



## CORPS-ESPRIT

# LES CLÉS DU BIEN-ÊTRE AVEC LE CALENDRIER TIBÉTAIN

L'influence de la lune sur les marées, les cultures et le psychisme des êtres n'est plus à démontrer. Bon nombre d'entre vous suivent déjà les conseils référents au jardinage avec beaucoup de succès. Mais connaissez-vous vos potentiels au jour le jour ? Le calendrier tibétain vous en donne les clés, saisissez-les !



**C**haque jour porte une énergie différente propre aux événements qui s'y déroulent. S'il est hasardeux de prétendre connaître l'avenir dans le marc de café ou dans les gouttes d'huile, il devient tout à fait possible d'envisager l'inconnu dans les meilleures conditions qui soient au moyen de la sagesse ancestrale. Cela fait partie des possibilités d'actions intelligentes exercées avec succès depuis des siècles pour accéder au bien-être. Le calendrier tibétain vous livre les secrets d'un mode de vie en accord avec les rythmes de l'univers.

## UNE BOUSSOLE DANS L'ESPACE-TEMPS

Basée sur l'interdépendance reliant toutes choses, les êtres, la terre et les autres planètes, cette boussole de vie prend ses marques à partir de celles induites par le mouvement lunaire. Les déplacements

dans l'espace font se croiser l'énergie des **quatre éléments** : Feu, Terre, Air et Eau qui, suivant leurs aspects journaliers, produisent des répercussions dans le temps du vivant. L'espace est considéré comme le **cinquième élément** servant de contenant à l'inscription du temps.

## COMMENT ÇA MARCHE ?

La lune engendre des cycles de **douze ans** en correspondance avec les **12 animaux symboliques du zodiaque chinois** : Rat - Buffle - Tigre - Lièvre - Dragon - Serpent - Cheval - Brebis - Singe - Oiseau - Chien - Sanglier.

Ces 12 animaux accomplissent leurs fonctions au travers des 4 éléments principaux : Feu - Terre - Air - Eau.





Ces mêmes éléments sont adoptés par les conceptions médicales tibétaines qui prennent en compte l'individu au sein de l'univers dont il fait partie intégrante.

Tenant compte de cela, le calendrier tibétain fixe le premier jour de l'année au début du printemps selon des calculs qui peuvent sembler très compliqués, car sans mesure commune avec les références occidentales, mais qui reposent tous sur les mouvements de la lune. Par exemple, le 15<sup>e</sup> jour du mois tibétain indique toujours la pleine lune et le 30<sup>e</sup> la nouvelle lune ou lune noire. Au Tibet, la semaine commence le dimanche et chaque jour de la semaine possède un caractère qui lui est propre. De ce fait, l'énergie du jour influence le succès de certains types d'activités et d'autres pas. Et c'est en cela que le calendrier tibétain révèle toute son utilité. N'oubliez pas pour autant qu'il y ait risque de se perdre dans le flou d'un brouillard exotique, il n'en est rien. Que l'on y croit ou non, n'est-il pas mieux de faire ses choix sous de bonnes influences annoncées ?

### UN APERÇU D'ORDRE GÉNÉRAL

• **Le dimanche** est placé dans le rayonnement solaire qui fait briller et met en valeur les dirigeants, les chefs et toutes les personnes qui ont une certaine importance.

Tout ce qui est accompli ce jour-là comme le couronnement d'une situation, réunit toutes les chances d'être validé et apprécié par l'ensemble. C'est donc un jour favorable à la réussite.

D'un autre côté, certains actes ne doivent pas être engagés le dimanche, tels : se marier, planter des arbres, déménager.

• **Le lundi** est placé sous le sceau de l'âme des femmes.

C'est le moment d'utiliser l'énergie de l'eau pour effectuer des pratiques de purification, pour irriguer un terrain, pour semer et planter des arbustes et des fleurs.

C'est un bon jour pour embellir l'environnement, pour décorer sa maison et pour faire une fête. Les actions entreprises le lundi auront la chance d'être glorieuses.

En revanche, il faudra éviter de voyager ce jour-là, de faire des serments et tout ce qui est relatif à la mort, obsèques, visites au cimetière, rites, etc. devra être reporté à un autre moment.

• **Le mardi** est placé sous le sceau de l'âme des hommes.

Il favorise les guerriers, les actions militaires, idem au niveau du simple commandement qui engage un challenge, par exemple les matchs sportifs, etc. C'est un excellent jour pour solliciter un prêt, fonder une famille, entrer dans une nouvelle maison.

Il ne serait pas de bon augure d'engager quelqu'un pour un nouveau travail ce jour-là ni pour faire du commerce. Il n'est pas favorable à la conclusion d'accords importants ni à l'accueil chez soi d'une nouvelle personne.

• **Le mercredi** est un jour très positif comportant peu d'éléments énergétiques défavorables.

