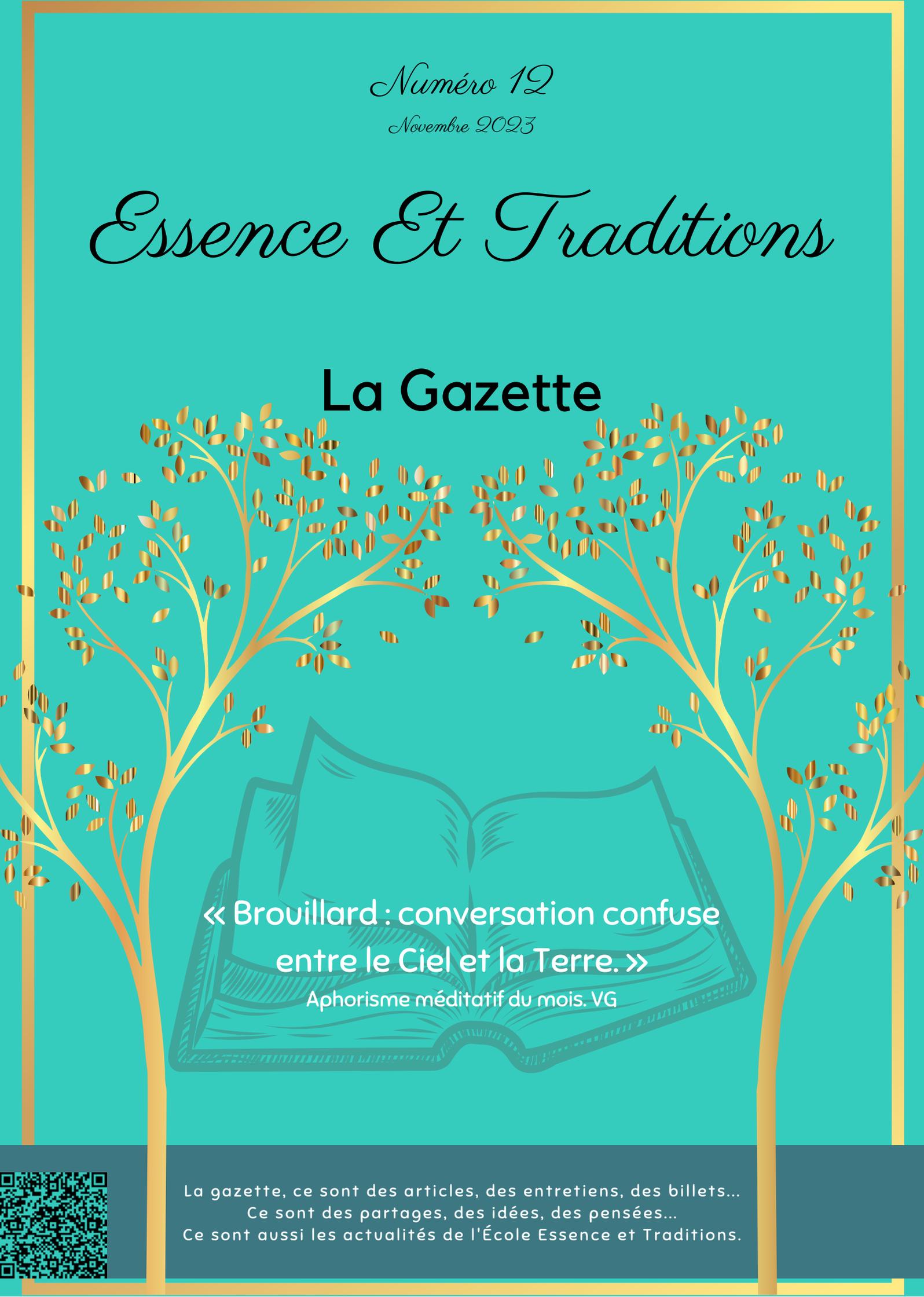


*Numéro 12*

*Novembre 2023*

# *Essence Et Traditions*

## La Gazette



« Brouillard : conversation confuse  
entre le Ciel et la Terre. »

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.



## AU CHAUD !

La météo maussade, conforme à ce qu'on attend d'un début d'hiver, est une merveilleuse occasion pour se plonger dans les bouquins, assister à des conférences, des formations ou suivre des stages. Comme nous sommes soucieux de vous aider à trouver l'occupation qu'il vous faut, nous vous avons concocté un programme dans lequel trouver votre bonheur ! À consulter page suivante!

Une journée d'atelier du praticien BaZi, dont vous avez déjà eu un aperçu dans la rubrique «atelier du praticien» est programmée le dimanche 10 décembre 2023 puis le dimanche 18 février 2024. Il vous suffit d'avoir effectué vos stages initiation et praticien pour y prendre part.

Avant cela, le jeudi 30 novembre à 18h30, vous pourrez venir assister, à l'espace GINKO à Nancy, à la conférence intitulée : "ASTROLOGIE CHINOISE BAZI, Un outil métaphysique au service de notre épanouissement quotidien."

Ainsi si vous n'avez pas pu assister à celle qui affichait complet le 10 novembre, vous pouvez à nouveau vous inscrire dès maintenant à l'adresse suivante: [essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com)

En février 2024, un module de formation en BaZi Santé, est programmé, outil complémentaire idéal pour les praticiens en MTC formés à l'astrologie chinoise.

L'Espace Chine Centre Culturel nous accueillera à nouveau dans les locaux de la Boutique Li Hua de Nancy le 15 mars 2024 prochain pour une conférence sur le Yi Jing.

Si vous aussi, vous avez envie d'organiser une conférence sur le Yi Jing, le BaZi ou encore la Numérogologie, dans votre secteur d'habitation n'hésitez pas à nous le faire savoir!

Et si c'est une formation que vous souhaitez proposer, c'est possible aussi ! Nous nous déplaçons. (Modalités à établir au cas par cas.)

Renseignements, modalités, inscriptions :

[essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com)

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





## Le calendrier

- **jeudi 30 novembre 2023** : à 18h30, conférence " L'astrologie chinoise BAZI, un outil métaphysique au service du développement personnel". À l'Espace Ginko, 49 rue de Laxou 54000 NANCY. INSCRIPTION INDISPENSABLE à [essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com) ou au 03 83 90 38 99.
- **jeudi 7 et vendredi 8 décembre 2023** : BAZI MODULE 1 - niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **dimanche 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 les modules d'initiation et de praticien.
- **samedi 20 et dimanche 21 janvier 2024** : BAZI MODULE 2 - niveau praticien par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **samedi 3 et dimanche 4 février 2024** : BAZI MODULE 1 - Par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **samedi 10 février 2024** : NOUVEL AN CHINOIS - Salons de l'hôtel de ville de Nancy, stand Essence et Traditions.
- **dimanche 18 février 2024** : 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 les modules d'initiation et de praticien.
- **vendredi 15 mars 2024** : CONFÉRENCE À LA BOUTIQUE LI HUA à Nancy - "Le Yi Jing". 98 rue St Dizier 54000 Nancy. Réservations 03 83 30 72 80
- **dimanche 17 mars 2024** : BAZI SYNASTRIE - Par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **samedi 30 et dimanche 31 mars 2024** : BAZI SANTÉ - Par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **dimanche 17 décembre 2023** : Linda LEPAGE, artiste sculpteur expose à l'espace Ginko.

# Modules de base en BaZi

(accessibles sans pré-requis)

## MODULE 1 : INITIATION (2 jours)

- 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 (2 jours)

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

## MODULE 3 : PERFECTIONNEMENT (2 jours)

- Structures de thèmes et stratégies.
- Mission de vie et moteur de vie.
- Les NA YIN, âme profonde du thème.
- Les configurations spécifiques des Branches Terrestres.
- L'analyse de la vie familiale sous l'angle du BaZi. Étude des parents. Le couple. Les enfants. L'énergie ancestrale.
- Le Ming Shu.
- BaZi et chronobiologie.
- La circulation du Qi dans le thème.
- L'analyse métaphorique du thème de naissance.

### ATELIERS PRATIQUES DE BaZi (1jour)

(réservés aux élèves ayant suivi les modules d'initiation et de praticien 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 (2 jours)

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.
- Étude des syndromes complexes en BaZi.
- BaZi et gestion des émotions.

### BAZI KARMIQUE (2 jours)

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.

### BAZI SYNASTRIE (1 jour)

(réservés aux élèves ayant suivi les modules d'initiation, de praticien et de perfectionnement en salle avec *Essence et Traditions* ou à distance avec *Noble Céleste*)

Analyse et comparaison de deux énergies de naissance.



Renseignements, modalités, inscriptions :

[essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com)

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

## Contenu des modules de Numérogie

(accessibles sans pré-requis)

### NUMÉROLOGIE MODULE 1 : INITIATION

(2 jours)

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.

Méthode d'analyse comparée de deux énergies de naissance.

Première approche de la Synastrie en numérogie.

### NUMÉROLOGIE MODULE 2 : PRATICIEN

(2 jours)

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 ;

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.



