
- Les trigrammes (base Yin et Yang) représentant l'éclair et le vent.

Le bourgeon prêt à éclore !



## L'énergie du Bois

Le vent est l'énergie spécifique du printemps, qu'il provoque ou non l'orage. C'est lui qui exprime la qualité de l'énergie printanière reliée à l'élément Bois.

Tiède, le vent sème la vie puisqu'il transporte les pollens.

Lorsqu'il se lève, le vent balaye tout sur son passage.

Il évoque le changement. Il souffle un vent de révolution !..



Cette expression est une belle illustration de cette énergie nouvelle qui se lève. Le vent est changeant, il tourbillonne en brusques variations imprévisibles.

Dans la nature l'énergie du Bois résonne, s'inscrit dans les plantes, les saveurs, les aliments. Elle s'incarne à travers la couleur verte, la saveur acide, l'animal du Dragon, la planète Jupiter, les aliments des fruits.



### Le printemps : saison de renouveau !

Pour les chinois, l'hiver est une saison de repli, de méditation, de recentrement. La graine enfouie tout l'hiver au fond de la terre au repos va ensuite se déployer au printemps. Saison d'extériorisation, c'est une embellie, un soulagement, une allégresse que de sentir cette énergie. C'est le début de la saison des amours, celle chantée par les poètes !

Dans le livre ancien *Nei Jing Su Wen*, le printemps est décrit ainsi :

*« L'univers est en gésine (prêt à accoucher) et la création dans son éclat. On se couche tard, on se lève tôt, on sort de sa demeure, on dénoue sa chevelure, on se met à l'aise, on goûte la vie. C'est l'époque où la vie se donne, ne se retire pas ; on s'offre, on ne pille pas ; on récompense, on ne châtie pas. La voie (Tao) répondant au printemps est de soigner la naissance ».*

**La voie du Tao au printemps est de soigner la naissance !...**

Accueillir le printemps, c'est accueillir le renouveau dans la nature et en soi. L'esprit de l'homme est neuf, capable d'envisager de nouveaux projets, pour soi-même comme pour la communauté.

## Le printemps de notre existence

L'être humain traverse lui-même une période correspondant au printemps de sa vie : son enfance et adolescence. Cette période est une période d'éveil sensoriel, émotionnel et affectif. Cet âge est magique, plein de promesse et de vulnérabilité. La personne ne s'est pas encore construite complètement, ce sera le rôle de la maturité. Au printemps de notre existence les crises émotionnelles sont parfois aussi violentes comme des coups de tonnerre, la foudre et changeantes comme le vent. Nous sommes capables à cet âge de révolte, de refuser les idées reçues, ou de défendre un idéal pour créer un nouveau monde. C'est de toute façon un moment de la vie où le nouveau prend le pas sur l'ancien !



## Le Bois dans notre corps

L'énergie du Bois s'incarne dans la nature et à aussi à travers notre corps.

Il existe une énergie pour chaque saison, un Qi pour chaque saison. Le Qi naturel du printemps est la naissance, il précède celui de l'été, la croissance, puis celui de l'automne, la récolte, et enfin l'hiver, la conservation. Ce Qi naturel se reflète aussi dans l'homme.

Le printemps correspond à l'énergie du Bois, une énergie qui émerge de sous la terre. De l'énergie de l'eau profonde et souterraine, celle qui a creusé en nous nos racines, celle qui a nourri les Reins nous permettant de passer à travers l'hiver froid et rigoureux ; nous passons progressivement en ce moment à l'énergie plus tonique et dynamique du Bois. L'eau nourrit le Bois. Du germe de l'hiver, des racines, émerge un nouveau printemps, un renouveau de la végétation et de tout notre corps, physique et psychique.

Cette énergie printanière s'incarne dans notre corps à travers les organes du Foie et de la Vésicule Biliaire. D'abord présentons les organes clefs, emblèmes de l'énergie du printemps : le Foie et la Vésicule Biliaire. Ce couple Yin/ Yang, l'organe plein du Foie et organe creux ou viscère de la Vésicule Biliaire, assurent des rôles majeurs dans le corps.

L'homme, la nature, l'univers sont en correspondances, en interaction.

## Le printemps, saison de toutes nos transformations !

Le printemps est un jaillissement, un déploiement : l'homme et la nature se transforment pour une nouvelle naissance. La nature est balayée par le vent transportant les pollens, les orages, le tonnerre et la foudre.

Les plantes sortent de sous terre et les bourgeons prêts à éclore nous annoncent une évolution, une révolution intérieure, un élan vers la vie !

L'homme au printemps de sa vie connaîtra cette énergie d'éveil qui traversera tout son corps lui amenant un esprit et un corps neuf. Cette énergie du vent, du tonnerre ou de la foudre est reliée à l'élément du Bois.

L'énergie du Bois printanière est dirigée vers le haut et l'extérieure, c'est une manifestation d'émergence, d'extériorisation de soi vers le monde.

Cette énergie du Bois se manifestera dans le corps humain à travers des fonctions du Foie et de la Vésicule Biliaire.

