

MICHELE GIOVAGNOLI

ALCHIMIE SAUVAGE

LE CHEMIN DE L'ÉVEIL
PAR LA FORÊT



LE FIL VERT

ALCHIMIE SAUVAGE

*Au moi que j'étais et que je ne suis plus,
en le remerciant pour le long chemin
que nous avons parcouru ensemble.*

MICHELE GIOVAGNOLI

ALCHIMIE SAUVAGE

**LE CHEMIN DE L'ÉVEIL
PAR LA FORÊT**



Cesena • Paris • Montréal • Barcelona • Madrid • Santiago de Chile

www.macroeditions.com

L'EXPÉRIMENTATION ALCHIMIQUE

par Giorgio Sangiorgio

Le titre choisi par l'auteur, *L'Alchimie sauvage*, pourrait sembler curieux ou inapproprié au commun des lecteurs, peu habitué à la pratique alchimique. Mais en réalité, ce titre n'est pas plus étrange que d'autres, choisis par le passé par les alchimistes pour nommer leurs propres traités, et ce parce que l'alchimie se prête aux champs d'application les plus variés. Le processus de transmutation peut survenir dans un laboratoire spagyrique pour distiller les vertus thérapeutiques des plantes ou dans un jardin pour transformer les graines de ces dernières, dans une cuisine pour cuire les aliments ou dans une forge pour fondre les métaux, dans le laboratoire d'un artiste pour la réalisation d'une œuvre qui suscite l'inspiration spirituelle, dans un gymnase pour rééquilibrer le corps, ou encore dans le domaine de la recherche scientifique pour apaiser l'esprit.

L'auteur a choisi pour domaine d'application des préceptes alchimiques le milieu naturel et préservé, en particulier le milieu sauvage. Mais il serait peut-être plus juste de dire que c'est la forêt qui l'a choisi pour lui faire découvrir ses Mystères, à travers une série d'événements qui ont guidé sa vie. Des événements qui n'étaient en rien le fruit du hasard, mais influencés par un *genius loci* des montagnes, avec lequel il est en syntonie depuis de nombreuses années.

Le texte invite les lecteurs à pénétrer dans la dimension magique de la forêt, à y faire leurs premiers pas avec respect, comme lorsqu'on entre dans un bâtiment sacré tel une cathédrale, puis à y pratiquer des

rites initiatiques, en se lançant dans des expériences de plus en plus exigeantes. Le cadre suggestif et insolite de la forêt est parfait pour la pratique alchimique, qui utilise d'un côté l'acte rituel ou sacré pour focaliser et canaliser l'imagination et la volonté, et d'un autre l'art pour déployer l'âme sensible et perceptive, mais aussi la science, pour agir en synergie avec les processus et rythmes de la nature.

La méditation, qui intériorise l'attention, et la contemplation de la nature, qui élargit les perceptions, sont deux des piliers de la démarche alchimique, qui vise à atteindre une sensibilité hors du commun, une dimension intermédiaire entre visible et invisible. Et c'est dans le silence et l'isolement enchanteurs de la forêt que l'on trouve les conditions idéales pour ce genre de pratique.

La principale caractéristique de l'alchimie est qu'elle propose une démarche expérimentale. C'est pourquoi même les suggestions que contient le texte concernant l'interaction avec les énergies et diverses entités de la forêt ne doivent être considérées comme réalistes qu'une fois qu'on les a personnellement expérimentées. L'alchimie est un ensemble cohérent d'interprétations du monde et de l'homme, d'énoncés qui, avant d'être considérés comme vrais ou faux, doivent être mis à l'épreuve à travers le succès ou l'échec d'activités concrètes déterminées : parmi elles, le travail sur l'attention et la perception, celui sur la sensibilité et la conscience, la création de relations positives avec les autres êtres vivants et le milieu naturel qui nous entoure.

L'alchimie est bien différente de l'image fantaisiste que nous en ont donnée par le passé différents romans ou plus récemment les bandes dessinées ou les films, parfois bourrés d'effets spéciaux visant à attirer le public. L'alchimie n'est pas du tout, contrairement à ce que beaucoup croient, un ensemble de connaissances antiques, conditionnées par des croyances religieuses ou des superstitions magiques, avec des mages et sorcières, des philtres et des baguettes magiques. Mais elle n'est pas non plus une chimie grossière qui tente inutilement de transformer le plomb en or et dont serait issue la chimie moderne.