## 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.

# Sommaire



2	ACTUALITÉS D'ESSENCE ET TRADITIONS	18	LE COIN DU CINÉPHILE
6	SOMMAIRE	20	UN JOUR, UNE CHANSON
7	ÉDITO	21	SANTÉ ~ BIEN-ÊTRE
8	BILLET D'HUMEUR YIN	25	CHRONIQUE DES TEMPS MODERNES
10	BILLET D'HUMEUR YANG	27	L'INSTANT MÉTAPHYSIQUE CHINOISE
12	LE COMPTOIR DU PHILOSOPHE	30	L'ATELIER DU PRATICIEN
15	LE COIN DU LECTEUR		



## SENS DESSUS DESSOUS !

Dans ce monde turbulent nos cinq sens sont mis à rude épreuve. Odorat, vue, toucher goût, ouïe sont presque stimulés en permanence et fournissent des expériences sensorielles que chacun s'approprie à sa façon.

Le sens, c'est aussi une direction. Celle que l'on montre à un enfant, celle qu'on prend. La direction c'est aussi une question de transmission ! Transmettre c'est mettre sur les bons rails, montrer la Voie, donner du sens, trouver la bonne orientation.

C'est justement l'un des propos du Feng Shui que d'aller dans le bon sens, de trouver le bon regard, de veiller à ne pas se retrouver ... à contresens.

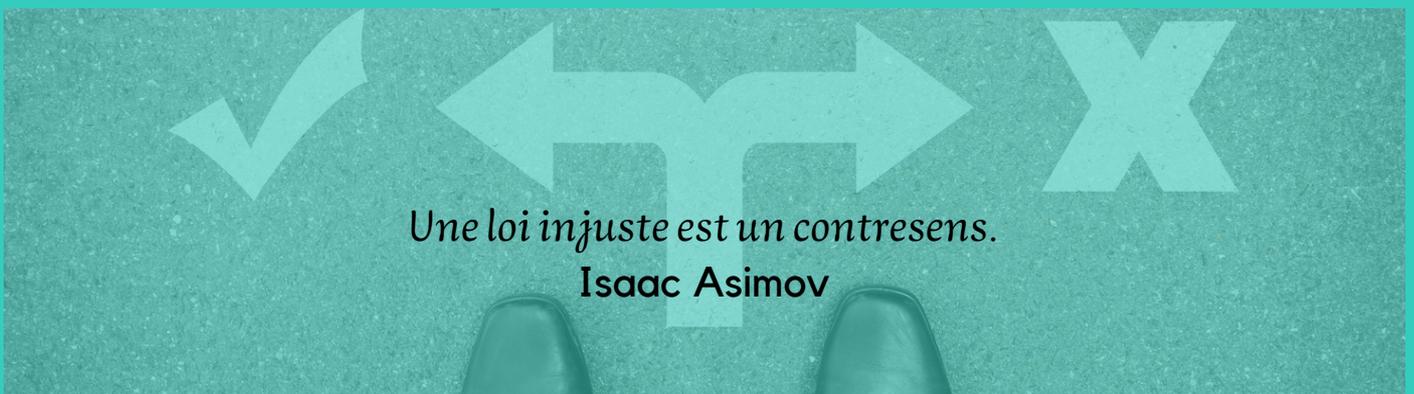
Camus nous aide à trouver du sens face à l'absurde existentiel...  
Le sens, l'Essence, les sens... Ce numéro risque bien de vous mettre "sens dessus dessous", ou de vous faire tourner comme une girouette.

Pour rester dans le bon sens, en tous cas le nôtre, pensez à :

*essenceettraditions@gmail.com*

Bonne lecture !

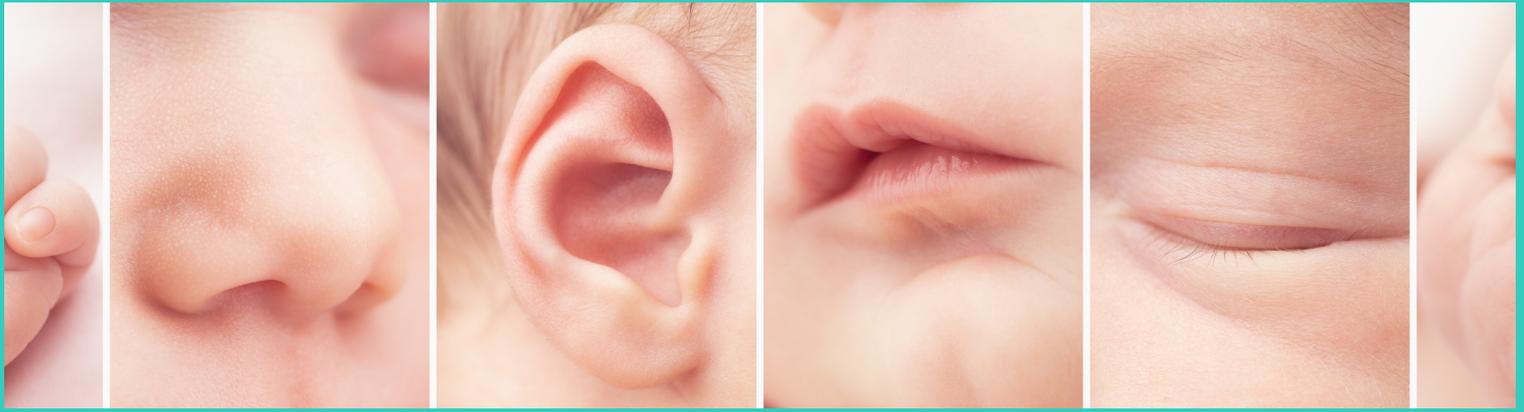
Fabienne BOTELLA



*Une loi injuste est un contresens.*

Isaac Asimov

# Billet d'humeur Yin



## SOUVENIRS

par Fabienne BOTELLA

Voir



Êtes-vous déjà retourné sur un lieu que vous n'aviez pas revu depuis votre enfance ?

Un de ces lieux dont vous avez figé le décor dans votre mémoire si bien que vous pourriez le dessiner les yeux fermés. Un endroit dont vous seriez capable de décrire les moindres détails : les couleurs , les contours , la lumière, l'atmosphère. La caravane aux coussins oranges et marrons était-elle si grande ?

Et la trappe à charbon qu'il était interdit d'approcher, vous vous en souvenez ?

Lorsque vous êtes retourné sur ce lieu de votre enfance, était-il vraiment comme celui de vos souvenirs ? La porte était-elle aussi haute, l'escalier si raide ; le ruisseau derrière la maison était-il aussi large ?

Sentir

Il y a des effluves qui nous transportent dans notre enfance, l'odeur d'une tarte à la poire à peine sortie du four, celle de la crème Nivea ou d'une eau de Cologne, du tabac ou encore, le fumet d'une soupe de poisson, les vapeurs sucrées d'une confiture qui mijote sur la gazinière, les relents caramélisés d'une crème renversée.

L'exhalaison rassurante de la peau d'un grand-père ou d'une grande-tante, les fragrances de lavande qui émanent d'une serviette de bain fraîchement lessivée ; avez-vous déjà retrouvé ces odeurs ?



## Goûter

Il y a le goût singulier du lapin aux olives, celui de la paëlla, du gâteau à l'ananas, du clafoutis (avec les noyaux !), d'un fruit cueilli sur l'arbre, d'une sauce inimitable.

Parfois aussi, le chou rouge cuit refait surface non loin de la Teewurst et la purée maison est sans pareil.

Avez-vous déjà essayé de reproduire fidèlement, presque religieusement les recettes de votre enfance?



## Écouter

Il y a des génériques de dessins animés, de séries ou des chansons anciennes, parfois un vieil air de musique qui nous propulsent des années en arrière. On entend à nouveau sur les ondes d'une radio, une chanson fredonnée en boucle par la nounou.

Parfois, le bruit d'une rivière, le tic-tac d'une comtoise, d'un vieux réveil ou encore la sonnerie d'un carillon hors d'âge nous reviennent.

D'un coup d'un seul, les premières notes caractéristiques de Dallas nous renvoient au bord de l'immense lit d'une grand-mère. Cela vous est-il arrivé?



## Toucher

Il y a la pesanteur d'un édredon trop lourd, le tissu rêche d'une blouse ou d'un canapé usé. Vous rappelez-vous encore de la paille desséchée d'une ancienne chaise, d'une couverture qui gratte, de la robe de chambre synthétique qui électrise les cheveux, de la morsure du soleil sur la peau, du sable fin qui glisse entre les orteils ?

Et le pelage doux, soyeux et rassurant d'un chien, le poids de sa tête sur votre cuisse, la chaleur qu'il dégage couché sur vos pieds ... à quoi cela vous fait-il penser?



Et se souvenir...



## DE PÈRE EN FILS !

par Vincent GALLET

Les revendications des mouvements féministes ont abouti depuis quelques années à un nouvel équilibre des rapports hommes-femmes et à une remise en question du système patriarcal qui avait caractérisé notre société pendant des siècles.