La chance favorise les engagements de tous genres, les activités artistiques, la construction d'une maison, les semis et les plantations, les voyages et tout ce qui est relatif au sacré, un pèlerinage et toutes les pratiques spirituelles. Le mercredi est favorable aux actes médicaux et chirurgicaux et aux cures de santé. Toutes les actions positives accomplies ce jour-là porteront des fruits hautement bénéfiques.

Ce n'est pas un jour propice à la séparation ou au renoncement à quelque chose. Il vaut mieux éviter le changement le mercredi.

• **Le jeudi** est un jour profondément spirituel qui favorise la prière, la méditation, le recueillement en général, mais aussi l'action altruiste. C'est le jour de l'âme des moines, des prêtres et de tous les religieux. Le succès sourira au conférenciers, aux enseignants et aux magistrats qui défendent une noble cause.

C'est un bon jour pour porter une nouvelle bague et des vêtements neufs. Mais aussi pour travailler la terre, préparer des médicaments, faire une exposition et en général pour développer des actions nobles allant du plus petit service rendu avec humilité et compassion aux actes les plus glorieux extérieurement.

Éviter cependant de construire le toit d'une maison, de confier son animal familier à un proche, de développer un talent ce jour-là.

• **Le vendredi** est le jour du pouvoir. Il est bon ce jour-là d'engendrer beaucoup de gratitude envers les protecteurs, les mécènes, les instructeurs, bref, tous ceux qui permettent d'accéder à un niveau d'évolution supérieure.

C'est un bon moment pour se fiancer, se lier d'amitié, donner un titre ou un nom à quelqu'un ou à une entreprise, et tout ce qui concerne les travaux, surtout s'ils ont un rapport avec le domaine spirituel.

Il faut à tout prix éviter les conflits, les revendications et quelques disputes que ce soient.





- **Le samedi** est le jour de l'âme des enfants.

Il est très propice à la construction d'une maison et à tous les travaux en relation avec l'eau comme creuser un puits ou plus simplement arroser son jardin. Jour favorable à l'adoption des animaux et aux activités dans la nature.

Il faudra éviter de se vanter ce jour-là ou de vendre la peau de l'ours avant de l'avoir tué. Il n'est pas favorable de confier ses clés ou de conclure un accord.

Le samedi doit être réservé aux activités sans conséquences, le climat doit rester léger, souple et riant, sans engagement particulier.

### LES DONNÉES PERSONNELLES AVEC LES MEWA ET LES PARKA

Le calendrier tibétain devient surtout intéressant lorsqu'il dévoile les aspects personnels bénéfiques à chacun mais, pour cela, il faut entrer dans davantage de complexité. C'est là qu'interviennent les *Mewa*

qui tiennent compte du rapport existant entre votre année de naissance et l'élément énergétique du *Mewa* du jour, c'est-à-dire l'influence de son énergie.

Quant aux *Parka*, ils constituent l'ensemble de votre date de naissance, de l'animal qu'il représente et de l'influence des éléments. Ainsi, entre l'évaluation générale et l'évaluation personnelle, vous réunissez toutes les chances d'équilibrer votre potentiel de réussite tout en évitant les obstacles préjudiciables.

### UN AGENDA DE LA SAGESSE

Le calendrier lunaire tibétain est destiné à vous permettre d'**accéder au quotidien à une vie sereine en prenant soin de vous**. Il vous offre les moyens de vivre avec vous-même et avec les autres, joyeusement et en bonne entente.

Mais attention, ne croyez pas qu'il soit suffisant de le consulter pour aller vraiment bien. Comme vous le savez déjà, c'est vous et rien que vous qui tenez les rênes de votre existence pour la mener vers le bonheur ou la souffrance. Alors, comme le conseillait le grand maître tibétain Lama Thoupten Yeshé : *"Faites de votre esprit un océan de sagesse."*

Davina Delor

### PRATIQUER LES AUTOMASSAGES

- En automne, l'énergie immunitaire doit être stimulée. À l'aide de vos doigts réunis, exercez de vives et rapides percussions le long et de chaque côté du sternum en montant et descendant une dizaine de fois. La stimulation positive résulte de l'augmentation de la circulation par effet de chaleur à la surface de la peau. Ne vous en privez pas.

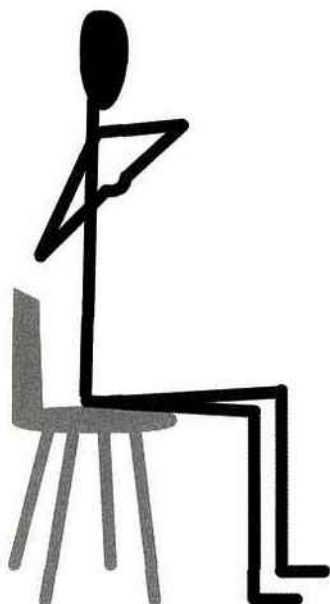


Illustration : Pascale Barithel

### À DÉCOUVRIR

- *L'Agenda 2017 de la sagesse* de Davina Delor aux éditions Dangles. Format 15 x 21 cm. 160 pages. 13,95 €.