La transformation du plomb en or est surtout la métaphore de la transformation profonde de l'alchimiste lui-même, de son compor-

tement, de sa manière de penser et de voir les choses, et que seuls les ignorants prennent au pied de la lettre. Par le passé, bon nombre d'entre eux ont cherché à s'enrichir à l'aide d'un four et d'un creuset. Les véritables alchimistes les surnommaient avec dédain les souffleurs de charbon, les papillons enfumés, ou leur donnaient bien d'autres surnoms tout aussi sarcastiques. Pour l'auteur, le creuset est devenu l'environnement inexploré de la forêt, où il a trouvé sa pierre philosophale.

L'alchimie est à la fois une théorie et une pratique ordonnées dans un système destiné principalement à la transformation psychophysique de l'homme, à travers des techniques qui respectent les lois de la nature, semblables ou analogues à celles utilisées depuis des temps immémoriaux pour le travail des métaux, la culture des plantes ou des champs. L'étude de l'environnement sauvage, du monde végétal et animal, de l'intelligence sensorielle et instinctive – lesquels constituent un unique système synchrone totalement différent de l'intelligence humaine qui tend à se réduire à une vision égocentrique – fait partie de ce travail.

Les textes alchimiques du passé affirment que tout l'Œuvre est écrit dans le grand livre de la nature, qui n'attend que d'être lu avec amour, avec une réflexion analogique et intuitive. En résumé, l'alchimie s'appuie sur la vision holistique d'un univers unitaire et vivant, dont l'homme fait partie intégrante.

Vous découvrirez dans ce texte des expériences inhabituelles. Elles brisent les schémas de comportement et les habitudes mentales, mais puisqu'elles sont en synergie avec les processus et rythmes de la nature, elles sont forcément suffisamment simples, et en tout cas jamais trop compliquées. En effet, la transformation que propose l'alchimie évite les processus artificiels ou contre-nature. Par exemple, l'alchimie mentale ou intérieure, qui est à l'heure actuelle la plus pratiquée, évite l'utilisation de drogues ou de substances psychotropes. On emploie au contraire des substances endogènes, produites par le corps dans le cadre d'opérations particulièrement marquantes, qui s'inscrivent dans l'intériorité de l'homme et sont métabolisées par le corps.

Ce qui frappe lorsqu'on parcourt ce texte, c'est l'intensité poétique avec laquelle il décrit les émotions et prises de consciences engendrées par la rencontre avec les arbres, les feuilles, les animaux, les lumières et les sons de la forêt. Mais le langage traditionnel de l'alchimie pour exprimer le monde des perceptions plus subtiles, qui s'appuie sur des symboles et allégories, est lui aussi très proche de la poésie.

Art et alchimie se sont influencés réciproquement au fil des siècles, influençant également les personnes les plus ouvertes et sensibles, dans un entrelacs inextricable et souvent invisible de liens vers des archétypes et des mythes communs, utilisant le langage sacré et universel des hiéroglyphes, des images symboliques qui émergent de l'inconscient collectif. D'ailleurs, les images symboliques les plus utilisées dans les textes sont justement celles de l'arbre, des plantes, des fleurs, des animaux.

Le travail de l'alchimie intérieure ne consiste pas en une activité artisanale près du four et de l'alambic mais en une expérimentation subtile de l'alimentation et du métabolisme du corps, accompagnée d'une activité plus suggestive et créative, renforcée par la couleur et la chaleur des archétypes véhiculés par la nature, par leurs sonorités, par le pouvoir des images et de l'intuition, le tout appliqué aux parties impressionnables du composé humain.

Afin de donner le juste rythme à ce travail, il faut entrer en syntonie avec les cycles et saisons de la nature, et l'environnement préservé de la forêt est le laboratoire idéal. Pour donner la juste intention à ses actions, l'alchimiste recherche en lui le silence, auquel nous ne sommes pas habitués, afin d'écouter son propre corps et la voix de sa personnalité divine, son moi spirituel. Il est indispensable de se vider, de redevenir une page blanche et vierge à un état primordial, qui n'a pas été salie par tous les événements de la vie. Dans ce vide qui effraie en temps normal, trouvent leur place les manifestations de l'esprit intelligent qui informe l'univers, et les manifestations de l'âme de la nature qui soutient toute forme de vie.

