

Numéro 9

Essence Et Traditions

La Gazette



« Vieillesse... salle d'attente de
l'au-delà. »

Aphorisme méditatif du mois. VG



La gazette, ce sont des articles, des entretiens, des billets...
Ce sont des partages, des idées, des pensées...
Ce sont aussi les actualités de l'école Essence et Traditions.

par Fabienne Botella



Un nouveau groupe de stagiaires a participé à la formation "initiation à l'astrologie chinoise BaZi" les 10 et 11 juin derniers. D'autres sessions de ce même module 1 sont d'ores et déjà programmées les 5 et 6 août et les 30 septembre et 1er octobre prochains à Nancy. Si vous n'étiez pas disponible en juin, sachez qu'il reste encore des places pour la session du mois d'août ainsi que pour celle de fin septembre.

Le module 2 de cette formation à l'étude des cartes du Ciel en BaZi traditionnel est prévue les 19 et 20 août, toujours à Nancy. Voici une manière sympathique d'agrémenter ses vacances d'été !

Pour les élèves qui ont suivi au moins le module 1 en BaZi, nous proposerons des ateliers pratiques qui débiteront dès le 16 septembre. L'objectif sera de vous aider à affiner vos analyses en abordant des questions couramment posées lors des consultations comme la capacité à créer son entreprise ou le potentiel d'épanouissement en couple. Vous êtes nombreux à nous avoir sollicité pour la formation en Numérologie. Le premier module d'initiation se tiendra les 2 et 3 septembre 2023 à Nancy. Vous en trouverez le programme en page 4 de cette gazette. Pour élargir votre champ de connaissances, le premier module de Yi Jing est prévu les 28 et 29 octobre 2023 et vous pourrez également suivre le stage consacré à l'Énergie masculine le jeudi 30 novembre et le vendredi 1er décembre 2023. Pour clore 2023 en douceur, un atelier pratique en BaZi est prévu le 9 décembre.

À la suite de la conférence sur le BaZi qui s'est tenue à la boutique LI HUA à Nancy le 2 juin, plusieurs personnes, n'ayant pas eu la possibilité d'y assister, nous ont suggéré de la reprogrammer. C'est avec plaisir que nous pouvons nous déplacer dans vos contrées lointaines ou pas ! Contactez nous pour connaître les modalités.

Le calendrier :

- **5 et 6 août 2023** : BAZI MODULE 1 - niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **19 et 20 août 2023** : BAZI MODULE 2 - niveau praticien par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **2 et 3 septembre 2023** : NUMÉROLOGIE MODULE 1 - niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **16 septembre 2023** : ATELIERS PRATIQUES DE BAZI - analyse guidée de thèmes - questions les plus couramment posées en astrologie chinoise. Par Fabienne Botella et Vincent Gallet. Ces ateliers sont ouverts aux étudiants ayant validé au moins le module 1 d'initiation.
- **30 septembre et 1er octobre 2023** : BAZI MODULE 1 - niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **12 et 13 octobre 2023** : BAZI MODULE 2 - niveau praticien par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **28 et 29 octobre 2023** : YI JING : niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **11 et 12 novembre 2023** : BAZI MODULE 3 - niveau perfectionnement par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **30 novembre et 1er décembre 2023** : Comprendre et vivre l'Énergie masculine.
- **9 ou 10 décembre 2023** : ATELIERS PRATIQUES DE BAZI - analyse guidée de thèmes - questions les plus couramment posées en astrologie chinoise. Par Fabienne Botella et Vincent Gallet. Ces ateliers sont ouverts aux étudiants ayant validé au moins le module 1 d'initiation.

Modules de base en BaZi

(accessibles sans pré-requis)

MODULE 1 : INITIATION (1 week-end)

- TAO, Yin-Yang, 5 éléments, énergie (Qi).
- Coordonnées de naissance vraies et montage du thème.
- Troncs célestes, branches terrestres, troncs cachés.
- Équilibre Yin Yang.
- Maître du Jour.
- Force des éléments.
- Les Déités
- Élément(s) d'équilibre du thème.
- Clashes. Combinaisons.

MODULE 2 : PRATICIEN (1 week-end)

- L'équilibrage du thème. Conseils et méthodes.
- La détermination de la personnalité.
- Ming Gua et Gua secret.
- Pénalités, Blessures et Destructures.
- Les Dix Dieux. Approfondissement.
- Les Étoiles.
- Les Cycles du Temps.
- Les Thèmes Spéciaux.
- Analyse approfondie de l'harmonie des 4 piliers.

MODULE 3 : PERFECTIONNEMENT (1 w-e)

- Structures de thèmes et stratégies.
- Mission de vie et moteur de vie.
- Les NA YIN, âme profonde du thème.
- Les Maisons Secrètes.
- Les configurations spécifiques des Branches Terrestres.
- Le Ming Shu.
- BaZi et chronobiologie.
- La circulation du Qi dans le thème.
- L'analyse métaphorique du thème de naissance.

ATELIERS PRATIQUES DE BaZi

(réservés aux élèves ayant suivi le modules 1 en salle avec Essence et Traditions ou à distance avec Noble Céleste)

Analyse guidée de thème.

Études des questions les plus couramment posées en BaZi.

Modules d'enseignement spécialisés en BaZi

(accessibles après validation des modules 1 et 2)

BAZI SANTÉ

Introduction

Les principes fondamentaux de la Médecine Traditionnelle Chinoise.

- Le Yin et le Yang appliqués à la santé.
- Les Cinq Éléments et la santé.
- Le Qi, sources, circulation et facteurs d'optimisation.
- Les fonctions des organes en Médecine Traditionnelle Chinoise.
- Les relations entre les organes.
- Les trois Trésors ou SAN BAO.
- Les principaux syndromes complexes rencontrés.

L'analyse du BaZi sous l'angle de l'énergétique santé.

- Troncs Célestes, Branches Terrestres et corps humain.
- Les principes généraux d'analyse du thème en matière d'énergétique de la santé.
- Les conditions d'une bonne santé en Médecine Chinoise analysées sous l'angle du BaZi.
- L'analyse approfondie des 5 organes dans le thème BaZi.
- Etude des syndromes complexes en BaZi.
- BaZi et gestion des émotions.

BAZI FAMILLE (synastrie)

L'analyse de la vie familiale sous l'angle du BaZi.

- Étude des parents. Le père et la mère dans le thème BaZi.
- Le couple.
- Les enfants.
- L'énergie ancestrale.

L'analyse comparative de deux énergies de naissance ou synastrie.

- Méthodologie de la synastrie.
- Exemple d'une synastrie intégrale commentée.

BAZI KARMIQUE

Le Ciel postérieur et l'énergie d'incarnation:

- Personnalité innée et personnalité acquise.
- Le Maître du Jour comme révélateur de la quintessence du Qi du ciel postérieur.
- L'accès à la Source par l'analyse du pilier de l'heure.
- Les NA YIN révélateurs des énergies ressources.
- Structure de thème et moteur de vie comme processus dynamisant de l'incarnation.

Le Bazi Source ou Bazi du Ciel Antérieur:

- Méthodologie d'élaboration du BaZi Source.
- La méthode métaphorique d'analyse des Bazi Source.
- Le Karma, point de rencontre entre Ciel Postérieur et Ciel Antérieur.

Les relations karmiques:

- Identification et mode d'expression dans le thème.
- Synastries et relations karmiques. Exemples concrets.



Renseignements, modalités, inscriptions :

essenceettraditions@gmail.com

<https://fabiennebotella.com/essence-et-traditions/>

COMPRENDRE ET VIVRE L'ÉNERGIE MASCULINE

Ce module s'adresse à tous, hommes, femmes, en couples ou célibataires ...

À une époque où l'homme et le patriarcat sont accusés de tous les maux, l'objectif sera de comprendre la véritable essence de l'énergie masculine indissociable de son corollaire féminin qui fera également l'objet d'un module spécifique.

Si la dimension historique occupera une place non négligeable (du nomadisme paléolithique au post féminisme du XXIème siècle en passant par l'idéal chevaleresque) la formation s'appuiera aussi sur l'analyse de nombreuses situations quotidiennes ainsi que sur les derniers apports de la psychologie évolutionniste.



Contenu des modules de Numérogie

(accessibles sans pré-requis)

NUMÉROLOGIE MODULE 1 : INITIATION (1 week-end)

Introduction générale. TAO, métaphysique et pensée chinoises.

Origines et Histoire de la numérogie.

Numérogie chinoise et numérogie occidentale.

Approche synchrétique et choix pédagogiques de ce module.

Les grands nombres qui gouvernent nos vies.

- Le nombre Étoile majeur.
- Le nombre Étoile mineur.
- Le nombre du Chemin de Vie.
- Le nombre du jour de naissance.

Le carré séquentiel.

- Les axes du carré séquentiel.
- Les flèches de force.
- Les flèches de faiblesse.
- L'analyse des nombres dans le carré séquentiel.

Le carré LUO SHU.

- Les axes du carré LUO SHU.
- Les flèches de force.
- Les flèches de faiblesse.
- L'analyse des nombres dans le carré LUO SHU.

L'inclusion et ses principes d'interprétation.

Les cycles du temps. Première approche avec l'année personnelle et le mois personnel.

Exemple d'étude en numérogie.

NUMÉROLOGIE MODULE 2 : PRATICIEN (1 week-end)

Analyse approfondie des Nombres Étoile-majeur et Nombres Étoile-mineur.

- La vie émotionnelle ;
- le passage du Nombre Étoile-mineur au Nombre Étoile-majeur. La période clef de l'adolescence ;
- La polarisation des Nombres Étoiles. Yin et Yang.

Apogées, Cycles de Vie et Défis.

- les apogées ;
- les sous-cycles de vie ;
- les défis de vie ;

Méthode d'analyse comparée de deux énergies de naissance. Première approche de la Synastrie en numérogie.

L'Inclusion et les arcanes de la personnalité.

- L'élan spirituel ;
- Le moi intime ;
- Expression et plan de l'expression ;
- Le Nombre d'initiation spirituelle.

