

## Les cinq éléments et leur maîtrise : Conseils « alchimiques » pour plus de bien-être.

Certains philosophes grecs présocratiques, comme *Pythagore*, ont émis une théorie suivant laquelle les substances composant le Monde seraient constituées, en plus ou moins grande quantité, à partir d'un, ou plusieurs, des quatre éléments suivants : la Terre, l'Eau, l'Air et le Feu.

Chacun de ces éléments aurait sa nature (son « essence ») propre (chaud, froid, humide, ou sec), ses caractéristiques dynamiques, ect.

*Aristote* ajoutera un cinquième élément (ayant donc lui aussi son essence propre...la « quinte-essence »): l'éther, dont il fait le plus élevé, l'assimilant au ciel et au mouvement circulaire éternel et parfait des astres.

Cette « piqure » de rappel philosophique, nous permet de voir que la recherche d'un lien équilibré, dans une dualité naturelle permanente, entre l'homme et les éléments qui l'entourent, est une quête qui remonte « à la nuit des temps », et que la démarche initiée en cosmologie chinoise, et en Feng Shui, plusieurs siècles avant l'ère chrétienne, à des milliers de kilomètres des côtes grecques, est loin d'être qu'une simple vue de l'esprit empreinte de croyances mystiques et ésotériques attachées à un continent.

Les cinq éléments retenus dans la cosmologie traditionnelle chinoise sont : le feu, la terre, le métal, l'eau et le bois.

Dans un premier temps, il a été retenu une propriété dynamique caractéristique de chacun des éléments, pour catégoriser symboliquement les objets et les phénomènes du monde naturel dans leur relation à l'homme ; puis cette démarche s'est étendue par la création de cinq classes liées entre elles, s'exprimant de toutes les façons possibles et se combinant à l'infini, dans une vision holistique « du micro et du macro »-cosme.

Ces cinq éléments sont de force égale, ont chacun une fonction précise, et occupent une place fixe les uns par rapport aux autres. Tout cela s'inscrit dans des cycles immuables de manifestations :

- l'un de création (rotation dans le sens des aiguilles d'une montre), où chaque élément alimente le suivant et se nourrit du précédent : le bois nourrit le feu, qui nourrit la terre, qui forme le métal, qui enrichit l'eau, qui nourrit le bois.
- l'un de destruction, lorsque l'élément « créateur » précédent est absent (par exemple l'eau détruit le feu si le bois est manquant)
- l'autre de réduction (rotation dans le sens inverse des aiguilles d'une montre) et de tempérance permettant d'absorber une présence excessive d'un élément plutôt que de le détruire (par exemple, la terre réduit le feu et contrôle le conflit possible entre le métal et

le feu)

En rapprochant cette étude de celle du Yin et du Yang (voir publication précédente), nous pouvons en arriver à la conclusion que notre environnement est mouvement et par voie de conséquence générateur d'énergie.

Cette énergie s'appelle « le Qi »

De la nature équilibrée (yin/yang) de l'interaction entre les cinq éléments, et du respect des cycles, dépendra la qualité de cette énergie et donc l'optimisation de notre réussite et de notre bien être

Neutre au départ, cette énergie va se trouver modifiée en fonction des configurations (forme du bâtiment, distribution des pièces, organisation de l'espace,...), de la qualité environnementale (chaleur, humidité, pollution visuelle, sonore, atmosphérique,...), de l'activité humaine particulière (chaque métier, procède d'un ou plusieurs éléments pouvant s'influencer mutuellement par la proximité dans un espace donné), qu'elle va rencontrer durant son trajet.

Le cycle des cinq éléments (des cinq transformations) peut être considéré comme le lien entre les différentes théories développées en Feng Shui.

Les éléments, associés aux couleurs, formes et objets occupant l'espace où se déroule une activité quelconque :

- sont non seulement à même d'influer sur la qualité et le dynamisme de l'énergie propre à cette activité
- mais encore de nature à influer sur la qualité et le

dynamisme de l'énergie personnelle des occupants du lieu.

Nous sommes en conséquence influencés dans une certaine mesure au moins par nos voisins immédiats, et nous les influençons de la même manière ; ce qui peut nous pousser à rechercher « la formule » permettant de garder à la fois de bonnes relations de voisinage et une vie dynamique et sereine.

Cette « alchimie de la réussite, du bien-vivre et du bien-être » peut être obtenue par le respect des principes qui viennent d'être évoqués (yin/yang et cinq éléments), et de méthodes d'analyse permettant de déterminer les énergies naturellement présentes en un lieu, afin de les fusionner harmonieusement pour les sublimer.