Dans la rencontre et l'étreinte progressive avec la nature, l'auteur a trouvé le moyen de prolonger le processus qui mène au vide et au

silence, à une identité régénérée, sublimée. Durant ce parcours, il a suivi consciemment les mêmes étapes que pour l'alchimie traditionnelle. Il évoque quatre différents états d'émerveillement ou d'humeurs, produits par l'environnement magique de la forêt : l'état hivernal, le printanier, l'estival et l'automnal, et dans le même temps il exhorte à conquérir dans cet environnement inexploré et inquiétant quatre facultés ou transformations radicales. On y voit clairement les phases de la Nigredo, de la Viriditas, de l'Albedo et de la Rubedo.

Le chemin de connaissance de l'Alchimie sauvage se déroule par le biais de douze opérations particulières, regroupées en quatre phases : aller à la recherche de la forêt, y déambuler les yeux bandés et animer les nuages ; dans la forêt, s'enterrer sous des feuilles mortes, rencontrer les animaux sauvages et retrouver son cri ancestral ; dans la forêt, se dénuder, dormir entre les arbres dans un hamac et décorer son corps avec de la terre ; dans la forêt, marcher la nuit, se sentir arbre et dialoguer avec les projections de son inconscient. Il n'est pas difficile de lier ce parcours aux douze opérations classiques des laboratoires alchimiques, indiquées pour le travail des métaux ou des plantes, en synergie avec les douze signes du zodiaque. En commençant par le Scorpion et en terminant par la Balance, ces opérations sont la calcination, la congélation, la fixation, la séparation, la digestion, la distillation, la sublimation, la putréfaction, l'incinération, la fermentation, la dissolution et, enfin, la multiplication.

Dans l'alchimie intérieure, on cherche à détacher l'ego des couches superficielles et inconsistantes de la personnalité pour le mener aux couches internes, permanentes, significatives. Ce processus finit tôt ou tard par faire tomber les masques d'une personnalité identifiée, aliénée, projetée dans la réalité extérieure, et révèle le visage authentique de l'homme complet et transformé, car il a des expériences réelles d'une autre réalité, l'intégration du corps, de l'âme et de l'esprit. Cette intégration, d'ailleurs, est le seul moyen de conserver sur le long terme la santé, aussi bien physique que psychique.

Tout cela entraîne un bouleversement, souvent traumatique, de l'attention et de la perception, chez l'homme commun qui est tourné

vers la réalité extérieure changeante et illusoire. La nouvelle attention, tournée vers l'intérieur pour y cueillir les premières manifestations de l'esprit, transforme une conscience instable, passive, fragmentée, en un état de conscience unitaire, intuitif, focalisé, actif. La nouvelle perception engendre donc la vaste sensibilité d'une âme purifiée, favorise l'expansion naturelle des émotions, et permet d'atteindre un état de créativité et d'amour intense, en empathie directe avec les autres qui sont sur le même chemin et surtout avec l'âme de la nature, qui en échange apporte des quantités d'énergie habituellement non disponibles.

Les transformations ultérieures dépendent de ces résultats préliminaires et peuvent consister en des manifestations qui sortent de l'ordinaire, suite à la modification du champ énergétique et mental de l'opérateur, grâce à un état plus élevé de conscience unitaire et d'amour non égoïste, ainsi qu'un renforcement de la force vitale du corps. Ce renforcement provient en partie de l'économie d'énergie obtenue grâce à l'élimination ou au redimensionnement de la personnalité identifiée et contradictoire, de tous les comportements qui alimentent et satisfont l'importance personnelle, ainsi que d'une alimentation mesurée qui permet d'incorporer l'énergie vitale cosmique.

Tôt ou tard, tous les opérateurs, s'ils pratiquent correctement, obtiennent des capacités extrasensorielles, dues à une meilleure concentration des ondes cérébrales (les ondes alpha, delta et gamma) et donc à l'expansion de l'esprit au-delà des limites physiologiques du cerveau. Cela peut se déclencher de diverses manières mais avec les mêmes caractéristiques pour tous : visions dans des états de conscience altérée et qui ne sont pas induits volontairement, images particulières durant le demi-sommeil, rêves significatifs, présages ou prémonitions, intuitions soudaines. Tout cela peut se produire alors qu'on lit un livre, qu'on contemple un symbole hermétique, qu'on écoute de la musique sacrée... ou, pourquoi pas, alors qu'on enlace un arbre de la forêt ou que l'on rencontre à l'improviste un cerf.

On a parfois des rêves lucides, des états de conscience élargie ou focalisée, induite volontairement, plus ou moins contrôlée, pour explorer les mémoires du corps, les frontières entre conscient, sub-

conscient et inconscient. Souvent, s'ajoutent à cela des phénomènes de clairvoyance et de forte empathie sensorielle, jusqu'à arriver à une pensée et une imagination créatives, avec des capacités de transformation de la réalité matérielle et un charisme susceptible d'influencer positivement les autres personnes.

