

Les différentes qualités de la Modalité Bois

Lors de précédents articles de la Newsletter d'AGAPE, nous avons évoqué les cinq modalités :

- Bois, énergie du printemps
- Feu, énergie de l'été
- Terre, énergie de l'été indien ou de la saison intermédiaire
- Métal, énergie de l'automne
- Eau, énergie de l'hiver

Chacune de ces modalités, prise séparément, a ses qualités propres. Mais dans la nature, rien n'est dissocié. C'est ainsi que, de même que les saisons se succèdent, les modalités s'engendrent.

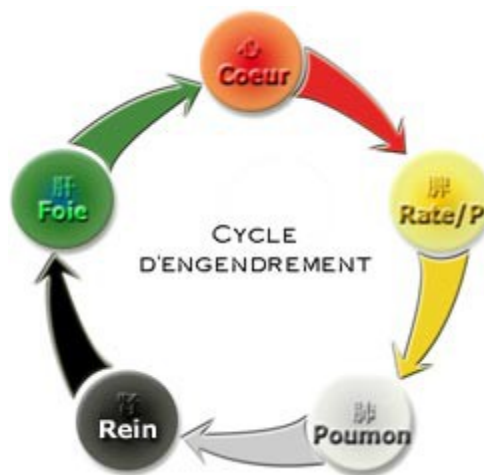
La loi d'engendrement

Prenons l'exemple du végétal pour illustrer cette loi :

Les racines puisent dans les profondeurs du sol les nutriments, et l'eau dont il a besoin (modalité Eau). Puis le végétal pousse (modalité Bois), croît et prospère (modalité Feu). Il produit des fruits que l'on récolte (modalité Terre). Les feuilles tombent, la sève se retire des extrémités (modalité Métal). Le végétal se met au repos, dans l'attente de la saison suivante (modalité Eau)

Chez l'homme, nous pouvons transposer cela en observant les différents âges de la vie ;
La conception, la gestation (Eau), la croissance (Bois), le rayonnement (Feu), la maturité (Terre), la sagesse (Métal) et enfin la mort (Eau).

Rappelons aussi que chaque modalité s'inscrit dans le corps dans un organe de prédilection.



Aujourd'hui, à l'occasion de l'atelier 'Qi Gong du Printemps – 2014', nous allons approfondir ce thème.

A l'image du Yin et du Yang, toujours changeant, se mariant à l'infini, chacune des modalités est en transformation.

Chacune des modalités contient les qualités, les nuances de la totalité des modalités.

Ainsi, pour la modalité Bois, qui s'incarne dans le végétal, nous retrouverons les qualités Bois, Feu, Terre, Métal et Eau :

- Le Bois c'est ce mouvement ascendant en **spirant** de la jeune pousse qui s'élanche vers la lumière et la croissance
- Le Feu, c'est **l'explosion** de la végétation, du feuillage.
- La Terre du végétal est sa **substance** même (le tronc, les feuilles),
- Le Métal, est ce qui **protège** le végétal, son écorce.
- L'Eau est représentée par ses **racines** qui plongent profondément dans le sol, ce qui vient la nourrir à partir des profondeurs.

A l'occasion de cet atelier, nous vous proposons de vous laisser guider par votre ressenti et vous positionner face aux différentes nuances de verts du plus tendre au plus foncé....

L'essence du Bois, c'est l'action, la mise en mouvement.

Sous cet angle, voici quelques propositions de nature d'action en tenant compte de la sous modalité :

- **Bois du Bois** : avoir une action **déterminée, tranchée**
- **Feu du Bois** : avoir une action qui permet de **rayonner**, qui donne de la **joie**
- **Terre du Bois** : avoir une action **nourrissante**, une action qui **stabilise**
- **Métal du Bois** : savoir dire **oui**, savoir dire **non**. 'Que ton oui soit ton oui, que ton non soit ton non, le reste n'est que le malin'.
- **Eau du Bois** : avoir une action qui **ressource**. Une action **fluide**. Etre **adaptatif**

Quel est l'aspect qui vous manque ? Quel aspect avez-vous besoin de mettre en valeur ?

Retenez les mots clés pour vous guider : détermination, rayonnement, joie, stabilité, être nourri, savoir dire oui/non, se ressourcer, s'adapter.