Pourtant, ce mouvement, légitime, visant à réduire notamment les inégalités juridiques entre les deux sexes, s'accompagne d'un phénomène parallèle que certains observateurs qualifient de « crise de la masculinité ». Les hommes semblent de plus en plus perdus, vont mal voire très mal. 70% des suicidés sont des hommes ; la pudeur qui caractérise la gent masculine étouffe un mal être qui s'épanche souvent dans l'alcoolisme ou les comportements à risque.

Les hommes ont, pour la plupart d'entre eux, oublié la noblesse des valeurs que l'on associait traditionnellement à la masculinité : la bravoure, le risque, l'ambition, la protection à n'importe quel prix de ses proches, l'esprit de rébellion...

Cette crise de la masculinité couplée conséquemment à une féminisation du masculin est un fait peu contestable. Les raisons généralement évoquées pour en expliquer les causes sont tout à fait cohérentes. On évoque pêle-mêle :

- l'absence des pères, qu'elle soit physique, en raison de l'augmentation du nombre de divorces, ou psychologique en raison de la confusion dogmatique sur le rôle du père véhiculée par la bien-pensance moralisatrice, qui prive les jeunes garçons d'un modèle masculin de référence ;
- les conditions de la vie moderne qui ne nécessitent plus de développer des qualités considérées comme viriles (force physique, hardiesse...) ;
- la pollution et le stress sont même parfois évoqués. Les eaux sont en effet gorgées d'œstrogène, hormone liée au développement des caractéristiques sexuelles féminines.

Les racines sont, à mon sens, beaucoup plus profondes et ne datent pas d'hier. Le conflit de 14-18 a marqué un tournant majeur dans le déclin de la masculinité et des valeurs associées. La violence mécanisée a ôté aux hommes tout sens de l'honneur.

Jadis, la bravoure, le panache étaient sanctifiés, notamment par la narration de faits d'armes héroïques qui restaient dans les mémoires ; en 14-18 la seule possibilité pour l'immense majorité des soldats était de se terrer comme des bêtes et d'attendre que les orages d'acier décrits par Ernst JUNGHER aient terminé d'accomplir leur sale besogne.

La mécanisation de la guerre a réduit l'homme à néant, l'a écrasé et humilié comme jamais.

Le choc fut amplifié par le fait, qu'à leur retour, les hommes prirent conscience qu'ils avaient été remplacés par leurs femmes et par des machines, à la ferme ou dans les usines.

Une crise générationnelle profonde s'ensuit qui devient très vite une crise de la transmission. Que peut-on avoir envie de transmettre après une telle humiliation ?

Le capitalisme naissant, en cultivant le mythe du self-made-man, a achevé la bête. L'homme contemporain, individualiste, pense pouvoir se construire seul ; continuer ce que les pères ont initié n'a donc plus aucun intérêt, et est même souvent considéré comme humiliant et dégradant !

Le père n'ayant plus rien à transmettre (car on ne veut plus rien recevoir de lui) devient l'empêcheur de tourner en rond, celui qui freine l'épanouissement individuel par ses conseils dépassés et sa ringardise conservatrice.

Tout est dès lors en place pour la destruction finale de la figure paternelle à laquelle mai 1968 porta l'estocade finale.

Le temps a fait son œuvre et l'obsession égalitariste des sociétés modernes a définitivement tué les trois grandes figures symboliques masculines, le Héros, le Génie et le Saint. Il ne reste plus qu'un champ de ruines et nous payons aujourd'hui toutes les factures en même temps. L'actualité nous en donne la preuve chaque jour un peu plus.

Tout est-il perdu pour autant ?

Pas tout à fait. Dans son ouvrage « La voie des Hommes », Philippe de Maistre propose que tous les Hommes, et pas seulement les pères, se retroussent les manches pour retrouver un peu de leur dignité.

Cela passera selon lui par le Mythe, le Rite et la Bénédiction. Le Mythe comme idéal que les Hommes ne pourront jamais atteindre mais qui doit leur servir de phare pour développer la meilleure version d'eux-mêmes.

Il est indispensable d'offrir aux jeunes hommes des modèles, des exemples à suivre qui puissent leur donner le goût et l'envie du dépassement, du don de soi et du courage. Les métrosexuels youtubeurs des émissions de télé-réalité, obsédés par leur image, n'inspirent hélas à nos fils que couardise, superficialité et bassesse d'âme.

Le Rite car la masculinité, au delà de l'aspect biologique, est aussi une volonté culturelle, celle d'accéder à un univers qui a été celui de ceux qui nous ont précédés, d'en intégrer les codes pour ensuite accueillir ceux qui nous suivront. Des rites de passage sont nécessaires pour incarner ces étapes transmissives. La plupart d'entre eux ont disparu avec la post-modernité et il est désormais impossible pour un jeune garçon d'identifier le moment précis où la société le considérera comme un homme avec toutes les responsabilités induites.

La Bénédiction car un père doit nommer son fils, le bénir dans son identité, dans sa singularité, dans ce qu'il a de propre ; c'est le passage du flambeau que les pères doivent à un moment donné, accepter de transmettre pour permettre l'envol de leurs fils !



# Le comptoir du philosophe



La relation que nous entretenons avec la philosophie n'est pas toujours des plus... cordiales ! Les cours dispensés en classe de terminale nous arrivent en pleine figure à 17 ans. Rien ne nous prépare dans notre scolarité à rencontrer Kant, Hegel ou Spinoza et le choc est parfois brutal. Il faut aussi souligner l'austérité et la difficulté de la plupart des ouvrages dans cette discipline. Se plonger dans l'Ethique de Spinoza peut rapidement tourner au cauchemar !!!

Quant aux ouvrages de vulgarisation, ils flirtent le plus souvent avec le développement personnel, le psychologisant, simplifiant avec excès la pensée des grands auteurs et édulcorant ainsi leur puissance intellectuelle.

Cette rubrique n'est pas un cours de philosophie. Elle a pour plus modeste ambition de vous présenter un philosophe, un concept, une problématique sous un angle pratique et de tenter d'en extraire ce qui peut nous être utile concrètement, dans notre vie de tous les jours. La philosophie selon nous ne doit pas somnoler dans les étagères poussiéreuses de nos bibliothèques mais doit au contraire s'aérer, s'immerger dans nos vies, visiter notre quotidien pour devenir un compagnon de route lucide, sincère et bienveillant.

par Vincent GALLET

## L'ABSURDE CHEZ CAMUS

### *Pourquoi s'intéresser à Camus et à sa philosophie de l'absurde ?*

- car nous sommes mortels et nous en avons conscience ; ce qui provoque une angoisse existentielle profonde ;
- car il est impossible pour la Raison d'accéder au véritable sens à la Vie ;
- car nous avons besoin de comprendre les raisons d'être et pas uniquement les causes ;
- car la vie est de nature cyclique ; tout ce qui naît finit par être détruit et par disparaître.

### *Quelle est le contenu de la théorie de l'absurde chez Camus ?*

Albert Camus a laissé une trace dans l'histoire de la philosophie pour sa théorie de l'absurde mais il est surtout connu dans le grand public pour sa rivalité publique avec Jean Paul Sartre.

Au départ, ces deux grands penseurs du XXème siècle sont liés par une amitié dont le ciment est principalement politique. Bien qu'issus de milieux sociaux radicalement opposés, ce sont deux hommes de gauche épris de justice sociale et d'égalité.

Camus se méfie toutefois des idéologies et notamment du totalitarisme soviétique qui, selon Sartre, doit pourtant être soutenu quel qu'en soit le prix.

Leur amitié prend fin en 1951 avec la publication de « l'homme révolté » dans lequel Camus critique fortement l'existentialisme sartrien.

Albert Camus développe sa philosophie de l'absurde dans trois ouvrages principaux :

- Le mythe de Sisyphe, un essai ;
- L'étranger, un roman ;
- Caligula, une pièce de théâtre.

Le point de départ de la philosophie camusienne est la première phrase, radicale, brutale, de son essai « Le mythe de Sisyphe » :



*“Il n'y a qu'un problème vraiment sérieux, c'est le suicide. Juger que la vie vaut ou ne vaut pas la peine d'être vécue, c'est répondre à la question fondamentale de la philosophie.”*

La question du suicide ne peut être contournée ou évitée selon le philosophe né en Algérie française sauf si on fait le choix de survivre et non de vivre.

L'absurde est en effet en résonance avec la vérité première de l'existence ; ce n'est pas juste un système de pensée, une posture esthétique ; il touche en réalité à la profondeur de notre Être et doit par conséquent influencer puissamment nos existences en permettant notamment de s'interroger sur la valeur de la vie.

Camus considère que celle-ci repose sur deux fondements :

- un fondement culturel : nos systèmes moraux, religieux et juridiques font de la vie humaine quelque chose de sacré. C'est ce qui permet de vivre en société et de ne pas sombrer dans le chaos du chacun pour soi ;
- un fondement biologique : tout être vivant est programmé pour la survie, pour persévérer dans son Être.

Mais, il est impossible, au delà de ces deux axiomes, d'établir rationnellement la valeur de la vie ; c'est la première manifestation de l'absurde de l'existence.