Le monde végétal et, plus particulièrement encore, le monde animal de la forêt peuvent jouer le rôle de catalyseur pour réaliser cette transformation. Dans l'antiquité, les animaux qui jaillissaient furtivement de l'épaisse végétation, les ombres inquiétantes de la forêt ont souvent pris des connotations fantastiques, monstrueuses, qui sont enfouies et gravées dans les méandres inexplorés de l'esprit humain et que l'alchimiste doit ramener au niveau conscient pour les résoudre.

Les mosaïques, chapiteaux et bas-reliefs des dômes romains ou des cathédrales gothiques représentent souvent des animaux, car ils sont dans la Tradition des symboles de différents archétypes sur lesquels travailler, des forces qui animent la nature et l'homme, avec leurs aspects positifs et négatifs, sans aucun faux-semblant, dénatura-tion ou compromis. Comme le montre le comportement instinctif de l'animal, il s'agit d'énergies tumultueuses et inépuisables, ancestrales, éternelles, qu'il faut canaliser, compenser entre elles, élargir ou concentrer en fonction des moments, afin d'éviter d'être attiré vers le bas et au contraire s'élever vers le haut.

On retrouve sur les façades des églises romanes et gothiques, au bout des gouttières qui acheminent l'eau de pluie, des dragons menaçants, des chimères, des griffons, des basilics, des êtres grotesques, qui semblent parfois mal s'accorder avec des lieux de culte chrétiens et qui paraissent, à première vue, représenter les manifestations du démon et avoir pour but d'instiller la peur pour écarter les croyants de la tentation du péché. Mais ces dragons terrestres ou ailés, dans le cadre de l'expérience alchimique, symbolisent les substances du laboratoire : acides corrosifs, réactifs, solvants, épaisseurs, additifs, catalyseurs, ou les forces intérieures de l'homme qui y correspondent.

S'il est placé à la base d'une colonne dans un édifice sacré, l'animal représente la nécessité pour l'homme de transfigurer son instinct

animal pour l'élever et le sublimer jusqu'à la réalisation du divin. Le bélier symbolise la poussée de la vitalité afin de réaliser des objectifs, le lièvre l'impulsion immédiate de la sensibilité corporelle, le cochon ou le sanglier l'impureté des désirs de la libido. L'abeille représente la vertu du travail et donc l'œuvre alchimique pour l'extraction de la quintessence, alors que le taureau est la matière première qui n'a pas encore été travaillée.

Le chat symbolise la perception subtile et extrasensorielle, tandis que la baleine, comme les autres animaux marins, est l'élément liquide de l'âme. Le chien est la voix de l'esprit guide, qui nous accompagne fidèlement dans la vie et dans l'au-delà. Le coq est la lumière du matin, le réveil de l'esprit, tandis que le paon est le symbole de la survie et, en particulier, sa roue signifie l'animation de l'esprit créatif chez l'alchimiste. Si la colombe, pour les chrétiens, représente l'esprit saint, la doctrine hermétique l'associe au détachement du corps subtil ou éthérique. L'agneau symbolise la personnalité ordinaire, vulgaire, qui doit mourir et renaître purifiée de ce sacrifice.

Considéré dans la tradition populaire comme le symbole de la médecine et de la fécondité, le serpent est toujours l'esprit des lieux humides, des sources et zones thermales. Le lion dressé sur ses pattes arrière, les mâchoires ouvertes et les pattes avant tendues, est l'expression de la puissance du feu alchimique, du solvant universel qui libère de la terre. Dans l'Antiquité, le lion, avec sa force et sa crinière fournie, était associé au soleil, qui par son énergie apporte la vie. Deux lions étaient souvent placés de profil, à l'entrée des temples, pour chasser les impurs.

Chez les peuples antiques, le cerf était également lié au culte solaire, avec ses bois qui rappellent des rayons, qui tombent chaque année pour repousser à la saison des amours, mais aussi au culte lunaire et arboricole, certains cervidés ayant des bois en forme de lune. Cela renvoie au fait que le masculin et le féminin, tout comme le ciel et la terre, sont deux manifestations de la même énergie.