Sommaire



2 ACTUALITÉS D'ESSENCE ET TRADITIONS

5 SOMMAIRE

6 ÉDITO

7 BILLET D'HUMEUR YIN

9 BILLET D'HUMEUR YANG

11 LE COIN DU LECTEUR

14 LE COIN DU CINÉPHILE

16 UN JOUR, UNE CHANSON

17 SANTÉ - BIEN-ÊTRE

20 CHRONIQUE DES TEMPS MODERNES

23 L'INSTANT MÉTAPHYSIQUE CHINOISE

26 L'ATELIER DU PRATICIEN



La Gazette à la mer, à la montagne, à la campagne ou dans son canapé, à vous de choisir ! Un moment de lecture, de détente et, osons le mot, de culture est toujours bienvenu. À notre modeste niveau, nous vous proposons de vous accompagner pendant cet été. Modestement aussi, une pointe ironique sur l'actualité, la vie en général.

Aviez-vous remarqué notre nouvelle rubrique lors du dernier numéro ?

"Un jour, une chanson" remue vos souvenirs ou vous fait découvrir une chanson. Pour son texte, son histoire ou simplement parce qu'elle a accompagné une période ou un événement remarquable. En version originale ou dans une reprise, d'un simple clic vous retrouverez le titre choisi ! Après Cœur de Pirate dans la huitième Gazette, Odezenne, proposé dans ce numéro, sera pour beaucoup sans doute, une découverte.

Autre nouveauté à venir dans la prochaine édition, "le Comptoir du Philosophe". Rien à voir avec les cours de philosophie de terminale qui cueillaient souvent notre esprit encore immature à froid et nous laissaient la plupart du temps perplexes.

Notre objectif dans cette future rubrique sera juste de vous accompagner pour tenter de tirer des enseignements pratiques et concrets des grandes œuvres ou des grands concepts philosophiques.

Vous n'êtes pas sans avoir remarqué le retour du "bal masqué" dans la caravane du Tour de France. C'est aussi le titre de la Chronique des Temps Modernes.

N'oubliez pas de consulter les pages d'actualités pour connaître le calendrier de formation.

Pour vous inscrire ou demander des renseignements : essenceettraditions@gmail.com

Bonnes vacances !

Bonne lecture !





AU FEU !

par Fabienne BOTELLA

L'été, depuis des décennies, la France craint pour ses forêts.

2022, marquée par une surface de feux conséquente, a frappé les esprits et le martelage incessant, dès le printemps, quant aux conditions de sécheresse sur le territoire fait craindre le pire même aux plus optimistes tandis que d'autres, plus pragmatiques (?), réfléchissent aux conversions possibles de ces terres déjà dévastées ou menacées de l'être.

Le constat est là, la forêt ne prend pas feu toute seule, en plein milieu d'hectares éloignés des lisières.

Pour brûler il faut 3 éléments : du combustible (la végétation), un comburant (l'oxygène de l'air) et ... une énergie d'activation (n'importe quelle étincelle ou échauffement).

Moins de 10 % des incendies de forêt se déclencheraient seuls à la faveur par exemple de la foudre lors d'un orage sec. Leur propagation rapide accentuée par les conditions de sécheresse du terrain et de la végétation tient à peu de choses ... et dans ce cas, seul le débroussaillage organisé régulièrement, pour se débarrasser du combustible inutile, permet non seulement de réduire les risques de départ de feu mais aussi de faciliter l'intervention des pompiers.

Dans tous les autres cas, la main de l'homme est en cause. TOUS.

Les origines criminelles ouvertement reconnues, où le feu a délibérément été allumé, sont regroupées dans un lot de 39 % des cas sous le vocable malveillance... 39 % quand même.

Pour le reste travaux agricoles, lignes électriques, travaux forestiers etc, totaliseraient 49 % des origines. Les 12 % restant étant qualifiés d'autres imprudences....

Malveillance et imprudence totalisent donc plus de la moitié des causes de sinistres. J'en suis bouche bée.

Imprudence, ça suppose manque de réflexion, inconscience voire témérité ... C'est évidemment extrêmement grave quand des vies humaines sont en péril, quand des écosystèmes sont bouleversés. Mais malveillance ? Que se cache-t-il derrière ce mot ?

Bienveillant, c'est ce qui caractérise un individu qui présente, à l'égard des autres, une attention spontanée doublée d'indulgence et de compréhension mais surtout de manière totalement désintéressée.

Du coup, malveillant, on peut dire que c'est une personne qui agit avec volonté de nuire dans le but de tirer avantage du résultat de cette action. Intéressant.

Ainsi, quelqu'un met le feu à une forêt en espérant qu'à terme il va profiter des dégâts causés par l'incendie.

39 % quand même ! Vraiment j'ai du mal à réaliser ou plutôt, je constate avec effarement que le dessein de certains hommes passent par les voies les plus ignobles.

Mais alors, qui met le feu volontairement ? Qui l'attise ? À qui profite le crime ?

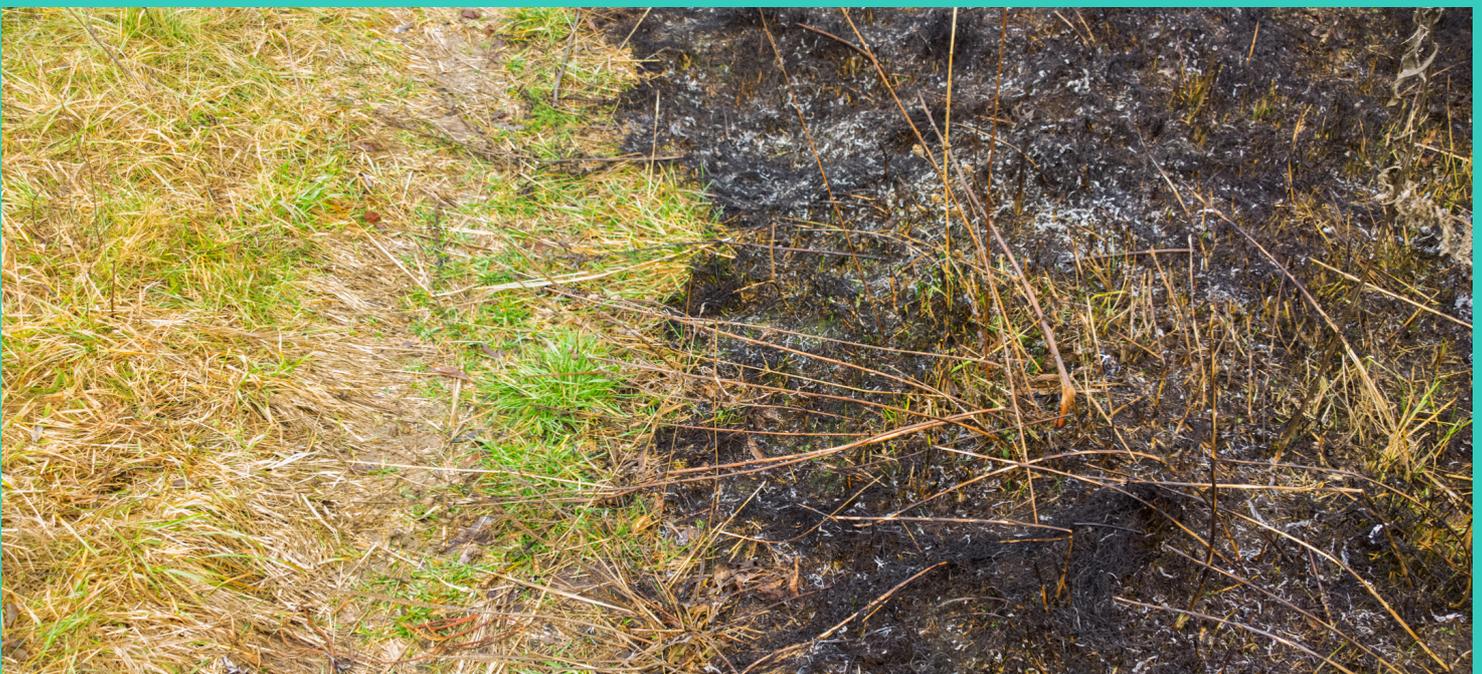
Promoteurs immobiliers, pompiers pyromanes, agriculteurs en mal de terre à cultiver ...

"Qui veut noyer son chien l'accuse de la rage." Ce célèbre proverbe qu'on retrouve dans les Femmes savantes de Molière daterait du XIII^e siècle. Il signifie que pour justifier son forfait, un criminel trouve toujours une raison valable.

Gardons nous bien de n'être le chien de personne ...

La métaphore du feu de forêt n'est qu'une façon de regarder notre société, notre monde.

Ainsi, ce que l'on qualifie volontiers de catastrophe naturelle, n'est souvent pas ... très naturel.



Billet d'humeur Yang



HOMO TOURISTICUS

par Vincent GALLET

Le début de l'été marque la fin de l'année scolaire et l'entrée dans la période des vacances estivales. En juillet et en août, des hordes de touristes vont se précipiter sur les autoroutes, dans les aéroports, faire des centaines voire des milliers de kilomètres pour séjourner dans un club de vacances, dans un camping en bord de mer ou dans une grande capitale en vogue.

Pour certains, souvent les plus jeunes, la fête et les débordements en tous genres seront l'unique quête quotidienne. Il s'agira d'enchaîner les beuveries et les conquêtes sexuelles avec la plus grande dextérité possible. Pour d'autres, plus matures et/ou flairant déjà les odeurs âcres du crépuscule existentiel, il s'agira d'enchaîner visites, activités et spectacles dans une obsession quasi-névrotique de l'efficacité. Peu importe la qualité et la résonance vibratoire avec les lieux, pourvu que règnent l'ivresse de la quantité et l'opulence.

La fierté d'un pays était jadis fondée principalement sur ses prouesses technologiques, ses victoires militaires ou encore sur ses exploits sportifs.

Désormais, c'est le nombre de touristes entassés sur des terrasses bondées et venus dépenser leurs économies de l'année qui est exposé comme un trophée. Et il faut bien reconnaître qu'en ce domaine la France bat tous les records. Nous sommes les champions de monde !!!