La question du sens de l'existence ne serait pas un problème source d'angoisses pour l'homme si celui n'avait pas été doté d'une conscience, celle de sa propre finitude, celle du caractère inéluctable de sa propre mort.

*« L'absurde naît de cette confrontation entre l'appel humain et le silence déraisonnable du monde »*

L'homme est condamné à mort, il le sait mais il ignore les raisons de cette condamnation. Cette finitude inexorable rend tout ce que nous créons superfétatoire et éphémère ; tout sera détruit et disparaîtra. Ce constat angoissant, vertigineux entraîne des réactions de trois types :

- des comportements de type « à quoi bon ? » qui, poussés à l'extrême, peuvent nous faire basculer dans la folie ; Schopenhauer, devant ce constat que la Raison ne peut accéder au sens de la Vie, propose même à l'humanité de se suicider collectivement !
- une fuite dans le divertissement, les futilités, la course aux biens matériels ; l'objectif ici est de détourner le regard à n'importe quel prix ; c'est le comportement de la majorité de la population dans le monde post-moderne.
- une prise de conscience de la nécessité d'affronter l'absurde en face, d'adopter un comportement philosophique, de dépasser ce constat fondamental pour en faire une force. Se révolter, c'est la solution que propose Albert Camus.

Pendant longtemps, c'est la religion qui a colmaté les brèches, en essayant de donner du sens à l'existence terrestre ; la révolution française a détruit, à marche forcée, ce pilier multi-séculaire qui permettait, certes de manière imparfaite, de ne pas sombrer dans le désespoir. Pierre Chaunu, dans son ouvrage « Le livre noir de la Révolution Française », nous montre bien les traces délétères laissées par cet événement historique majeur, d'une violence inouïe et qui pourtant... se réclamait des Lumières ! CQFD!



Aujourd'hui, c'est la science qui essaye, avec de moins en moins de succès, de prendre le relais. Le constat de son échec est devenu accablant et les postures souvent présomptueuses prises par ces gourous des temps modernes, que l'on nomme experts, ne trompent désormais plus grand monde. En effet, l'absurde ne repose pas sur une absence de causes mais sur une absence de raison d'être ; c'est le grand problème de la science qui se focalise sur les causes et ignore complètement les raisons d'être. Elle travaille sur le comment et non sur le pourquoi et n'a pas vocation à se pencher sur des problèmes métaphysiques ; ce qui est plus spécifiquement le rôle de la religion et de la philosophie. Privé de réponse par la science, refusant le saut dans la Foi, souvent trop paresseux pour se pencher sur les grandes œuvres philosophiques, l'homme contemporain ne peut que basculer irrémédiablement dans l'absurde.

Que propose alors Camus face à ce constat ?

Faire corps avec cette prise de conscience, acter que la vie est absurde et faire le choix de la révolte, c'est-à-dire de continuer à vivre, malgré tout, pour retrouver la source de sa véritable liberté.

Ce choix implique un détachement, une absence d'espoir (à ne pas confondre avec le désespoir), une forme de lucidité indifférente ; attitude souvent incomprise dans le monde post-moderne où victimisations, pleurnicheries, jérémiades et autres lamentations sont devenues des comportements d'intégration et de normalité sociales.

Se révolter, ce n'est pas donner du sens à sa vie mais habiter profondément et avec joie sa destinée.

La grandeur de l'homme pour Camus c'est d'avoir la force de continuer à vivre dans un monde absurde, de faire du mieux qu'il peut alors que tout ce qu'il aura fait sera inéluctablement emporté un jour par la destruction et par la mort.

### ***Que peut nous apporter la philosophie de l'absurde de Camus dans notre quotidien ?***

- accepter sans réserve d'épouser notre destinée ;
- se détacher des contingences, des insignifiances, des errances de la vie quotidienne ;
- ne plus perdre énergie et temps à tenter de trouver un sens à la Vie ;
- retrouver sa dignité et la source profonde de sa liberté en prenant de la distance avec la comédie sociale qui est pourtant notre pain quotidien ;
- épouser le temps, en faire notre allié pour se connecter à notre puissance d'accomplissement.



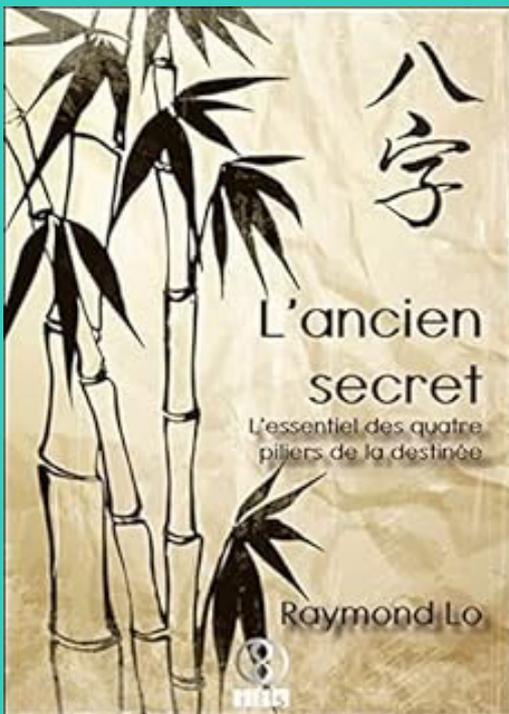
Dans cette rubrique 3 conseils de lectures vous sont proposés chaque mois. Vous trouverez pour chacune d'elles un résumé succinct et une critique... nécessairement subjective.

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.



Raymond Lo  
L'ancien secret



Raymond Lo a déjà été à l'honneur dans notre gazette puisque nous avons choisi de vous présenter, dans le numéro 7, un des rares ouvrages de Yi Jing taoïste traduit en langue française, écrit par ce dernier.

De manière générale, il faut bien reconnaître que les livres de métaphysique chinoise traduits dans la langue de Molière ne sont pas légion. Ils sont rares et donc très précieux.

Dans « l'ancien secret, l'essentiel des 4 piliers de la destinée », c'est le BaZi, astrologie chinoise des 4 piliers, que Raymond LO choisit d'aborder.

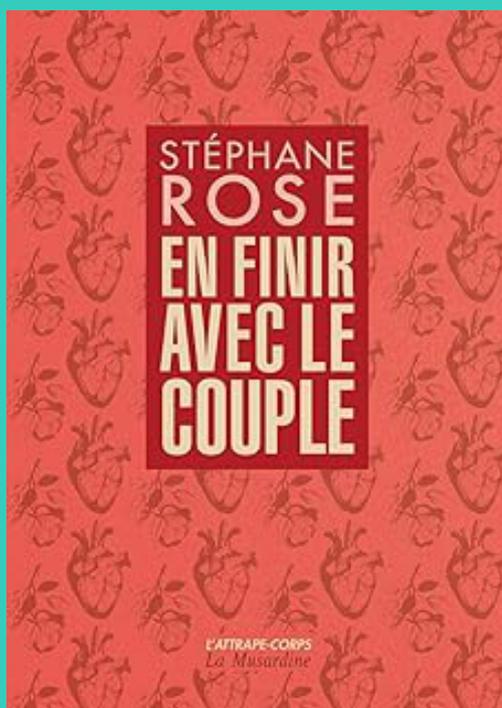
Cet ouvrage, très intéressant, n'est à mon sens pas complètement adapté aux débutants. En effet, son fil conducteur n'obéit pas à une progression de type pédagogique. On rentre très vite dans le vif du sujet et dans la technique d'interprétation. Il est nécessaire d'avoir des bases solides en BaZi pour tirer profit de cette alternance de chapitres théoriques et de chapitres pratiques qui jalonne le livre.

Celui-ci présente toutefois deux intérêts majeurs qui le distingue de ce que l'on peut trouver habituellement sur le marché dans cette thématique :

- d'une part, l'analyse des Étoiles y est particulièrement développée et approfondie ;
  - d'autre part, plusieurs chapitres sont consacrés à l'analyse des différents secteurs de vie : la carrière, le mariage, les enfants, la santé... et peuvent constituer une aide pratique intéressante pour les praticiens confrontés très régulièrement à ce genre de questionnements lors de leurs consultations.
- On peut certes regretter la vision un peu fataliste et déterministe du BaZi développée par Raymond Lo, qui n'est pas celle que nous avons choisie d'enseigner à Essence et Traditions. Il n'en demeure pas moins que cet ouvrage reste une référence que tout praticien BaZi digne de ce nom doit mettre en bonne place dans sa bibliothèque.

Vincent GALLET

Stéphane Rose  
En finir avec le couple



Journaliste, chroniqueur mais aussi auteur, Stéphane ROSE a la plume bien aiguisée et le verbe acéré. C'est principalement les relations hommes-femmes qui sont la cible de son humour décapant.

« Misère-sexuelle.com », « Refus du poil, contre la dictature de l'épilation intime » font partie de ses textes les plus iconoclastes. Stéphane ROSE est aussi un épicurien assumé et n'hésite pas à partager cette philosophie de vie dans « Anthologie du vin et de la vinasse » ou encore dans « Comment survivre à une énorme gueule de bois ? »

C'est « En finir avec le couple » que nous avons choisi de mettre en avant dans ce nouveau numéro de la gazette. Ce court essai d'environ 130 pages n'est pas un énième opus visant à démontrer, via des analyses statistiques, historiques ou sociologiques que le couple contemporain est en grande souffrance voire est devenu une structure obsolète.