Dans la forêt, on peut rencontrer de nombreux animaux sauvages, et en particulier des oiseaux, qui constituent un groupe important de

symboles alchimiques, car on établit des liens entre leur vol et l'âme humaine, dont la vocation est de tendre vers le haut, vers la spiritualité. Ce symbolisme indique une communication possible entre les mondes physique et spirituel, instrument indispensable d'évolution et de perfection. Dans les reproductions iconographiques, certains animaux dans une certaine séquence correspondent à une suite d'opérations alchimiques. On débute avec le corbeau, suivi du cygne et du paon, puis du pélican, pour finir avec le phénix, qui renaît de ses cendres.

Les alchimistes parlent de la « langue des oiseaux », c'est-à-dire le langage des initiés, qui comprennent les relations entre la terre et le ciel. Les oiseaux maîtrisent l'air et sont capables de se poser sur la terre. L'initié, comme l'auteur de cet ouvrage, est capable de contempler le ciel, les nuages qui traversent une bande d'azur délimitée par le vert des arbres et d'y discerner la dimension volatile de l'esprit, que la plupart d'entre nous ne perçoivent pas et qui est opposée à la dimension fixe terrestre. Dans les temples égyptiens, comme dans les églises catholiques, on peut admirer des figures humaines à têtes d'oiseaux, représentations symboliques de ces illuminés.

Le symbolisme du roi des oiseaux, l'aigle qui voltige au-dessus des forêts, est toujours caractérisé par les dimensions de hauteur, de réalisation initiatique. Il incarne l'allégorie du feu céleste, de la noblesse, du courage, de la détermination à réaliser ses objectifs, comme lorsqu'il descend en piqué pour saisir sa proie. Cependant, sa signification est ambivalente. L'aigle blanc est perçu comme le pouvoir masculin, solaire, et d'anciennes préparations pharmacologiques utilisaient son sang pour revigorer et redonner la fertilité aux femmes stériles. L'aigle noir revêt un sens totalement différent et devient un symbole lunaire, féminin.

La figure de l'aigle en vol tenant un serpent entre ses serres acquiert pour l'alchimiste le sens de l'union du ciel et de la terre, de l'association du volatile avec ce qui est fixe, contrairement à la métaphore chrétienne du bien contre le mal. En alchimie, l'aigle est l'esprit contraint dans la matière brute, qui ne se libère qu'après une phase de réchauffement prolongé au four et se concrétise dans le haut de l'alambic.

Les pouvoirs animaux se manifestent pleinement dans la forêt, et cette dernière est l'un des plus grands symboles de l'inconscient faisant partie du patrimoine psychique et onirique de l'humanité. Ce n'est pas un hasard si c'est dans une forêt obscure que Dante lui-même rencontre une panthère et une louve, symboles de la libido et de la sensualité, avant d'entreprendre son voyage initiatique.

Mais qu'est-ce que la forêt, et surtout la forêt nocturne, que l'auteur nous exhorte à traverser avec courage et volonté ? Elle peut être l'inconscient et le sacré, le sommeil et le rêve, le sexe et la mort. Elle est le lieu des sortilèges, de la magie, de la sorcellerie et des enchantements. Dans les contes des frères Grimm, dans les mythologies qui inspirent les poètes romantiques, dans les œuvres lyriques de Wagner, entre elfes et lutins, nains et kobolds, ondines et faunes, le héros doit traverser un ensemble inconnu de forces qui le submergent, et aller au-delà de la condition de l'homme ordinaire.

Jung interprète les personnages des fables comme des figures archétypales évolutives. Si le héros se perd dans le labyrinthe de la forêt et ne parvient plus à aller de l'avant, et qu'un vieillard ou un chasseur intervient pour l'aider, cela représente l'un des archétypes sous lesquels se manifeste l'esprit : le savoir traditionnel, la lucidité mentale, la perception subtile, un nouveau modèle de comportement.

Selon les légendes, dans la forêt vivent les sorcières, symboles populaires de Mère Nature, qui met ses fils au monde pour les engloutir de nouveau dans la mort, dans le chaos de l'indifférencié, dans la symbiose des différentes plantes et des divers animaux qui composent la faune et la flore sauvages. C'est très évident dans le conte hermétique du Petit Chaperon rouge, qui connaît son initiation dans la forêt, puisqu'elle rencontre un loup qui la dévore, pour être ensuite sauvée par un chasseur : une régénérescence au sens propre, qui mène à l'Œuvre au Rouge.

Même les Gardiens du seuil de la tradition hermétique nous attendent au tournant si nous entrons dans le subconscient et effleurons l'inconscient. Comme dans une forêt sombre et épaisse, on viole un monde secret, caractérisé par des forces végétales et animales,

souvent incontrôlées, perturbatrices, qui nous barrent le passage. Il s'agit d'un ensemble de pulsions aveugles, car enfouies et non résolues, et qui ne peuvent pas communiquer pleinement avec la conscience, avec la réalité extérieure.