Le tourisme de masse est désormais l'objet d'une compétition marketing acharnée entre les pays, les territoires voire entre les villes d'une même région.

Il s'agit de vendre toujours plus de nuitées, de repas, d'activités en tous genres à des milliers de visiteurs qui auront pour principal objectif de faire des selfies devant des monuments patrimoniaux ou historiques, jadis gardiens de la mémoire et du temps mais devenus aujourd'hui des animaux de cirque minéraux offerts en pâture à des foules hystériques.

Le château de Versailles avec ses 4,5 millions de visiteurs annuels est au bord de l'agonie et les spécialistes du patrimoine sont très inquiets pour son avenir si ce rythme délirant se poursuit.

Je me souviens d'une visite effectuée avec mes deux filles dans ce mastodonte du patrimoine historique français il y a quelques années.

J'en étais sorti triste, le regard hébété, l'esprit confus. Pendant les deux heures de la visite, nous n'avons rencontré que des foules fanatisées, courant de salle en salle, bousculant tout sur leur passage, perches à selfies brandies telles des épées menaçantes, pour aller se prendre en photos dans les endroits les plus célèbres et les plus insolites du château ; l'atmosphère était irrespirable, apocalyptique.

Ce tourisme de masse est un des monstres engendrés par la société de consommation et son corollaire l'individualisme exacerbé ; le touriste-roi revendique un droit absolu et inaliénable à son selfie devant les pyramides d'Égypte ou sur les canaux de Venise, sans se préoccuper le moins du monde de son impact sur des sites fragiles qui finiront par disparaître devant les assauts répétés de cette foule bigarrée et inculte.

L'Europe est la grande gagnante de cette compétition acharnée pour séduire l'homo touristicus puisqu'elle attire, chaque année, plus de 50% des touristes du monde entier.

Pour les plus sceptiques, c'est le signe, paradoxal en apparence mais indéniable, de notre déclin et de notre déclin.

Les touristes des pays économiquement dynamiques, émergents et confiants en leur avenir, viennent ainsi visiter les monuments et donc les vestiges d'un monde finissant, d'une Europe vieillissante, décadente et qui n'a plus que son passé à offrir à la face du monde.

La marchandisation de l'ailleurs risque pourtant à terme de se retourner contre ses prosélytes les plus acharnés et ce pour plusieurs raisons :

1. Le tourisme de masse et la démocratisation de la vitesse, conséquence de l'accessibilité grandissante au transport aérien, marquent indéniablement la fin de la poésie du temps et la déspiritualisation du mouvement. Le voyage a été remplacé par le déplacement, passage sans saveur et dans la fulgurance d'un point A à un point B.

Le voyage est indissociable de la lenteur, il est attente, dévoilement subtil. Il suppose que chaque endroit soit dégusté avec respect. Il nécessite des étapes, des temps de latence, de digestion, de réflexions. Il est aussi une entrée en résonance avec d'autres énergies qui demandent à être apprivoisées et charmées.

2. Comme l'a si justement souligné Philippe MURAY dans son ouvrage HOMO FESTIVUS, « le paradoxe morbide de notre temps consiste à effacer l'ailleurs par l'uniformisation mondialiste et ensuite à vendre ce même ailleurs détruit, en tant qu'ailleurs certifié et authentifié ». Les touristes n'y voient que du feu, tentant lamentablement de démontrer leur ouverture d'esprit et leur tolérance par leur immersion annuelle dans cet ailleurs frelaté.

3. Le touriste étant désormais un enjeu économique majeur pour la plupart des pays et des régions, tout est fait pour s'adapter à ses caprices, ses habitudes et ses demandes ; on finit ainsi par mettre sous le tapis traditions, coutumes et authenticité pour s'adapter, se nier, s'uniformiser. Ainsi, dans de nombreuses villes dotées de cathédrales réputées, les horaires des messes sont modifiés (quand elles ne sont pas purement et simplement annulées) pour permettre aux armées de touristes de débarquer dans des tenues indécentes, faire le tour du propriétaire et repartir avec quelques photos sans saveur. À ce rythme de déni de soi, on finira bientôt par ne plus trouver que du fade, du faux, du frelaté, du contrefait.

Ce tourisme de masse voit toutefois fondre sur lui un nouvel ennemi, l'écologie radicale. Il n'est pas certain toutefois que le combat ait lieu.

Les marchands de rêves ont-ils déjà trouvé la solution... le tourisme éco-responsable, les séjours éthiques, payés à prix d'or et qui présentent le double avantage, pour les bobos à trottinettes et autres défenseurs acharnés de la cause des surmulots parisiens, de pouvoir s'acheter une bonne conscience et de se distinguer de la masse des prolétaires du tourisme qui continue, quant à elle, de transpirer sur les plages du Languedoc Roussillon !





Dans cette rubrique 3 conseils de lectures vous sont proposés chaque mois. Vous trouverez pour chacune d'elles un résumé succinct et une critique... nécessairement subjective.

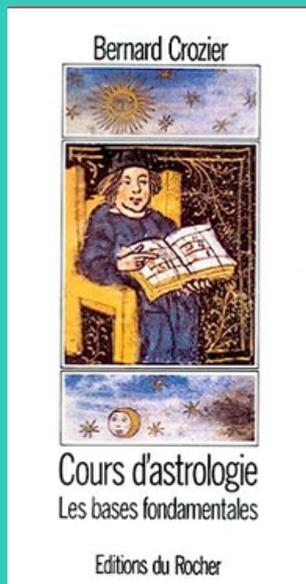
Parmi ces trois références figureront un ouvrage de métaphysique, un ouvrage, généralement un essai, en lien avec les traditions, la pensée anti-moderne et l'enracinement et enfin un roman.

Le roman s'est imposé comme une évidence pour intégrer ce triptyque mensuel car, bien que basé sur une fiction, il est la seule voie littéraire possible pour percer le cœur de la réalité existentielle humaine, faite d'émotions, de sentiments et de subjectivité.



Bernard Crozier

Cours d'astrologie
Les bases
fondamentales



Si la métaphysique chinoise et notamment le BaZi, astrologie chinoise des 4 piliers, constitue le cœur des enseignements dispensés à Essence et Traditions, nous gardons toutefois un œil attentif, curieux et intéressé sur les systèmes astrologiques des autres grandes traditions culturelles et notamment sur l'astrologie occidentale.

L'astrologie occidentale, tout comme le BaZi, utilise les coordonnées de naissance d'une personne pour dresser son thème astral, sorte de carte d'identité énergétique originelle. Toutefois, l'une, l'astrologie occidentale, utilise notamment le positionnement des astres, des planètes pour établir le thème alors que l'autre, l'astrologie chinoise, utilise comme outil principal de référence les différentes phases de transformation du Qi (à savoir l'énergie primordiale) plus connues sous le nom de cycle des 5 éléments.

D'autre part, l'astrologie occidentale est beaucoup plus descriptive que l'astrologie chinoise qui, quant à elle, a une vocation plus prescriptive.

L'astrologie occidentale permet de dresser de manière très fine le portrait psychologique d'une personne, sa personnalité, son identité.

L'astrologie chinoise donne également des informations sur ces sujets mais son utilité réside surtout dans le fait qu'elle va permettre d'apporter des conseils pour équilibrer l'énergie de naissance et ainsi mieux s'harmoniser avec le TAO.

L'ouvrage sélectionné ce mois-ci est le premier tome d'une trilogie signée Bernard CROZIER qui comprend également un second tome intitulé « Méthodes et dictionnaire d'interprétation » et un troisième tome intitulé « Exercices pratiques »

Ce premier tome présente les outils et concepts de base de l'astrologie occidentale, dans un style clair, pédagogique et dans une vision ouverte, moins fataliste, qui conçoit l'astrologie occidentale comme un faisceau de probabilités caractérisant les conditions singulières d'une incarnation.

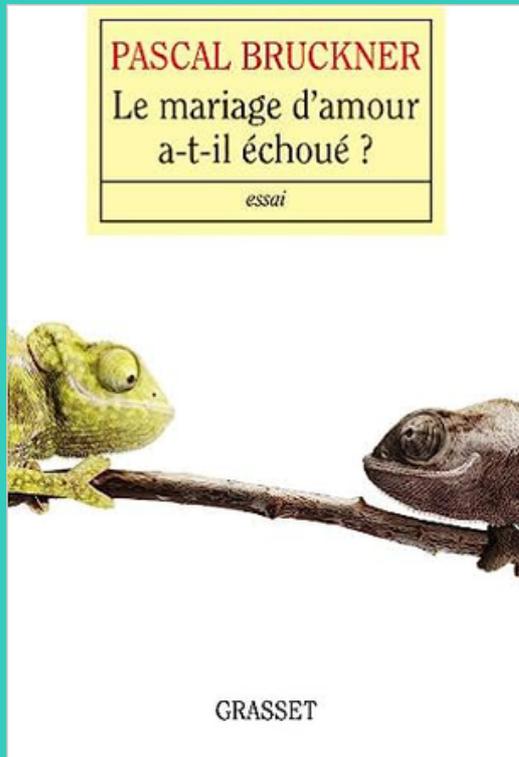
Les notions indispensables pour s'immerger dans cette discipline sont abordées, préparant de manière idoine le terrain pour celles et ceux qui souhaiteraient ensuite aller un peu plus loin dans cette discipline.

Bernard CROZIER commence bien évidemment par décrire les spécificités des 12 signes du zodiaque en les reliant à leur mode cardinal, fixe ou mutable et à leur élément de référence, mais il aborde aussi d'autres notions clefs comme les 12 maisons, les planètes et leur résonances énergétiques ainsi que les aspects harmonieux ou tensionnels que celles-ci peuvent former entre elles.

L'auteur, en toute fin d'ouvrage, évoque des concepts un peu plus ardues comme les rétrogradations, les nœuds et les lunes noires.

Un excellent ouvrage de référence pour vous lancer en toute sécurité et en toute sérénité dans cette discipline passionnante.

Pascal Bruckner
Le mariage d'amour a-t-il
échoué ?