C'est, de manière tout à fait originale et pertinente, en analysant les mots et expressions utilisés dans le langage courant pour parler de la relation de couple, que l'auteur démontre brillamment que ce lexique spécifique ne fait en réalité que refléter et amplifier le schéma totalitaire et esclavagisant de la relation de couple vécue sur un mode classique.

En utilisant régulièrement des mots ou expressions comme « attachement », « être casé », « cellule familiale », « enterrement de vie de garçon », « cadenas d'amour », « tomber amoureux » (qui implique l'idée d'une chute... jamais agréable) nous ne faisons que confirmer, par le langage, et de manière certainement inconsciente, le caractère sclérosant et enfermant du couple ; nous rendons nous vraiment compte du sens des mots que nous employons quand nous parlons de la relation de couple ? Rien n'est moins sur !

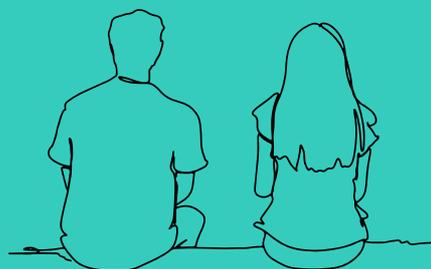
Le mythe de la fidélité sexuelle n'est pas non plus oublié par l'auteur avec la mise en avant d'expressions comme « devoir conjugal », « coup de canif dans le contrat »...

Stéphane ROSE ne fait aucunement l'apologie du libertinage ou du poly-amour mais défend plus spécifiquement la relation libérée des dogmes et interdits habituels. Ni couple, ni plan-cul, juste une rencontre immergée dans l'instant pour que la fête commence enfin.

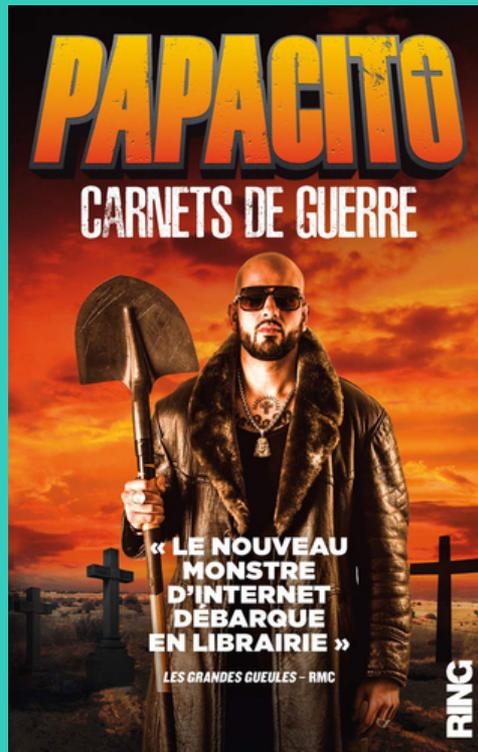
*« ... je vous propose un petit jeu. Lors de vos prochaines vacances d'été, posez-vous une heure en terrasse au café du village et regardez passer les couples en vacances. Combien ont l'air heureux, amoureux ou juste silencieusement contents d'être ensemble ? Combien ont l'air au mieux de s'emmerder, au pire de se mépriser plus ou moins ouvertement ? »*

À vos calculettes !!!

Vincent GALLET



Papacito  
Carnets de guerre



Adeptes du politiquement correct, s'abstenir à tout prix !!!

Ne parcourez jamais les pages de ce bâton de dynamite littéraire au risque de perdre toutes vos illusions.

Les chapitres, aux titres souvent évocateurs («Manifestations : autopsie d'une unité psychiatrique en cortège », « À genoux pour ton SMIC », « La boîte de nuit, 7ème cercle de l'enfer ») sont courts, percutants ; on y retrouve toute la gouaille et le cynisme de PAPACITO qui nous décrit, sans langue de bois, ce qu'est devenu le monde moderne.

Cet ouvrage est un paradoxe permanent ; il est tout à la fois lucide mais à prendre surtout au second degré. Il est gras, trivial, parfois hilarant mais le portrait que PAPACITO dresse de ce qu'est devenue la France contemporaine est d'une tristesse abyssale.

Les profils psychologiques décrits sentent le vécu à plein nez ; certes il y a de la caricature, parfois un peu de vulgarité dans la prose de l'auteur mais au final on a le sentiment que ce dernier a surtout voulu, à sa façon et avec ses mots, lancer un cri du cœur, un cri de rage voire de désespoir devant l'ampleur du désastre !!!

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.

---

## SUITE FRANÇAISE

### SYNOPSIS

Été 1940. France. Dans l'attente de nouvelles de son mari prisonnier de guerre, Lucile Angellier mène une existence soumise sous l'oeil inquisiteur de sa belle-mère. L'arrivée de l'armée allemande dans leur village contraint les deux femmes à loger chez elles le lieutenant Bruno von Falk. Lucile tente de l'éviter mais ne peut bientôt plus ignorer l'attirance qu'elle éprouve pour l'officier.

### CRITIQUE

Adaptation à l'écran du roman d'Irène Némirovsky qui fut déportée à Auschwitz et y mourut en 1942, ce film d'époque est porté par un casting exceptionnel et notamment par le duo formé par Mathias SCHOENAERTS et Michelle WILLIAMS.

La présence à l'écran du premier, lumineuse et magnétique, est un des atouts majeurs de ce film.

La critique a parfois été sévère avec son réalisateur Saul Dibb. Certes le scénario est convenu et le thème de l'histoire d'amour impossible entre une jeune française et un officier allemand, sensible et mélomane, a déjà été traité à maintes reprises au cinéma.

Suite Française est un drame romantique et doit uniquement être apprécié comme tel. La dimension historique, si elle sert de cadre à cette histoire d'amour impossible, n'est pas la priorité de ce projet d'adaptation du roman de Irène Némirovsky. La mise en scène est classique mais très soignée ; il y a dans ce film sur la vérité des sentiments quelque chose d'indéfinissable qui lui confère une attractivité forte et un souffle assez troublant.



## DOWNTON ABBEY

### SYNOPSIS

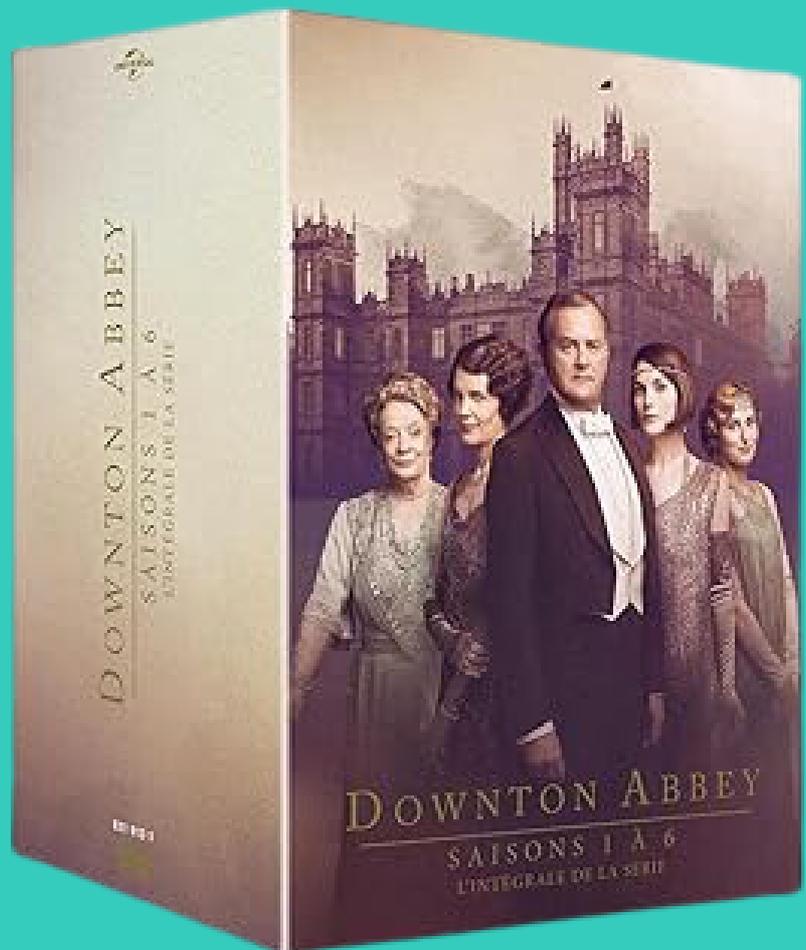
Les héritiers de Downton Abbey ayant péri lors du naufrage du Titanic, la famille Crawley se retrouve dans une position délicate, les trois descendantes ne pouvant prétendre au titre de Lord Grantham. Or, le titre, le domaine et la fortune de la famille sont indissociables. Matthew Crawley, nouveau successeur et lointain cousin, arrive à Downton Abbey. Il y découvre un style de vie nouveau, avec des règles très strictes qui régissent la vie entre aristocrates et serviteurs.