Lorsqu'on affine le composé humain, on peut rendre conscient le subconscient et apporter la connaissance à l'inconscient. De la même manière, la forêt, une fois dévoilée, n'est plus une zone hostile, ténébreuse, inquiétante, expression d'une nature souveraine. Elle se révèle être un lieu merveilleux, agréable, régénérateur, expression d'une nature bienveillante, pleine de vie et d'opportunités d'évolution pour le chercheur, pour celui qui n'a pas eu peur de l'affronter.

L'expérimentation alchimique vise à la déstructuration du composé humain, au renversement de la vision du monde en tant que représentation imposée à l'individu par le collectif, selon des modes de perception rationnels, mais arbitraires et artificiels. Et l'entrelacs spontané et naturel de la forêt, entre les ombres centenaires des hêtres et des chênes, est à l'exact opposé des architectures urbaines : un ensemble de bâtiments éclairés par la lumière solaire ou la lumière artificielle, dicté par la praticité et la raison, et donc que cette dernière peut parfaitement décoder et utiliser.

Le *topos* de la forêt est la dimension de l'égarement, de la confusion, du renversement des règles sociales, de la *nigredo* dont peut découler l'*albedo*. Après une transmutation intérieure radicale, la forêt devient un monde plein d'harmonie et d'amour pour le chercheur qui ne s'identifie pas dans les choses inanimées du monde civilisé. Les animaux sauvages, qui inspiraient auparavant la peur, sont ensuite vus de manière anthropomorphique, bienveillante, comme des aspects du tempérament et du caractère humain, qui ont été exorcisés : les métaux bruts de la mine alchimique forgés et raffinés.

L'intérieur des cathédrales gothiques rappelle cette forêt revisitée spirituellement et cet arbre, qui en est le point de référence. Les nefs sont séparées par des alignements de colonnes semblables à des hêtres ou des chênes hauts et massifs, représentant l'axe de liaison entre le ciel et la terre. Les voûtes élancées recherchent le ciel et les cryptes

recherchent la terre, et c'est donc le clair-obscur qui y domine, comme au cœur d'une forêt. Le sol est souvent composé de carreaux blancs et noirs et les chapiteaux s'ornent de bas-reliefs. Cet ensemble clair-obscur représente l'union des forces solvantes et fixatrices, la polarisation du sec et de l'humide, les qualités opposées mais complémentaires qui transforment la matière et sont utilisées dans les laboratoires alchimiques.

L'entrelacs du bois fait référence au symbolisme du labyrinthe, souvent présent sur le sol des cathédrales et objectif des pèlerins, riche en virages, pièges et culs-de-sac. Avant de devenir une construction de plantes ou de pierre, le labyrinthe était un tracé complexe, dessiné sur le terrain, où l'on pouvait pratiquer des mouvements rituels ou des danses sacrées composés de mille pirouettes. Ce mouvement reflétait une activité labyrinthique intérieure, évolutive : entrer dans les méandres obscurs de la psyché, parcourir les circuits des cellules cérébrales, par un chemin long et pénible, et déboucher enfin à la lumière d'une conscience supérieure.

En fréquentant des milieux naturels et sauvages, tels que les forêts, le sommet des montagnes, les cours d'eau, les sources et cascades, les falaises, l'alchimiste commence à altérer son état de conscience ordinaire, lié à la réalité apparente, en utilisant la puissance des quatre éléments.

Avec l'élément eau, on commence à transformer des parties du composant fixe de l'eau, en le rendant plus fluide. Le premier effet de la force de l'eau est qu'elle dissout les schémas de la rationalité, fait circuler émotions et pensées, éloigne les tensions, débloque des énergies stagnantes. À travers cet élément, on peut agir et se déplacer sans effort, avoir des perceptions sûres à tous les niveaux, se régénérer, retrouver ses origines prénatales, s'ouvrir à la sensibilité de l'âme.

On découvre les eaux courantes et illimitées de l'inconscient individuel d'abord, puis collectif, dépassant les frontières et les limites de l'élément terre, qui structure l'individu. La terre doit ensuite accueillir en son giron l'élément exondé. Ainsi, la personnalité lourde se déstructure et se restructure, elle se laisse flotter sur son

propre inconscient, se laisse transporter par une association fluide de sensations et d'émotions, par un courant spatio-temporel plus ou moins accéléré.

