

## Les Énergies du Mois de Novembre 2025 : Entre Eau et Feu

### Le Cochon et la Flamme Intérieure

Le mois d'octobre marque la rencontre entre l'eau, représentée par le cochon, et le feu symbolisé par le caractère 丁亥. Le cochon, animal profondément intuitif et humble, est naturellement porté à se mettre au service des autres. Durant cette période, il oriente cette énergie altruiste vers notre développement intérieur, invitant à un retour à nos valeurs fondamentales. En novembre 2025, du 7 novembre au 6 décembre, le cochon est stimulé par la présence du feu de la flamme intérieure. Ce feu yin, en s'associant à l'énergie du cochon, crée une alchimie interne unique. Grâce à la nature propre du cochon, cette énergie se transforme pour nourrir sa propre flamme intérieure.

### L'Hexagramme du Mois : L'Hexagramme 16

L'hexagramme associé à cette période est le numéro 16, représentant le tonnerre (foudre) sur la terre. Il symbolise la renaissance de l'enthousiasme en cette fin d'année du serpent, placée sous le signe de l'élément feu. À l'image de la foudre qui éclaire soudainement la nuit, cet hexagramme suggère que la joie constitue le moteur de notre existence. Reconnaître l'importance de cet état d'être nous nourrit en profondeur.

### Méditations et Gratitude

Ce mois est idéal pour pratiquer la gratitude : remercier la terre qui nous nourrit, honorer nos ancêtres et exprimer de la reconnaissance envers notre corps, pilier de nos expériences dans cette incarnation. Nous entrons dans une période de trois mois gouvernée par l'élément eau, propice à la connexion à l'inconscient collectif. Toutes les pratiques favorisant le lien avec la Terre et le Ciel sont à privilégier, car elles encouragent l'ouverture du cœur, siège de l'âme humaine. Pour amplifier les bienfaits de ces énergies, il est recommandé de s'orienter sur l'axe Sud-Est – Nord-Ouest, avec le dos tourné vers le Sud-Est.

### Synergie d'Huiles Essentielles pour le Mois

Pour tirer le meilleur parti des énergies de ce mois, une synergie de trois huiles essentielles est proposée : bois de santal, cyprès et litsée citronnée. Ces huiles peuvent être utilisées en diffusion lors des méditations, ou appliquées en massage sur les pieds et la région de la poitrine, diluées à raison de 1 à 2 gouttes dans une huile végétale.

- Bois de Santal (élément bois) : Cette huile essentielle nous relie à nos racines et renforce la confiance en notre capacité de résilience et d'adaptabilité face aux épreuves. Elle est idéale pour apaiser le mental et se recentrer sur l'instant présent, en particulier lors de la méditation. Elle aide à la quête de sa propre identité, que ce soit indépendamment ou en lien avec ses origines biologiques.
- Cyprès (élément bois) : Le cyprès agit sur la confiance en soi et en la vie, encourageant une progression douce et un retour paisible à une vision optimiste. Il aide à sortir d'un état d'"embourbement" mental et énergétique, notamment lorsqu'on ressasse sans cesse les mêmes idées ou qu'on peine à passer à l'étape suivante d'un projet. Il permet de libérer l'esprit des conditionnements du passé.
- Litsée Citronnée (élément feu) : Cette huile essentielle aide à lutter contre la fatigue mentale. Elle permet de rester concentré sur l'essentiel, de hiérarchiser les priorités et d'améliorer les performances (études, productivité, etc.). La litsée citronnée protège du perfectionnisme qui pousse à en faire toujours plus pour être reconnu. Elle donne le courage de traverser les périodes sombres pour accéder à plus de liberté et permet de sortir de l'ennui pour retrouver le plaisir du jeu.