### CRITIQUE

Série en 6 saisons comprenant au total 52 épisodes, DOWNTON ABBEY est une chronique de l'aristocratie anglaise au début du XX<sup>ème</sup> siècle dans laquelle le spectateur est invité à suivre les pérégrinations parallèles de la famille CRAWLEY et de leurs domestiques. Les profils psychologiques des nombreux personnages de la série sont subtilement détaillés dans une mise en scène très fine qui permet au spectateur de ne jamais perdre le fil.

La série ne se contente pas de nous baigner dans une forme de fascination nostalgique pour la belle époque. L'entrée dans la modernité, avec la lutte pour les droits des femmes, les nouvelles aspirations financières du capitalisme, est également au centre de DOWNTON ABBEY.

L'intérêt de cette série ne réside pas dans le développement des intrigues, assez classiques et parfois un peu lentes, mais plutôt dans l'immersion qu'elle propose dans un univers incroyablement envoûtant.



# 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 de notre condition humaine.

## EMMÈNE-MOI DANSER CE SOIR ~ MICHÈLE TORR

La maison sent bon l'après rasage et la laque coiffante. Mes parents se préparent à sortir et ce soir, pour la première fois, je vais les accompagner au bal de la Saint Jean.

Je n'ai que 8 ans mais j'ai déjà compris l'importance de présenter la meilleure version de soi-même quand l'heure festive a sonné.

Mon parrain est venu me couper les cheveux la veille (le coiffeur est beaucoup trop cher) et j'ai choisi mon plus beau tee-shirt pour vivre le solstice d'été avec fierté.

Je trouve mes parents très séduisants. Le temps n'a pas encore fait son œuvre et je suis fier d'être le fruit de leur union.

La route est sinueuse pour se rendre à la salle des fêtes de mon village de baptême où mes parents ont, d'ailleurs récemment, décidé de se poser pour vivre le crépuscule de leur Vie.

À peine sorti de la voiture, je suis enivré par les essences de sapin qui saturent l'air. Je me cale timidement sur les pas de mon père, que je trouve si sûr de lui et si protecteur, pour rentrer dans la salle où le bal est donné.

C'est Michelle Torr et la chanson qui vous est proposée dans cette gazette qui m'accueillent ce soir là ; les premières fois laissent toujours une trace indélébile...

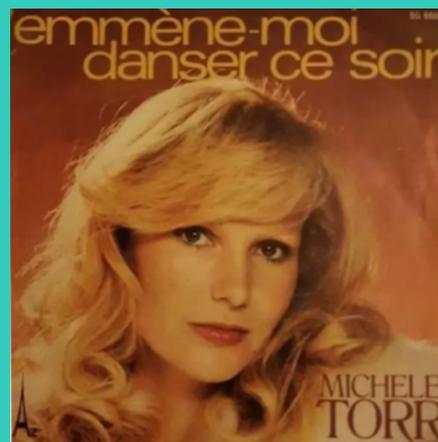
Avant de faire danser ma maman sur ce titre qui a fait tourner des milliers de couples, mon père m'offre un Orangina. Pour moi c'est l'eldorado !!

Je m'installe tranquillement sur le bord de la piste les mains glacées par la bouteille récemment sortie du frigo.

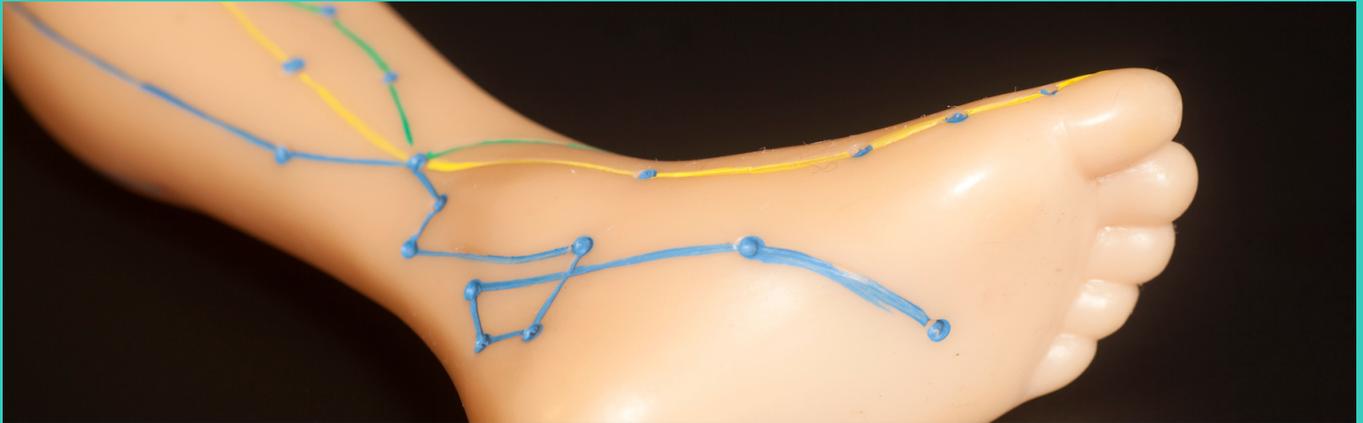
Les couples flirtent sur la piste de danse tandis que je suis encore dans l'innocence de mon destin ; les filles m'intimident ; je n'ose croiser leur regard. La soirée avançant, je finis par lutter pour ne pas me jeter dans les bras de Morphée.

Je garderai de ces instants un sentiment diffus, une forme de mélancolie évanescence dans laquelle je me réfugie encore parfois !

Je vous souhaite la plus belle des immersions dans les méandres de la nostalgie !



[À écouter ici !](#)



## DUO MAGIQUE RATE 6/ BAI ZHU 白朮

par Fabienne BOTELLA

J'ai choisi dans ce numéro de vous présenter une combinaison possible entre un point d'acupuncture et une plante. Cet article pourrait tout aussi bien figurer dans la rubrique Instant Métaphysique ou Atelier du praticien...

C'est finalement en Santé~Bien-Être que je lui donne une place.

Vous le savez, les principes fondamentaux de la MTC et à fortiori de la pharmacopée Traditionnelle Chinoise ont leurs racines dans le taoïsme et leurs aspects débordent du cadre strict de la physiologie au sens de la médecine occidentale actuelle dont je me plais à rappeler qu'elle est notre médecine moderne et non pas la médecine traditionnelle comme me le disent souvent des patients, confondant la tradition et la convention...

Il ne s'agit pas ici de décortiquer ou de philosopher sur le champ lexical restreint qui provoque ce genre de confusion mais bien de remettre l'église au milieu du village !

La médecine moderne a de nombreux talents et des spécialités qui en font une discipline très utile et respectable mais, par définition, elle n'est pas la Médecine Traditionnelle.

Voilà qui aurait pu figurer également dans mon billet d'humeur Yin... Quel article polyvalent ! Je m'égare...

Revenons à cette combinaison, une parmi d'autres évidemment, qui allie les fonctions d'un point d'acupuncture aux propriétés d'une plante de la pharmacopée traditionnelle.

Rate 6, San Yin Jiao et Bai Zhu le rhizome d'atractyle se ressemblent comme deux gouttes d'eau dans leurs indications.

### BAI ZHU 白朮

- nature : tiède
- saveur : amer, doux
- tropisme : Estomac, Rate
- famille : tonique du Qi

### RATE 6

- 3 cun au-dessus du sommet de la malléole interne, sur le bord postérieur du tibia
- point de réunion des méridiens Yin de la jambe
- Tonifie la Rate
- Élimine l'humidité
- Nourrit le Sang et le Yin

Bai Zhu est une plante originaire d'Asie de l'Est. Elle se présente dans sa partie aérienne comme un chardon mais c'est sa partie souterraine qui est utilisée pour les préparations. Le rhizome est récolté puis séché et coupé en tranches. Communément classée dans la catégorie des plantes qui "tonifient l'Énergie", c'est une plante de nature tiède (wen), de saveur amer (ku), douce (gan) qui a pour organe cible (tropisme) l'Estomac et la Rate. Sa principale indication est de tonifier la Rate. Sa nature tiède permet de reconstituer le Qi et d'assécher l'humidité. On lui attribue aussi une capacité à favoriser la diurèse.

En Médecine chinoise, tonifier la Rate signifie soutenir et restaurer les fonctions de celle-ci afin qu'elle retrouve tout son potentiel .

La Rate (au sens de la MTC) est un organe essentiel de transport et de transformation des aliments et des liquides.

Elle est aussi celle qui apporte l'énergie vers les muscles de tout le corps et elle a un rôle prépondérant dans le maintien du Sang dans les vaisseaux.

Par conséquent, si la Rate est faible, ses fonctions ne sont pas ou mal assurées.

On pourra observer bien évidemment des troubles de l'alimentation et de la digestion avec de possibles répercussions sur le transit. Que dire du coup de pompe systématique après les repas...