Puisque le corps humain est constitué à plus de 90 % d'eau, lorsqu'elle entre en syntonie intense et efficace avec les torrents ou cascades, la conscience pénètre la mémoire de l'élément eau et donc le corps subtil de l'homme, lié à cet élément. L'eau transporte, à travers ses molécules très impressionnables, les sentiments et les passions du collectif animal, c'est-à-dire l'ensemble interactif des âmes individuelles et de la nature. Il est donc important, durant les expériences de ce genre, de boire de l'eau de source pure ou au moins de l'eau courante (pas stagnante), très oxygénée, et non polluée par les agents chimiques et surtout par des passions ou pensées négatives.

L'eau de source provient des nuages condensés dans le ciel et produits à partir de l'évaporation de la mer. Elle tombe sur terre sous forme de pluie, est filtrée par les roches souterraines, riches en sels minéraux et oligo-éléments métalliques, aux puissantes vertus métaphysiques. Les philosophes, les poètes et surtout les alchimistes ont utilisé le symbole hermétique de la source et de la fontaine, du jardin des délices aquatiques pour représenter l'accès à la mémoire profonde du monde, à la connaissance de la tradition initiatique.

D'importantes masses d'eau qui chutent ou sont entraînées par le courant engendrent un air ionisé. L'état de transe lié à l'élément eau est donc renforcé dans des milieux tels que la montagne, où l'élément est bien plus énergique grâce aux déclivités, aux roches parmi lesquelles il se faufile, aux vents violents qui le purifient. La même chose se produit sur les côtes escarpées ou élevées, où les vagues viennent se briser contre les rochers.

L'alchimiste accentue l'altération de l'état de conscience ordinaire, liée à sa réalité biographique, par la force de l'élément air. Ainsi, des parties du composé lourd commencent à se transformer en un état plus léger. Le premier effet de la force de l'air est de détacher de la réalité terre, de commencer à expérimenter une dimension subtile et à élargir les limites de l'esprit. Par cet élément, on peut affronter les

événements de la vie de manière détachée et sereine, sans les prendre trop au sérieux, acquérir davantage de liberté d'agir et de juger.

Par la *transe* de l'air, on découvre la déduction analogique, l'intuition et l'imagination, liées à une conscience plus élevée, pour élargir l'esprit individuel au-delà des limites physiologiques du cerveau. Il suffit que tout cela soit dirigé de l'élément feu vers la pensée universelle de l'Absolu. Comme le suggère l'auteur, on peut contempler le vent et les nuages, la lumière qui se reflète sur les choses, les ombres, les paysages lointains, ou bien percevoir les arômes et parfums transportés par le vent, le balancement et les tourbillons des feuilles des arbres.

Cet état d'expansion de la conscience est lui aussi largement renforcé par la montagne, grâce aux manifestations météorologiques puissantes, aux rapides changements du ciel et du vent. Les espaces ouverts, et en particulier les abysses, les sommets, avec leur sensation de vide vertigineux, peuvent donner une forte impression traumatisante de perdre le contact de la terre sous nos pieds, qui sont nos points de référence, avec la dilatation des espaces. La même chose se produit sur les côtes avec des falaises à pic sur la mer.

La pratique est plus facile dans les montagnes ou les forêts, car la qualité de l'air dépend de la quantité d'ions négatifs d'oxygène. Les ions négatifs agissent en neutralisant les agents polluants présents dans l'air, qu'ils soient bactériologiques ou chimiques, ainsi que ceux plus subtils qui polluent l'âme. En montagne, un mètre cube d'air contient un milliard d'ions négatifs, contre 200 millions dans les collines, 80 millions dans des lieux habités, 20 millions dans les villes et 5 millions dans les environnements clos. Ceci, car les ions négatifs se forment par l'action des rayons ultraviolets produits par le soleil, la chlorophylle des plantes, les décharges électriques des éclairs lors des orages, la friction de masses d'air importantes qui se déplacent rapidement, alors que les poussières polluantes ne se concentrent qu'en dessous de 700/800 mètres d'altitude. En outre, une présence plus importante d'ions négatifs favorise une meilleure concentration mentale, le ralentissement des processus de vieillissement, une irri-

tabilité moindre, une réduction de la dépression et de l'insomnie, et une amélioration du système immunitaire.

L'alchimiste renforce son état de conscience hors du commun par la force de l'élément terre, pour entrer en profondeur en lui, pour trouver un véritable enracinement, pour en tirer force psychique et nutriment pour le corps. Cet élément permet d'acquérir sécurité et pondération, contrôle de soi, soutien et guidage pour atteindre ses objectifs, de fixer un centre de gravité permanent, de métaboliser en soi ce qu'on expérimente à l'extérieur.