Philosophe contemporain, Pascal Bruckner a fait de l'intimité et du couple un de ses sujets de prédilection qu'il a évoqué notamment dans « le paradoxe amoureux » ou dans « le nouveau désordre amoureux » coécrit avec Alain Finkielkraut.

Dans ce court essai, il pose une question iconoclaste, à contre-courant de l'idéologie naïvement romantique contemporaine et qui constitue d'ailleurs le titre de son essai " le mariage d'amour a-t-il échoué?"

Si le XIXème siècle a été marqué, notamment au niveau littéraire, par la dénonciation du mariage bourgeois, fondé le plus souvent sur des intérêts patrimoniaux, familiaux, parfois même subi et imposé, force est de constater que le mariage d'amour contemporain fondé sur une passion amoureuse partagée est un fiasco monumental. Inutile ici de rappeler les taux de divorce, de séparation, les violences conjugales et l'immense cohorte des couples qui n'ont plus rien à se dire et qui singent l'union sacrée pour sauver la face devant familles, amis ou autres voisins.

L'auteur fait le constat implacable que le romantisme a entraîné une faillite complète de l'engagement et du sens des responsabilités.

S'il n'évoque pas les récentes découvertes de la science et de la psychologie évolutionniste pour qui le sentiment amoureux n'est en réalité qu' un processus chimique, hormonal dont le but est

d'attirer homme et femme l'un vers l'autre pour assurer la survie de l'espèce, il insiste plus spécifiquement sur la pression nocive qu'exerce sur la relation cette norme de la passion amoureuse comme ciment du couple. La valorisation exacerbée des sentiments, de la passion, de la performance romantique intoxique la relation très rapidement. Le moindre temps mort, le moindre doute, le moindre grain de sable dans cette course folle au plus, au mieux, au meilleur, aboutissent à une asphyxie rapide de la relation privée de l'oxygène vitale de la sérénité, de la tempérance et de la sobriété.

Il faut encore ajouter à cette pression romantique le fait que le couple est quasiment devenu pour beaucoup la seule raison valable de vivre. Devant la déliquescence spirituelle, la fin des grandes idéologies porteuses d'espoirs et la perte de sens complète du travail, le couple est désormais la bouée de sauvetage à laquelle chacun s'accroche désespérément. Le problème est que quand on mise tout sur sa moitié pour donner un sens à sa vie et être heureux, on finit par la détester, la haïr si celle-ci ne répond à toutes nos attentes.

Pascal Bruckner oppose à cette vision contemporaine, dont je partage avec lui le caractère erronée et destructeur, un conservatisme intelligent où le mariage d'intérêt retrouve une place équilibrante.

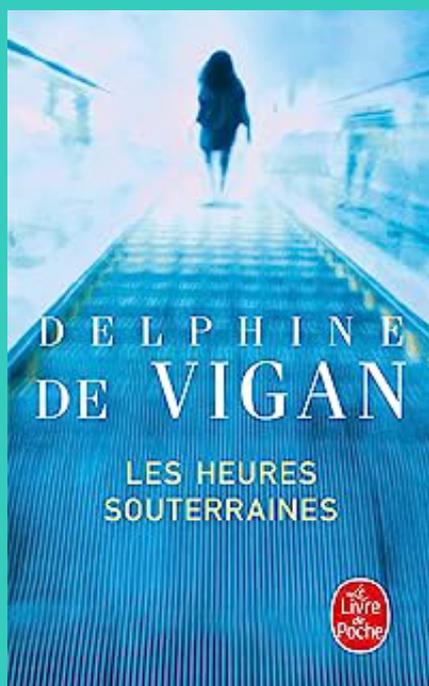
La différence étant qu'ici l'intérêt n'est pas exclusivement patrimonial, familial comme il a pu l'être jadis, mais fondé sur une double complémentarité ; la valorisation des points forts et l'acceptation sans reproche des faiblesses de chacun donnent à l'ensemble une puissance synergétique qui permet d'affronter le quotidien et ses difficultés avec plus de confiance.

Le mariage est ainsi éviscéré des passions destructrices, il est fondé sur le respect, des intérêt communs, une complémentarité et finit par engendrer, avec le temps et les épreuves et bonheurs partagés, une tendresse ancrée, une douceur de vivre qui résistent aux tempêtes de l'existence et à l'escroquerie mensongère du romantisme.

154 pages, 11,20€

Vincent GALLET

Delphine de Vigan
Les heures souterraines



Écrivaine française contemporaine née en région parisienne, Delphine de Vigan, dans « les heures souterraines » met parallèlement en scène la vie de deux personnages confrontés à la solitude des grandes agglomérations et à la misère affective qui l'accompagne.

Mathilde a perdu son mari dans un accident il y a une dizaine d'années et élève seule ses trois enfants. Elle a décroché un job de cadre dans une grosse boîte qui lui offre un salaire convenable et la reconnaissance de sa hiérarchie et de ses collègues.

Elle se retrouve pourtant du jour au lendemain mise au placard, humiliée et harcelée psychologiquement pour avoir osé, lors d'une réunion, apporter la contradiction à son chef de service.

À travers le vécu de Mathilde, l'autrice décrit la violence du milieu de l'entreprise, son hypocrisie, son arrogance pyramidale et sa lâcheté.

L'autre personnage central de ce roman sombrement réaliste est Thibault, médecin généraliste aux urgences, qui vient de quitter une femme superficielle et indifférente à ses besoins profonds, et qui survit du mieux qu'il peut dans les vapeurs de ses souvenirs.

Son quotidien, il le passe dans sa voiture se rendant d'un rendez-vous à l'autre pour soigner rhumes et gastro, mais surtout pour tenter d'endiguer les flots de détresse humaine qu'il prend en pleine figure à chacune de ses visites médicales.

Delphine de Vigan fait se croiser de manière fluide le quotidien de deux blessés de la vie, usés par l'isolement et les heures souterraines, ces heures vides, épuisantes, passées dans le métro, le RER ou dans les embouteillages ; ces heures de solitude surpeuplée où l'élan vital est éteint, l'envie de se battre annihilée.

Dans une narration froide, métallique et détachée, Delphine de Vigan ne cède pas à la tentation facile d'une rencontre romantique salutaire entre Mathilde et Thibault mais nous décrit de manière implacable la difficulté pour les faibles de résister à cette vie écrasante et impitoyable.

Mathilde et Thibault finiront-ils toutefois par s'effleurer ?

« Mais les gens désespérés ne se rencontrent pas, ou peut-être au cinéma. Dans la vraie vie, ils se croisent, s'effleurent, se percutent et souvent se repoussent comme les pôles identiques de deux aimants. »

Delphine de VIGAN. Les heures souterraines.

256 pages, 8,40€

Vincent GALLET





par Vincent GALLET

Nous avons fait le choix dans la gazette de faire une place (qui nous semble amplement méritée) au cinéma. Art majeur du XXème siècle, il fut considéré comme le 7ème par Ricciotto Canudo, complétant ainsi la classification proposée par Hegel dans Esthétique où les différents arts sont répertoriés selon une double-échelle de matérialité décroissante et d'expressivité croissante.

Le cinéma est certes un mélange d'art et de technique mais il a la particularité d'intégrer les 5 éléments artistiques que sont le langage, le son, l'image, le mouvement et l'interactivité ; ce qui en fait un spectacle unique et fascinant.

Chaque mois, deux films (ou séries) vous seront proposés. Les articles comporteront un synopsis pour vous donner une idée du fil conducteur scénarique et une critique de quelques lignes pour vous donner envie... ou pas, de vous y plonger à votre tour. L'accent sera mis sur le cinéma contemporain mais nous n'hésiterons pas aussi à sortir de nos malles poussiéreuses d'anciens chefs d'œuvre qui ont marqué l'Histoire du 7ème Art. Nous ne sommes pas des spécialistes de la technique et notre but se limitera à partager avec vous la riche palette émotionnelle ressentie dans les salles obscures.



FAUTE D'AMOUR

SYNOPSIS

Boris et Genia sont en train de divorcer. Ils se disputent sans cesse et enchaînent les visites de leur appartement en vue de le vendre. Ils préparent déjà leurs avenir respectifs : Boris est en couple avec une jeune femme enceinte et Genia fréquente un homme aisé qui semble prêt à l'épouser... Aucun des deux ne semble avoir d'intérêt pour Aliocha, leur fils de 12 ans. Jusqu'à ce qu'il disparaisse.

CRITIQUE

Une des raisons pour lesquelles le cinéma russe m'attire et me passionne est sa propension inégalée à nous renvoyer en pleine figure des vérités dérangeantes.

Andréï ZVIAGUIINTSEV, un des meilleurs réalisateurs russes contemporains, mais aussi l'un des plus difficiles d'accès tant son cinéma est sombre et sans espoir, nous offre avec «Faute d'Amour» un film crépusculaire, spectral, métallique à la mise en scène épurée.

Antithèse de « Elena », un de ses films précédents sorti en 2012 qui était la démonstration puissante que les liens du sang et l'amour filial l'emportent sur tout le reste, «Faute d'Amour» évoque à l'inverse l'assèchement du cœur et de l'âme poussé à son paroxysme.

Le metteur en scène russe aborde la dérive égoïstement machiavélique de Boris et Genia, un couple en plein divorce dont l'histoire d'amour révolue a donné naissance à Aliocha aujourd'hui âgé de 12 ans.

Depuis leur séparation ils sont devenus les pires ennemis et le petit Aliocha est désormais une gêne, un embarras pour leurs projets respectifs. C'est en apprenant, caché derrière une porte, cette cruelle vérité de la bouche de ses parents que le petit Aliocha décide de fuguer et de s'enfuir.

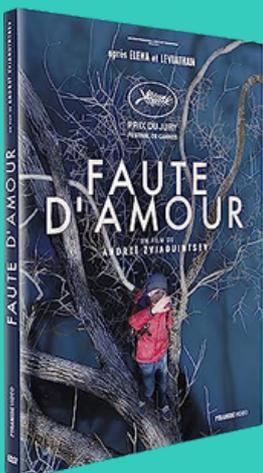
Genia a en effet retrouvé l'énième homme de sa vie, sportif, riche et bellâtre.