Quant à l'incapacité à transporter et transformer correctement les liquides, sa manière de se manifester peut être surprenante !

Non seulement l'accumulation d'humidité peut provoquer des œdèmes mais aussi des vertiges, des palpitations, des mucosités claires et fluides.

Parfois, c'est une sensation permanente de lourdeur, des difficultés de concentration, une fatigue chronique...

Engourdissement, tétanie, transpiration, hématomes spontanés ... et voilà qu'entre en scène le point Rate 6 (San Yin Jiao / point de croisement des Yin). Il fait tout ça et plus encore !

Ses actions sont très proches de celles de E36 (Zu San Li) déjà évoqué lors d'un précédent numéro.

Rate 6 tonifie la Rate, élimine l'humidité. Il nourrit le Sang et le Yin, contient le Sang dans les vaisseaux...

C'est un point qui a sa place dans la majorité des séances d'acupuncture tant son champ d'action est étendu.

Sa similitude en terme de propriétés avec Bai Zhu les rend tout à fait complémentaire. La plante prolonge les effets de la séance et permet un usage quotidien le temps d'une cure.



#### Mise en garde

- Rate 6 est un point qui favorise l'accouchement, en conséquence, c'est un des grands points interdits au cours de la grossesse !



# Pack jeunesse

ACUPUNCTURE LIFTING  
& MASSAGE KOBIDO

**Une Cure de 12 séances**

**6 séances de lifting par acupuncture**  
**6 séances de massage Kobido**

60mn avec Fabienne  
30mn avec Stéphanie

Retrouvez une peau plus jeune, plus ferme et plus lisse. L'acupuncture va stimuler la circulation sanguine et énergétique, réduire la profondeur des rides, et le massage, dynamiser la peau et le renouvellement cellulaire.

**CURE 12 séances**      **550€\***  
SOIN unitaire 1h30      95€

\*valable 3 mois à partir du 1er soin effectué.



Fabienne 03 83 90 38 99  
[www.fabiennebotella.com](http://www.fabiennebotella.com)



Stéphanie 06 83 21 11 44  
[www.stephanie-rodhain.com](http://www.stephanie-rodhain.com)



ESPACE GINKO  
49 RUE DE LAXOU  
54000 NANCY



Fabienne BOTELLA

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

à NANCY

03 83 90 38 99

# 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

## LE VERNISSAGE

Pour Ludovic, c'était une première ! Il n'était jamais entré dans un musée d'art contemporain de sa vie et n'avait jamais été initié aux subtilités esthétiques de la fontaine de Marcel Duchamp ou du plug anal géant de Paul Mac Carthy. C'est sa récente rencontre avec Daphné, chargée de mission événementielle pour une boîte lyonnaise qui organisait des vernissages dans les galeries les plus tendances de France et de Navarre, qui l'avait amené à s'y intéresser avec un peu plus d'attention mais, il faut bien le reconnaître, sans réelle conviction. Comme tous les hommes qui tombent amoureux d'une femme n'appartenant pas à sa classe sociale, Ludovic tentait d'enfiler un costume un peu trop grand pour lui et arborait le plus souvent un masque lui donnant un sourire forcé et un air faussement assuré qui rendait certaines de ses mimiques délicieusement ridicules.

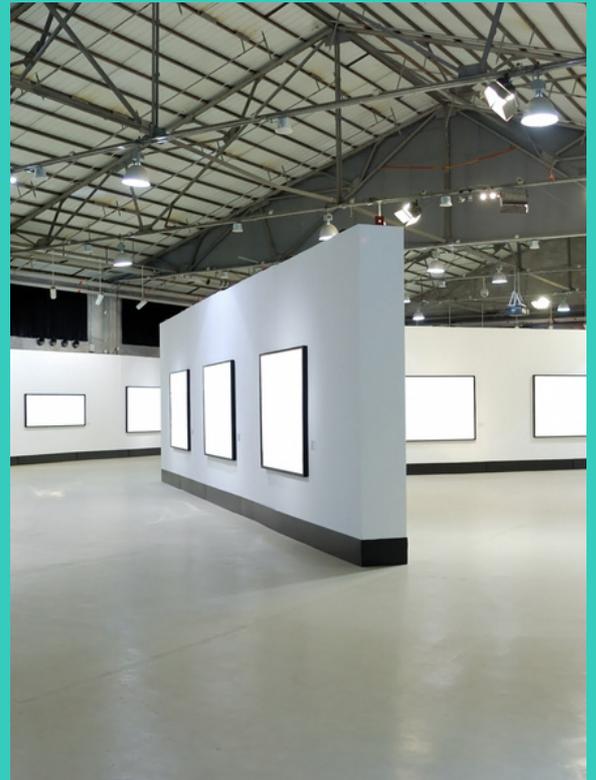
Ludovic n'avait pas encore présenté Daphné à ses parents. Il repoussait sans cesse l'échéance et trouvait tous les prétextes pour aller rendre visite solitairement à ses géniteurs qui vivaient dans une cambuse retapée sur le plateau de Millevaches.

Dans la famille, dont le patriarche avait été ouvrier agricole, pas de sushis et encore moins de lunch savourés tardivement, à l'heure où la lune règne déjà, depuis de longues heures, sur la voûte céleste.

La soupe était servie à 19H00 tapantes quelle que soit la saison. Elle était toujours dégustée dans un silence de cathédrale, dans une forme de rituel visant à honorer les aliments offerts par Dieu dans le simple but de permettre à la Vie de se régénérer.

Le chef de famille faisait ensuite un signe de croix sur la miche de pain conservée, depuis des jours, dans un linge de maison ; on pouvait alors déguster le plat principal ; le plus souvent les restes du repas du midi que la maîtresse de maison avait agrémenté de quelques herbes fraîchement récoltées dans le potager attendant au clapier où des lapins attendaient sagement que leur destin s'accomplisse.

Ludovic avait vécu une enfance contemplative, quasi mystique, observant son père s'occuper des travaux extérieurs et sa mère faire tout son possible pour que personne ne manque de rien à la maison, que le linge soit toujours propre, repassé et que le repas soit prêt à des heures régulières. Un monde depuis longtemps englouti !

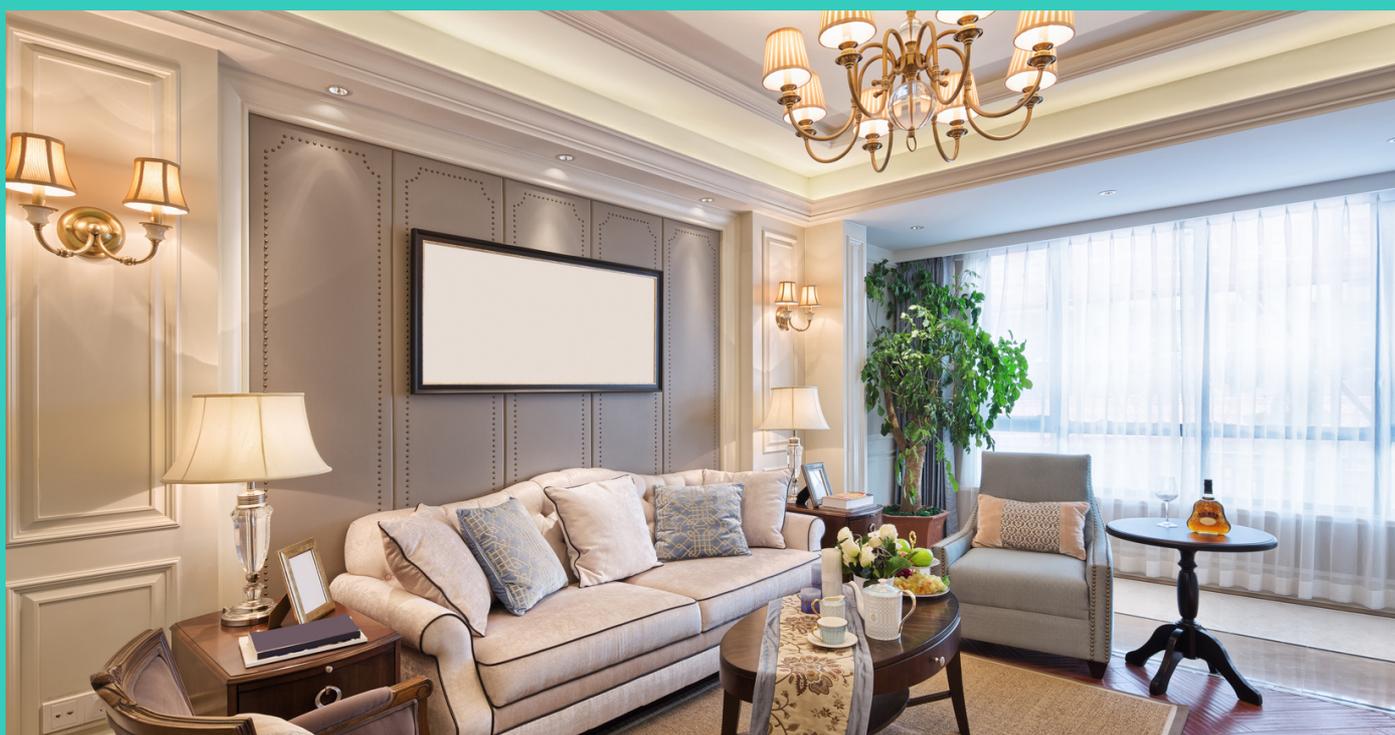


Il avait passé son enfance à lire, à étudier avec sérieux et se posait déjà des questions existentielles qu'il ne pouvait pas partager avec ses parents tant ceux-ci étaient préoccupés par les nombreuses tâches visant à assurer la dignité du foyer familial. Son parcours scolaire avait été limpide et brillant ; il lui avait permis de décrocher haut la main un poste de cadre sup dans la fonction publique, déclenchant, le jour des résultats, la fierté larmoyante de ses parents pour qui, intégrer la fonction publique d'État, était la certitude que leur fils aurait une vie bien meilleure que la leur.