On expérimente tout d'abord la dimension du subconscient, puis la mémoire profonde du corps et l'origine de sa propre individualité. Il s'agit de la terre qui structure, qui absorbe, fixe et stabilise les expériences fugaces, mais indispensables et revitalisantes, de la transe de l'eau. On utilise les grottes, les cavernes, mais également l'enfouissement du chercheur sous des branches et des feuilles mortes, comme le suggère cet ouvrage.

On termine l'expansion de la conscience avec la puissance de l'élément feu, pour brûler et purifier les passions, pour se consacrer tout entier à un idéal, pour déterminer un changement radical, pour projeter à l'extérieur ce qu'on détermine à l'intérieur. Par cet élément, on peut activer son esprit d'initiative ou réveiller un élan qui s'est essoufflé, exprimer sa créativité, être guidé par l'esprit.

On expérimente la volonté consciente qui se focalise et se projette dans une action précise, à condition que le feu soit alimenté par la pensée intelligente de l'air. Dans les milieux naturels, non pollués, on peut contempler le jaune, le rosé, le rouge et l'orange d'une aube ou d'un coucher de soleil, ou bien les flammes d'un feu de camp et tourner rapidement autour de lui, ou bien marcher rapidement et en silence, avec son regard dirigé loin devant, vers l'horizon, vers le ciel. Ainsi, on éveille une sorte de fièvre intérieure, projetée avec l'esprit et le cœur vers un but, vers sa propre intégration avec le transcendant.

Pour conclure cette présentation – peut-être un peu trop longue, mais le sujet le mérite – je voudrais exprimer ma conviction que l'œuvre de Michele Giovagnoli sera accueillie favorablement par ceux

qui s'intéressent à l'hermétisme alchimique et sont à la recherche de pistes utiles pour un travail efficace de transformation intérieure. Cette publication sera une contribution importante à la divulgation de l'alchimie, qui jusqu'au XVIII^e siècle a été une source d'innovation pour la société occidentale et court aujourd'hui le risque d'être oubliée ou mal comprise. Et ce serait dommage, car elle a apporté une contribution notoire au développement de la science, de l'art et de la médecine, à la découverte de technologies et produits pharmaceutiques divers. Mais aujourd'hui encore, sa pratique peut aider ceux qui recherchent un style de vie permettant de développer la créativité et la spiritualité inhérentes à l'homme. En outre, sa réhabilitation pourrait favoriser l'avènement d'une politique et d'une technologie qui ne seraient plus assujetties à l'utilité économique immédiate mais respecteraient la nature et l'éthique.

TABLE DES MATIÈRES

« *L'expérimentation alchimique* » par Giorgio Sangiorgio 5

Introduction de l'auteur 21

PREMIÈRE PARTIE - HIVER

1. LE RETOUR À LA MAISON
Trouver sa forêt 24
2. LE DÉPASSEMENT DE L'IMAGE
Déambuler les yeux bandés 30
3. L'ART DE LA PROJECTION
Animer les nuages 36
L'émerveillement hivernal 42
La première faculté : la ténacité 44

DEUXIÈME PARTIE - PRINTEMPS

4. LA PAIX AVEC LA TERRE
S'enterrer sous des feuilles mortes 50
5. LA CONFIRMATION
Rencontrer les animaux sauvages 56
6. LE DÉPASSEMENT DE LA PAROLE
Retrouver son cri ancestral 66
L'émerveillement printanier 72
La deuxième faculté : l'humilité 73

TROISIÈME PARTIE - ÉTÉ

7. LA DÉSIDENTIFICATION DU CORPS	
Se dénuder	78
8. L'ABANDON EN TOUTE CONFIANCE	
Dormir dans un hamac	84
9. L'ART DE LA TRANSFORMATION	
Décorer son corps avec la terre	91
L'émerveillement estival	96
La troisième faculté : l'enthousiasme	97

QUATRIÈME PARTIE - AUTOMNE

10. LA MATRICE DE LA LUMIÈRE	
Marcher de nuit en forêt	106
11. LA RÉCUPÉRATION DE LA MÉMOIRE ÉVOLUTIVE	
Se sentir arbre	114
12. L'ACTIVATION DU FEU INTÉRIEUR	
Dialoguer avec l'Inconscient	119
L'émerveillement automnal	126
La quatrième faculté : le courage	127
<i>Conseils pour le voyage</i>	131