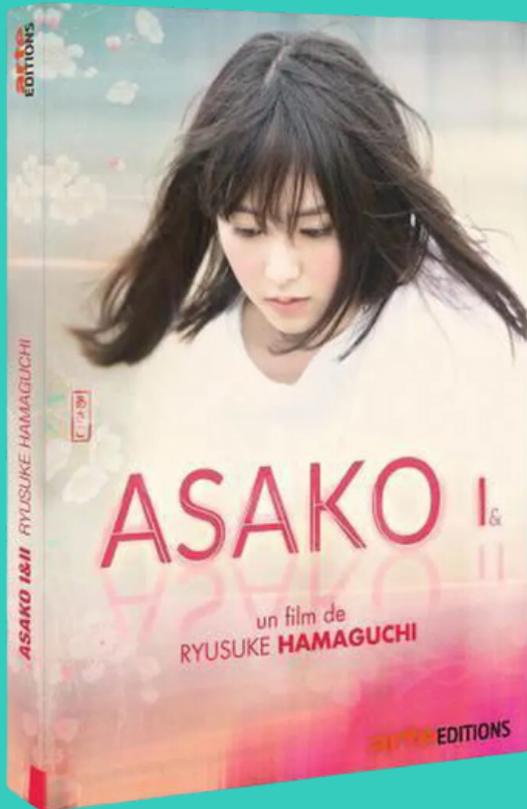
Boris a quant à lui dégoté l'âme sœur, beaucoup plus jeune que lui, qu'il a déjà engrossée et à qui il a promis amour et fidélité éternels... jusqu'à sa prochaine conquête.

Aliocha n'a plus sa place dans ces deux projets tellement représentatifs des aspirations dénuées de sens engendrées par la post-modernité.

Andréï ZVIAGUIINTSEV nous décrit un monde crépusculaire où les adultes ont perdu toute transcendance et ne sont plus connectés à leur âme.

Un instantané photographique terrifiant de notre monde moderne. Une claque comme seul le cinéma russe peut en infliger.





ASAKO

SYNOPSIS

Lorsque son premier grand amour disparaît du jour au lendemain, Asako est abasourdie et quitte Osaka pour changer de vie. Deux ans plus tard à Tokyo, elle tombe de nouveau amoureuse et s'apprête à se marier... à un homme qui ressemble trait pour trait à son premier amant évanoui.

CRITIQUE

Une fois de plus le cinéma japonais nous offre une œuvre (en deux volets) d'une sensibilité, d'une subtilité et d'une poésie à couper le souffle.

Ryusuke HAMAGUCHI aborde dans ce film la trace indélébile que le premier véritable amour (qui n'est pas toujours le premier au sens temporel du terme) laisse sur la destinée de chacun d'entre nous. Epreuve mystique existentielle, il trace un sillon indélébile qui, selon notre degré d'évolution spirituelle, sublimera ou polluera tout le reste de notre parcours relationnel.

Quand Asako rencontre Baku lors d'une exposition à Osaka, c'est le coup de foudre réciproque. Baku incarne la beauté fatale masculine ; mystérieux, semblant planer sur les contingences matérielles, cultivé, brillant, il écrase la concurrence par un détachement lui donnant une assurance lunaire troublante.

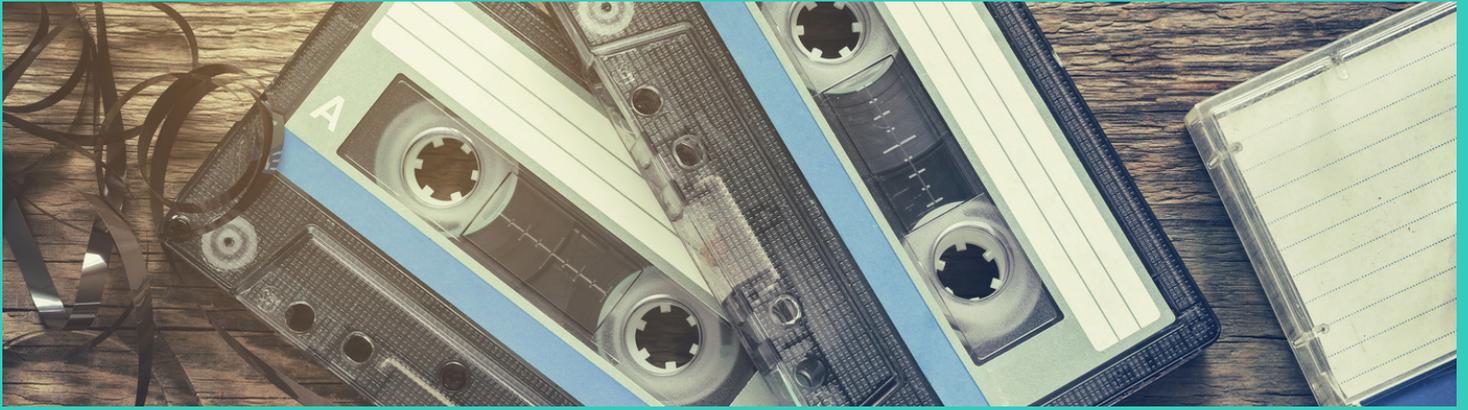
Asako vit comme dans un rêve, se refusant d'ailleurs à incarner complètement ce premier amour dans sa réalité temporelle. Baku finit par disparaître de manière soudaine en se rendant un matin à la boulangerie du quartier.

On retrouve Asako deux ans plus tard à Tokyo, tentant, avec difficultés, de tirer un trait sur ce passé douloureux jusqu'au jour où elle rencontre Ryohei, sosie physique de Baku mais au caractère totalement opposé.

Cette rencontre réveille un passé qui ne demandait qu'à érupter à nouveau.

Asako choisit de mener une vie rangée auprès de Ryohei. Distante, fuyante, souvent perdue dans ses pensées, Asako donne le sentiment de vivre cette relation plus calme, plus stable comme un simple succédané de sa première passion. Les non-dits sont légions et constituent le support principal de communication d'un couple dont le principal défaut aura été de ne pas avoir compris et accepter qu'aimer est... le choix d'une fatalité !!

Un jour, une chanson



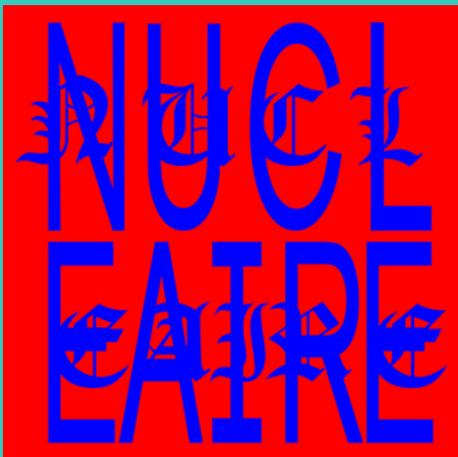
par Vincent GALLET

Les chansons sont, depuis la nuit des temps, associées à tous les événements importants de nos vies. Elles nous accompagnent dans les bons moments (mariage, fêtes populaires, victoires sportives...) comme dans les plus délicats (chants religieux des enterrements, chants de la soldatesque au moment de la mobilisation...).

Elles sont aussi parfois en résonance avec des événements plus intimes, à la charge émotionnelle forte. Une rencontre amoureuse, un souvenir d'enfance... Les chansons constituent, dans ce dernier contexte, un moyen unique de se reconnecter au passé pour s'y plonger avec délice, nostalgie ou tristesse.

Chaque mois, une chanson sera mise à l'honneur. Parfois elle sera associée à un vécu personnel, parfois on se contentera d'en souligner les signifiants universels.

NUCLÉAIRE ~ ODEZENNE



Le crépuscule vient de s'unir à la fraîcheur... la nuit tombe avec arrogance car elle sait que son heure s'impose sans effort depuis la nuit des temps.

Je viens de sortir du cinéma, je suis encore assommé par le film que je viens de voir : « Mon Légionnaire ». Au départ une production française sans prétention et sans grand moyen. J'ai toutefois franchi le cap car le casting me paraissait attractif. Louis GARELL a pour moi un grand avenir cinématographique et Camille COTTIN a déjà fait ses preuves.

Mais ce qui vient aussi de me plaquer contre le mur ce soir c'est la chanson de ODEZENNE reprise dans une scène mémorable du film. Elle est en parfaite symbiose avec le personnage le plus intrigant, le plus profond et le plus inaccessible de ce film. :Vlad interprété par l'acteur Ukrainien Aleksandr KUZNETSOV.

Engagé dans la légion étrangère il fait venir en Corse sa compagne Nika. Enfermé dans ses émotions, incapable d'exprimer ses sentiments, Vlad finit par détruire ce qu'il a de plus cher, sa relation avec NIKA et par perdre la vie lors d'une opération militaire, épilogue funeste d'une existence enveloppée de mutisme, de silences et de non-dits mortifères.

Cette chanson est une ode intemporelle à tous ceux qui sont dans l'incapacité d'ouvrir leur cœur, qui souffrent en silence, aiment intensément sans ne rien laisser paraître.

À écouter ici : <https://www.youtube.com/watch?v=iRGGTaAhexc>



LE SOMMEIL

(2ème partie)

par Fabienne BOTELLA

L'insomnie ou plutôt les insomnies sont un vaste sujet dans lequel on regroupe, en plus des difficultés d'endormissement la nuit venue évoquées lors du précédent numéro de la Gazette, les réveils en cours de nuit, le sommeil agité, perturbé par des rêves ou encore le fait de se réveiller très tôt le matin.

Nous avons vu que la durée et la qualité du sommeil avaient une énorme responsabilité dans la capacité du corps à se régénérer et à maintenir son équilibre.

Nous avons également pointé du doigt quelques habitudes qui peuvent se révéler pénalisantes en fonction de la sensibilité de chacun.

Abordons aujourd'hui une autre forme des troubles du sommeil, ceux qui se caractérisent par des réveils au beau milieu de la nuit et qui parfois ne vous autorisent même pas à repiquer du nez.

Il est 2h36 du matin, vous avez les yeux grands ouverts, pourtant vous avez à peine dormi 4 heures consécutives ... et une fois de plus vous savez que ce n'est pas cette nuit que vous allez vous reposer.

Tout semblait bien commencer : bâillements, yeux qui piquent, envie de dormir... C'est sans difficulté que vous avez entamé votre nuit. Comme vous êtes attentif à la qualité de votre sommeil, vous aviez pris soin de veiller entre autre à l'alimentation ce soir là, l'activité physique raisonnée, la température de la chambre à coucher. Tout paraissait idéal et pourtant ... Vos nuits s'enchaînent ainsi depuis plusieurs semaines, les insomnies s'installent : la cause est ailleurs.

Bien sûr, comme pour les problèmes liés à l'endormissement, des causes plus profondes existent. En Médecine Traditionnelle Chinoise, on parle de causes internes et de causes externes, et bien souvent, d'un subtil mélange des deux !

Vous savez que cette approche est basée sur les liens intimes et indissociables entre le Corps et l'Esprit.

Ainsi ce qui déséquilibre l'un affecte nécessairement l'autre. C'est alors qu'à terme, tout «événement» qui n'a pas été pris en considération et traité rapidement peut occasionner des troubles plus durables.

C'est l'enchaînement en série.

Premier exemple : vous êtes contrarié au travail, vous devenez irritable, tournez en boucle à chercher une solution pour ménager la chèvre et le chou, votre conjoint n'en peut plus de vous entendre sur ce sujet que vous remettez sur la table à chaque repas ... La situation autant stressante que fatigante finit par peser sur votre digestion qui se passait jusque là sans difficulté. Le rythme imposé vous oblige à dîner tard et avouons-le, dans une ambiance tendue.

Vous êtes épuisé et vous endormez comme une masse à 22h. À 3h, vous vous réveillez les yeux écarquillés, avec des nausées et des brûlures d'œsophage comme vous n'en avez jamais eues... Sans crier gare, arrivent à votre esprit une multitude de pensées, votre cerveau s'emballe et malgré l'anti-acide (naturel ou chimique !) pour calmer vos douleurs, vous savez que votre nuit est fichue.

Les étudiants ou praticiens de MTC auront certainement reconnu un cas clinique typique... et malheureusement tellement fréquent.

Deuxième exemple : votre vie est tout ce qu'il y a de mieux réglée, adepte d'une quantité d'activités physiques douces, vous adorez votre métier qui est une source d'épanouissement, votre alimentation semble tout ce qu'il y a de plus équilibrée mais il faut bien reconnaître que le coût de la viande et la culpabilisation vous ont conduit à limiter de votre consommation de produit d'origine animale. Vous avez bien tenté de compenser par des protéines végétales mais force est de constater que ce n'est pas votre tasse de thé.

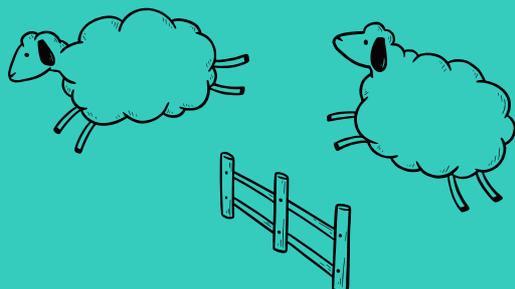
Le mois dernier, vous avez chuté sur une plaque de verglas et votre postérieur s'est couvert d'un hématome passant par toutes les nuances du noir au bleu violacé s'étendant jusqu'au genou et dans le pli de l'aîne. Cet épisode n'est pas sans vous rappeler votre glissade à la piscine deux ans plus tôt ; celle qui a occasionné un énorme bleu tout le long de votre épaule et de votre thorax... Pourtant cette fois, bien plus que les douleurs dues aux ecchymoses, ce sont des fourmillements terribles dans les mains et les avant-bras qui vous réveillent chaque nuit, vous obligeant à changer de positions plusieurs fois avant de piquer à nouveau du nez. Petit à petit, les palpitations jusqu'alors occasionnelles viennent accompagner les fourmis et tout cela devient de plus en plus angoissant. Nuit après nuit, vous l'avez compris, le sommeil se dégrade.

Que dire encore, du conjoint qui grince des dents, qui parle la nuit, qui bouge ou qui ronfle ?

Quiconque a tenté les boules Quies sait bien qu'au final, c'est d'un confort tout relatif. En faisant chambre à part, si toutefois c'est possible, vous ne solutionnez qu'une moitié du problème !

Alors on est bien d'accord, celui qui grince des dents ou ronfle, mérite également qu'on se penche sur son problème car la qualité de son sommeil est lourdement impactée. Les causes sont là aussi diverses et variées.

Quant au partenaire, réveillé au moindre soubresaut dans le lit ou au moindre craquement du parquet, n'est-il pas victime d'un sommeil mal enraciné qui maintient un niveau de vigilance capable de le mettre en alerte à tout moment ? Et ... de le tirer de son sommeil ?



Le nombre d'heure de sommeil recommandé selon l'âge :

- De la naissance à 6 mois : 16 heures.
- De 6 mois à 2 ans : 13 heures.
- De 2 à 12 ans : 10–12 heures.
- De 12 à 18 ans : 9–10 heures.
- Jeune adulte : 7–8 heures.
- Plus de 60 ans : 5–7 heures.*

Ma conclusion sur le sujet, vous l'aurez compris, c'est qu'il n'existe pas une mais bien des insomnies. Je n'ai aucune recette universelle et miraculeuse à vous proposer, pas plus qu'une poudre Perlimpinpin, en revanche l'analyse de chaque situation permet de trouver une solution. Pour chaque personne, les perturbations du sommeil sont donc à étudier avec minutie pour en déterminer la ou les causes profondes.

Une perturbation de quelques jours liée à une maladie aiguë, un traumatisme récent ou encore un stress ponctuel est relativement anodine. Sa répétition devient préoccupante. Si les troubles sont chroniques, s'amplifient et impactent votre vitalité, je ne peux que vous inviter à vous tourner vers un praticien pour vous aider.

L'automédication ou les produits délivrés sur un coin de comptoir en 2 minutes peuvent éventuellement vous assurer un peu de répit mais la recherche du déséquilibre de votre terrain est certainement votre meilleure chance de retrouver un sommeil de bébé sur le long terme.

Le saviez-vous ?

Selon la Médecine Traditionnelle Chinoise, la meilleure position de sommeil consiste à se coucher sur le côté droit, avec les jambes légèrement fléchies, le bras droit fléchi et reposant en avant de l'oreiller, et le bras gauche appuyé sur la cuisse gauche. Selon ces conceptions, le cœur est, dans cette position, placé en haut et le Sang peut circuler librement ; le foie est placé en bas et le Sang peut s'y rassembler et enraciner l'Âme Éthérée pour faciliter le sommeil ; l'estomac et le duodénum sont dans une position telle que la descente des aliments s'en trouve facilitée. *

Fabienne BOTELLA

Accompagnements personnalisés : MTC, hypnose, ventouses, aromathérapie, Bazi.

à NANCY

03 83 90 38 99

* La psyché en médecine chinoise.

Traitement des maladies psychiques et émotionnelles par l'acupuncture et la phytothérapie chinoise.

Giovanni Maciocia

Chronique des temps modernes

Avertissement : ces mini-saynètes sont des œuvres de fiction inspirées par la réalité pathétique mais souvent burlesque de notre modernité décadente. Toute ressemblance avec des personnes ou des situations ayant réellement existé ne saurait être que fortuite et involontaire.

par Vincent GALLET

Au bal masqué.

La 7ème vague de l'épidémie de COVID 25 venait de perdre en intensité, offrant un peu de répit à la population encore abasourdie par près de 4 mois de confinement et de paralysie complète de l'économie.

Pour Marielle, il était hors de question de baisser la garde. Citoyenne responsable, soucieuse de la santé de ses proches, elle appliquait toujours avec la plus extrême vigilance les gestes barrières et autres consignes hygiénistes que les chaînes de télévision ânonnaient mécaniquement à chaque nouveau bulletin de désinformation.

Au tout début de la première vague, une prime avait même été instaurée pour inciter les « bons » citoyens à dénoncer aux autorités celles et ceux qui ne jouaient pas le jeu de la solidarité sanitaire inter-générationnelle. Marielle venait d'ailleurs encore d'encaisser, en début de mois, un virement de 400 euros, fruit de sa collaboration active avec le ministère de la santé .

En effet, avant la levée progressive des mesures barrières décidée en fin de semaine dernière et que Marielle jugeait extrêmement prématurée, elle passait une bonne partie de ses soirées, planquée derrière le rideau de son salon, pour tenter de repérer les voisins du quartier, qui, lors de leur promenade vespérale chronométrée, n'avaient pas ajusté parfaitement leur masque ou s'approchaient un peu trop près de leurs congénères pour tailler la bavette quelques minutes. Un numéro vert avait été mis en place pour permettre une réactivité optimale des forces de sécurité. Moins de 5 minutes après ses appels, Marielle voyait débarquer une équipe de la Police Municipale, lourdement armée, pour interpellier manu militari les criminels qui violaient sans vergogne les consignes de sécurité sanitaire. Il y avait de quoi être favorable au rétablissement de la peine de mort face à de tels comportements...

À chaque intervention policière vécue en direct, Marielle ressentait un léger frisson de bien-être monter le long de sa colonne vertébrale ; elle avait aussi remarqué que ses pupilles se dilataient et qu'un peu de sueur perlait sur son front... un orgasme de citoyenneté en quelque sorte...

Il fallait bien admettre que ces délations jouissives constituaient les rares moments de plaisir que Marielle s'accordait dans la journée. Depuis la série de confinements qui avaient été mis en place pour lutter contre ce que les experts, le regard brillant d'arrogance, qualifiaient désormais de crise endémique, sa vie était devenue monotone et routinière.

Marielle n'en prenait toutefois pas ombrage et gardait un moral d'acier. Elle menait en effet une véritable guerre contre un ennemi invisible, qui pouvait frapper n'importe où et n'importe quand. La chevalerie masquée, dont elle arborait fièrement le blason de papier, n'avait certes pas la tâche facile mais le combat était noble et juste. Avec 0,0000000001 % de létalité, ce nouveau variant thétanausore 33 n'était pas le moins coriace parmi les lignes ennemies...



Le premier geste du matin, avant même de chausser ses lunettes, consistait, pour Marielle, à s'enduire les mains, durant de longues minutes, avec un gel hydro-alcoolique dont Alicia sa collègue de bureau lui avait vanté la douceur et le parfum banane uniques. Il était ensuite temps de choisir la couleur du masque qu'elle allait porter avec professionnalisme durant toute la journée en veillant bien entendu à ce que celui-ci soit en parfaite harmonie avec la tenue qu'elle allait revêtir. Seul le moment du repas, pris le plus rapidement possible pour éviter une auto-contamination fâcheuse, offrait un bol d'oxygène coupable à Marielle. Elle avait d'ailleurs lu récemment dans le magazine «Obsession Santé» que de nouveaux dispositifs permettant de s'alimenter et de boire tout en restant masqué allaient bientôt être mis sur le marché. Une excellente idée de cadeaux pour les fêtes de fin d'année qui approchaient à grands pas.

Marielle passait rapidement à la salle de bains. Un peu de liner et de fard à paupières suffisaient désormais pour donner l'illusion que Chronos épargnait les femmes !

Le masque, qu'elle portait en permanence, cachait en effet ses lèvres fines et pâles ainsi que sa dentition irrégulière et jaunie par des années de dépendance au tabac et au café. Pour les femmes au physique ingrat, il fallait bien reconnaître que cette muselière était une véritable bénédiction !

La journée de télétravail pouvait débuter, rythmée par les flashes info alarmistes et les pauses clope sur le balcon. Une série NETFLIX permettait d'entrer tranquillement dans la soirée avant de profiter pleinement de son abonnement PREMIUM UBER qui lui donnait la possibilité de se faire livrer des plats exotiques succulents par de jeunes étalons ébènes encore plus appétissants.

En ce dernier vendredi du mois d'octobre, Marielle avait toutefois décidé de jouer avec son destin et de prendre tous les risques pour... aller boire un verre AU CLITODIUS, le nouveau bar à la mode où toutes les quadras fraîchement divorcées allaient faire leur marché de chair fraîche et testostéronée. C'était sa première sortie officielle depuis le déconfinement.

Quand Marielle pénétra dans le bar, l'atmosphère était déjà empesée par les parfums denses et puissants de la dizaine de poufiasses qui déambulaient, croupe saillante et regards à l'affut, dans le vestibule attenant à la salle principale.

Le regard de Marielle fut immédiatement attiré par un magnifique masque bleu, dont le contour était finement décoré de fleurs de lys, renforçant ainsi la majesté princière du jeune homme au regard troublant qui le portait avec arrogance.

Maximilien venait lui aussi de remarquer le rose fuchsia pénétrant du masque de Marielle qui accompagnait merveilleusement bien les bottines rouge sang qu'elle portait ce soir.

À l'ère covidienne le masque était devenu un argument de séduction parmi les plus prisés et tout un chacun n'hésitait pas à faire preuve d'originalité, de créativité voire d'excentricité pour tenter de sortir du rang et d'arracher le gros lot.

D'un geste assuré, Maximilien invita Marielle à sa table, située dans l'arrière fond du bar. Le léger plissement de ses yeux lui indiqua qu'il lui souriait. La conversation s'engagea sur un ton badin et enjoué. Marielle ne comprenait pas vraiment ce que lui disait Maximilien ; ses mots étaient en effet étouffés par son masque qu'il réajustait avec fébrilité à la fin de chacune de ses phrases. Mais elle devinait qu'elle lui plaisait beaucoup et qu'il n'était pas passé AU CLITODIUS ce soir pour conter fleurette pendant de longues heures et rentrer bredouille.

Maximilien sortit avec élégance une bouteille de gel hydro-alcoolique de la poche de sa veste. Marielle repéra très vite la marque haut de gamme de ce gel qui laissait présager chez Maximilien un salaire sûrement très confortable. Le parfum mangue augurait aussi d'un goût prononcé pour l'exotisme et les climats tropicaux, conséquence certaine des nombreux voyages qu'il avait du faire dans l'hémisphère Sud.

Maximilien s'enduit longuement les mains de gel hydro-alcoolique, pris délicatement la main gauche de Marielle pour en faire de même... leurs doigts s'entrelacèrent dans une apothéose gluante, poisseuse et visqueuse qui exhalait des parfums de mangue enivrants.

Marielle fut ensuite prise dans un tourbillon libidinal qui conduisit ce couple d'un soir, hydro-alcoolico-dépendant, dans la chambre de Maximilien.

Quand Marielle découvrit le sexe de Maximilien, elle fut prise d'une panique étouffante. Non pas que sa taille robuste lui fit peur... à plus de 50 ans elle avait déjà expérimenté une large gamme de ces gros engins de chantiers, mais elle avait bêtement laissé son gel dans son sac à mains, lequel avait été lâchement abandonné dans le couloir de l'appartement et était donc hors de sa portée.

Marielle tourna machinalement la tête sur sa gauche et aperçu des lingettes javellisées qui attendaient sagement d'accomplir leur destin, comme un signe que sa bonne étoile ne l'avait pas abandonnée. Marielle, ivre de soulagement, en arracha une de la boîte et, avec délicatesse, frotta le phallus pointé vers les étoiles de Maximilien, s'assurant qu'aucun endroit n'avait été oublié et que même les demoiselles d'honneur avaient eu droit à leur petit traitement de faveur javellisé... Marielle pouvait désormais s'abandonner, sereine, dans les bras de la nuit langoureusement aseptisée qui l'attendait.



L'instant métaphysique chinoise



par Fabienne Botella

DHARMA

Le bouddhisme prend naissance vers le milieu du premier millénaire avant notre ère, au nord-est du sous-continent indien.

Le mot bouddhisme vient de la racine sanskrite bodhi signifiant éveil.

L'éveil, c'est se dépouiller de toutes les conceptions erronées que nous avons sur ce qui nous entoure mais d'abord sur nous-même.

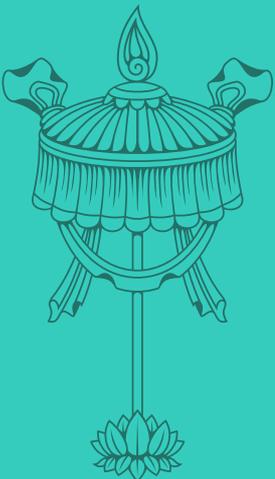
Le terme "bouddha" ne désigne pas un dieu ou un prophète qui apporte une révélation. C'est un être humain ordinaire parvenu à la sagesse et à la compassion par les seules qualités de son intelligence et de sa force morale. Il délivre un enseignement qui n'a rien à voir avec le surnaturel. D'ailleurs ces enseignements ne prétendent jamais être LA Vérité.

Car d'après le Bouddha, nos souffrances viennent de ce que l'on ne se connaît pas vraiment et que notre approche du monde est déformée par nos projections, nos émotions, nos attentes, nos habitudes.

En cela, le bouddhisme porte un message pour le moins déroutant quand on a plutôt tendance à se plaindre de son environnement ou de la société : c'est en soi-même que se trouve la solution.

Les notions de compassion et bienveillance occupent une place importante dans le bouddhisme et c'est progressivement, par le cheminement, qu'il propose de se libérer de nos conditionnements cognitifs et émotionnels. Il s'agit d'être responsable de sa condition, acteur de son bonheur sans attendre un salut venant du surnaturel.

Et en ce sens, un postulat de base non négligeable est que puisque le Bouddha était un humain, chacun de nous a le potentiel de l'Éveil en lui et dispose de la « nature de bouddha » lui permettant de cheminer.





L'histoire dit que le premier Bouddha était Bouddha SHAKYAMUNI, un prince indien qui a atteint l'Éveil au VI^e siècle avant notre ère. C'est lui qui a enseigné le chemin spirituel connu aujourd'hui sous le nom de bouddhisme d'abord au nord-est de l'Inde puis dans toute l'Asie au cours des siècles qui ont suivi son Illumination.

On connaît désormais de nombreux courants bouddhistes parmi lesquels Theravada (Doctrines des anciens), Mahayana (grand véhicule) et Vajrayana dont l'école la plus célèbre est celle du bouddhisme tibétain.

Citons encore le bouddhisme Zen (Chan) très influencé par le taoïsme dont une particularité est la pratique de méditation en position assise.

Le plus souvent, les adeptes du bouddhisme n'abandonnent pas leurs autres pratiques religieuses.

AUTOUR DU BOUDDHISME

L'art bouddhique constitue une part importante du patrimoine artistique de l'Asie.

Côté architecture les temples et pagodes les plus connus sont des monuments de dimensions imposantes. L'aspect extérieur est très variable d'une région à l'autre. J'ai eu la chance de me rendre à deux reprises au Temple Yuanfeng de Kunming dans la province du Yunnan en Chine. Cet endroit à l'ambiance singulière est d'une incroyable quiétude malgré l'effervescence qui y règne. Construit sous la dynastie des Tang, on y accède par un portique monumental édifié en 1666 où sont peints les 4 caractères « lieu saint de la compréhension de toutes choses ».

Au dessus du bassin, dans un premier pavillon, trône Guanyin. Cette déesse au mille bras détient le pouvoir de fécondité et veille sur le quotidien des bouddhistes. Plus loin un autre pavillon abrite par une statue du Bouddha Siddharta en bronze gardé par deux chimères.



Summum de l'immersion, la procession de moines drapés de rouge qui se dirige vers la salle principale. Même à l'extérieur des bâtiments, on entend le bourdonnement des mantras et l'air est chargé de l'odeur de l'encens.

L'encens est d'ailleurs l'une des six offrandes lors des fêtes et cérémonies bouddhistes avec les fleurs, les illuminations (bougies ou lampes), le thé, les fruits ou la nourriture. On le brûle alors systématiquement par trois bâtons qui symbolisent les 3 joyaux dans la culture bouddhiste : Bouddha, le Dharma (son enseignement) et Sangha (la communauté spirituelle). Il aide à l'élévation et sa fumée transporte la pensée vers le haut ... tout comme il symbolise l'élévation de la prière dans certaines religions.

Parmi les autres symboles, l'un des plus populaires est sans doute la Roue du Dharma : un cycle sans fin qui va de naissance en renaissance. Le bouddhiste ne craint pas la mort, elle fait partie du cycle.

La très célèbre fleur de lotus figure la véritable nature des Êtres. Elle est à voir aussi comme une fleur magnifique lors de son éclosion au dessus de l'eau alors que sa graine est enfouie dans la vase d'où elle développe ses racines et élève une tige solide vers la surface qu'elle dépasse pour atteindre la lumière. L'ombrelle quant à elle représente la protection de la souffrance. On peut encore citer le nœud infini, la svastika, la conque blanche ...

Parmi les autres signes fréquemment employés dans la pratique, les mudras sont des poses ou des gestes de mains. Ils ne sont pas propres au bouddhisme mais on les retrouve très couramment sur les représentations de l'iconographie bouddhique.

Le cinéma regorge de films inspirés du bouddhisme pour n'en citer que quelques uns:

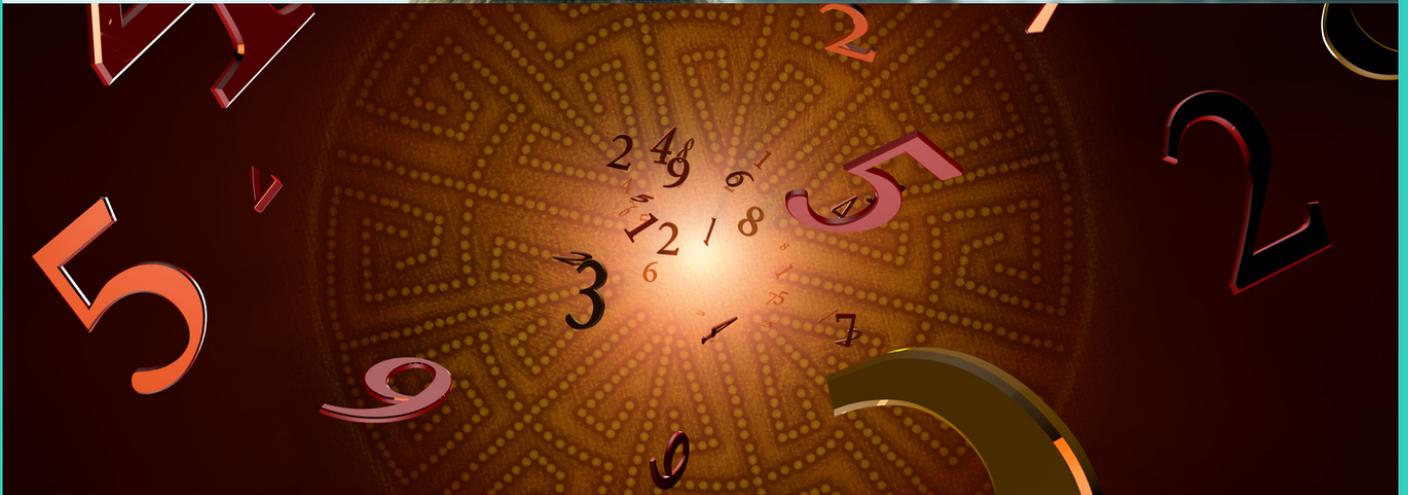
- Zen, de Bamei Takahashi
- Printemps, été, automne, hiver... et printemps, de Kim Ki-Duk
- La Vallée des fleurs et Samsara, de Pan Nalin

Enfin les rayons des librairies sont particulièrement riches et je vous recommande la lecture de cet ouvrage merveilleux de Christophe Fauré, psychiatre, qui raconte son parcours, émouvant et tellement inspirant : "S'aimer enfin ! : Un chemin initiatique pour retrouver l'essentiel."

https://www.nationalgeographic.fr/photography/2020/04/les-plus-beaux-temples-bouddhistes-du-monde?image=12-best-buddhist-temples-jypce1_0

"Le bouddhisme est un mode de vie par lequel nous développons les qualités de notre esprit. C'est un mode de vie très particulier, car c'est une façon d'atteindre le bonheur sans nuire à autrui."

LE XVII^e GYALWA KARMAPA, TRINLEY THAYÉ DORJÉ



par Vincent GALLET

Cette rubrique vous propose chaque mois un exercice pratique dans une des disciplines de la métaphysique chinoise. Si le BAZI, astrologie chinoise des 4 piliers, est le plus souvent à l'honneur, d'autres domaines sont abordés comme la numérométrie chinoise JIU GONG MING LI, le MANG PAI BAZI, le YI JING, le FENG SHUI...

Les différents angles d'approche proposés dans ces exercices ont pour but de développer un spectre pédagogique large, allant de la question très concrète et triviale à l'analyse théorique d'un concept en passant par des approches plus singulières (synastrie, karma, chronobiologie...).

NUMÉROLOGIE : L'ANALYSE DES FLÈCHES DE FORCE DANS LE CARRÉ SÉQUENTIEL

Lors d'un précédent atelier du praticien consacré à la Numérométrie, nous avons évoqué le Nombre du Chemin de Vie. (cf. Gazette n° 3)

Dans cet atelier n° 9, le second consacré à la Numérométrie, il s'agira cette fois-ci de travailler sur les flèches de force dans le carré séquentiel.

Comme cela vous a déjà été explicité, l'enseignement dispensé en Numérométrie par Essence et Traditions repose sur un double socle. Il s'appuie d'une part sur les principes et outils de la numérométrie occidentale, notamment sur le carré dit séquentiel et d'autre part sur les principes et outils de la numérométrie chinoise, notamment sur le carré oriental dit Luo Shu.

Le module 1 qui vous sera proposé à l'automne en enseignement présentiel associera ainsi les deux types d'analyses pour rendre vos lectures et interprétations plus complètes et plus affinées.

Faisant partie de la numérométrie occidentale, le carré séquentiel est basé sur une logique cartésienne, propre au cerveau gauche, avec laquelle l'occident est plus à l'aise. Les nombres y sont présentés dans un ordre croissant mathématique comme suit :

7	8	9
4	5	6
1	2	3

Monter le carré séquentiel d'une personne va donc consister à projeter sa date de naissance, déterminée selon le calendrier solaire grégorien, (plus précisément les différents Nombres qui la composent) dans le carré ci-dessus.

Une fois complété, le carré séquentiel offre au praticien de nombreuses pistes d'exploration pour caractériser la personnalité d'un individu, ses forces et faiblesses et identifier les nombreuses autres clefs du parcours de Vie sur lesquelles nous aurons l'occasion de revenir. Les informations contenues dans ce carré séquentiel seront plus spécifiquement en lien avec la vie professionnelle, sociale, avec ce que l'on montre et ce que l'on perçoit de nous. Avec la façon dont nous sommes intégrés dans le contexte culturel de la société occidentale contemporaine. C'est le versant Yang de la Numérologie.

Parmi les outils d'analyse possibles dans ce carré séquentiel figurent les flèches de force.

Celles-ci sont identifiées lorsque trois nombres forment une rangée complète, que ce soit horizontalement, verticalement ou en diagonale.

Ces flèches de force donnent des indications utiles pour identifier les points forts d'une personne, les qualités sur lesquelles elle va pouvoir s'appuyer, les talents qu'elle va pouvoir développer.

S'agissant d'un atelier pratique et non d'un cours, la liste exhaustive des flèches de force ne sera exposée. Elles seront en revanche enseignées de manière complète et approfondie dans le module 1 de Numérologie dispensé en présentiel par Essence et Traditions.

Nous allons ici nous contenter de faire quelques exercices pratiques pour nous familiariser avec ces flèches de force dans le carré séquentiel.

7		9
111	2	33

Premier exemple d'une personne née le 13 décembre 1973.

Dans ce carré séquentiel, on observe une flèche de force composée des nombres 1, 2 et 3 qui forment une ligne horizontale complète tout en bas du carré. Cette flèche est appelé flèche du planificateur et donne à la personne concernée de très grandes capacités d'organisation, une bonne structure, des compétences et un attrait particuliers pour planifier, monter des projets et les atteindre.

Second exemple d'une personne née le 8 mai 1971.

Dans ce carré, on observe la présence de deux flèches de force.

La première est constituée des nombres 7, 8 et 9 qui forment une ligne horizontale complète tout en haut du carré.

Cette flèche est appelée flèche de l'activité et donne de réelles capacités d'action ; la personne aime agir et se sentir occupée.

Ces qualités peuvent toutefois engendrer de la nervosité; il faut noter également que, dans ce type de profil, l'expression passera plus spécifiquement par l'écrit et moins par la parole.

La seconde flèche est constituée des Nombres 1, 5 et 9 qui forment une diagonale complète dans le carré.

Cette flèche est appelée flèche de la détermination.

On la trouve chez des personnes déterminées, qui ont une grande volonté, qui sont persévérantes. L'esprit d'entreprise est fort et la personne sait se montrer patiente pour atteindre ses objectifs.

7	8	9
	5	
11		

7		
4		
1	22	

Troisième exemple d'une personne née le 14 février 2007.

Dans ce carré séquentiel, on observe une flèche de force composée des nombres 1, 4 et 7 qui forment une ligne verticale complète à gauche du carré.

Cette flèche est appelée flèche du sens pratique et donne une créativité très forte, du bon sens. La personne a les pieds sur Terre et une réelle propension à comprendre et à solutionner des problèmes très concrets. Elle aime travailler avec ses mains et mesurer concrètement le résultat de ses actes.



"Il a passé sa vie à ne jamais ajouter de mal au monde "

Michel ONFRAY, rendant hommage à son père lors de son décès.