Ludovic avait du quitter l'ancre enracinant pour aller se perdre dans les vapeurs de la ville afin de rejoindre sa première affectation. C'est le cœur serré qu'il avait mis le cap sur Lyon alors qu'il n'avait d'yeux que pour Séverine la fille du boucher du village qui était aussi le meilleur ami de son père. Les sentiments étaient réciproques mais n'avaient pu se concrétiser et surtout être exprimés en raison de l'atrophie sentimentale qui caractérise souvent l'adolescence des plus sensibles et des plus introvertis. Séverine avait décidé de rester vivre dans sa région de naissance, s'accommodant d'un travail d'assistante maternelle qui seyait parfaitement à sa générosité naturelle et à son amour pour les enfants.

Daphné, en revanche, avait rapidement introduit Ludovic dans sa famille ; elle admirait son père qui avait monté une boîte d'informatique, l'avait fait fructifier avant de la revendre pour se la couler douce et assouvir sa passion pour le golf. Avec sa mère, en revanche, ce n'était pas la même chanson. Éléonore était en psychanalyse depuis des années et avait enchaîné les relations extra-conjugales dans un besoin inassouvi de reconnaissance et de jeunesse éternelle.

L'atmosphère était devenue irrespirable à la maison et Daphné avait finalement opté pour un petit studio dans le centre historique de Lyon en lieu et place du confort bourgeois de la magnifique demeure familiale avec piscine sur les hauteurs de Saint-Cyr au Mont-D'Or.



Pour l'intégration et l'acceptation de Ludovic, elle n'avait jamais eu aucune inquiétude ou appréhension ; elle avait une telle admiration pour sa culture, ses capacités d'adaptation et son sens de l'humour iconoclaste et décapant ; ses parents allaient être sous le charme, c'était une certitude.

Et ils l'avaient d'ailleurs été ; tous les mecs qu'elle leur avait présentés auparavant avait été si fades, si incultes et mollassons du cerveau que Ludovic avait fait l'unanimité dès le premier jour.

Ludovic entra seul dans la galerie des Tuileries. Daphné avait été fortement occupée depuis le début de la journée et lui avait demandé de la rejoindre pour 20H00. Il pouvait venir le ventre vide. Un lunch serait servi.

Ludovic aperçu rapidement le phare de l'exposition autour duquel tout le monde s'extasiait, la bave aux lèvres. Un immense excrément fabriqué à partir de matières recyclées et écologiquement responsables. Il fut tout de suite frappé par le fait que Daphné était la plus hystérisée de l'assemblée par la présence concomitante de l'œuvre et de l'artiste qui déambulait ivre mort dans une tenue de grenouille, complètement hors de propos !

Ludovic, choqué, jeta un œil compulsif à son téléphone et, par dépit, fit défiler la liste de ses contacts, dans un geste machinal et contrarié. Le nom de Séverine apparut. Ludovic y vit un signe de la providence, sortit dans la rue et composa son numéro, comme sublimé par l'énergie du moment.

Séverine décrocha ; Ludovic prit son courage à deux mains et dans une simplicité génésiaque lui déclara :

« Bonsoir Séverine, j'aimerais rencontrer ton père ce week-end pour lui demander ta main... ! »

Séverine fut incapable d'émettre la moindre réponse et éclata en larmes... prise dans un sanglot qu'on appelle parfois bonheur.

Le destin venait encore une fois de se régaler !!!



# L'instant métaphysique chinoise



par Fabienne Botella

## FENG SHUI

Le Feng shui est sans doute la discipline dont le nom parle le plus à nos oreilles d'occidentaux. Copieusement détourné de son objectif originel, le Feng Shui s'est malheureusement au mieux mué en aide à l'installation d'un espace harmonieux (privé, public ou professionnel) au pire en home-staging à l'occidental.

Premier point : Le Feng shui n'est pas un courant de décoration exotique qui nécessite paravent, grigris et autres éventails.

Deuxième point : Même si des symboles ou des matériaux spécifiques sont utilisés en Feng shui, ils n'ont pour eux-mêmes aucun pouvoir magique et installer une tortue en plastique à côté de votre porte parapluie ne vous évitera pas plus les averses que les chutes.

Troisième point : le lieu et ses occupants s'étudient simultanément.

Alors, c'est quoi le Feng Shui ? Et bien, comme vous l'avez remarqué, vous êtes dans la rubrique instant métaphysique... et nous allons donc parler d'énergie, d'éléments, de Yin et de Yang, ...

Car comme à l'accoutumée, c'est autour de ces grands principes que va s'articuler le Feng Shui.

Si vous avez eu la chance de voyager en Chine et de quitter les sentiers battus, vous avez certainement vu à flanc de colline des sépultures disséminées dans le paysage. Le vrai Feng Shui, le Feng shui des Ancêtres ou Feng Shui Yin, c'est ça. Les anciens avaient coutume de désigner soigneusement leur lieu de repos éternel. Ce choix, ils ne le faisaient pas que pour eux ; de cette décision d'emplacement dépendait la prospérité et la quiétude de leur descendance, et c'est avec la plus grande rigueur et le concours d'un sage que le choix et l'orientation de l'emplacement étaient décidés. Mieux que cela, c'est à l'aide d'autres outils des sciences taoïstes que la date des funérailles était déterminée. Cette branche du Feng Shui nous est difficilement accessible car elle n'est pas transmise à l'exception de quelques privilégiés.

Il existe plusieurs types de Feng Shui et je viens de vous parler du Feng shui Yin qui détermine la position d'une sépulture.

En réalité, celui que nous connaissons le mieux est le Feng Shui Yang. Il concerne ce qui est visible, en mouvement, vivant.

Son objectif est de mettre en harmonie les souffles cosmiques et telluriques pour créer un environnement sain pour la vie quotidienne et pour le travail.

Quitte à enfoncer une porte ouverte, j'insiste : il n'existe pas de Feng Shui sérieux et correct sans la prise en compte des habitants ou des utilisateurs du lieu pour lequel l'étude est réalisée .

Une véritable étude Feng Shui se fait toujours parallèlement à l'analyse de la carte énergétique de naissance des occupants réguliers et habituels du lieu en utilisant les techniques du BaZi. C'est notamment, mais pas exclusivement, le Ming Gua de la personne qui va permettre d'obtenir des éléments d'analyse significatifs.



Pourquoi?

Chacun de nous dispose d'une énergie qui lui est propre. Cette énergie détermine des directions favorables ou défavorables . Elle détermine également des éléments soutenant ou au contraire neutres voire énergivores.

C'est en fonction de la destination du lieu et plus précisément encore de chaque endroit de ce lieu qu'occupe la personne que le praticien en Feng Shui va aider son consultant à organiser autour de lui l'agencement des meilleurs matériaux ainsi que des meilleures orientations pour lui .

Ainsi, le bureau, les espaces de travail ou d'apprentissage, les lieux destinés au repos ou à la détente et ceux occupés lors des repas bénéficient d'un traitement différent .

Mais vous le savez déjà, rien n'est statique et le temps est porteur d'une énergie lui aussi. Ceci explique que des modifications, des corrections doivent être régulièrement apportées à votre environnement. Il arrive qu'un simple changement de matériaux soit suffisant quand, à d'autres moments, des travaux de plus grande ampleur sont nécessaires.

Idéalement, le travail du consultant en Feng Shui démarre au moment du choix de lieu de construction. La sagesse voulait qu'on choisisse des endroits où le Qi circule librement, ni trop vite ni trop lentement, avec un environnement pourvu de protection naturelle face aux flux excessifs ou défavorables, ni trop visible ni trop caché, ni trop haut ni trop bas, pas trop près de l'eau mais pas trop loin non plus...

La forme du terrain, ses proportions, son orientation, sa pente viennent encore apporter des contraintes. Quand le terrain se présente sous la forme idéale, c'est qu'il bénéficie de surcroît d'ancrages situés dans les bonnes directions.

Bref, autant de critères difficiles à rassembler de nos jours. C'est la raison pour laquelle, dans la majorité des cas, l'étude du Feng Shui se cantonne à une optimisation de l'existant; c'est-à-dire un Feng Shui "correctif" qui atténue les facteurs défavorables d'un lieu et potentialise les qualités de l'endroit.

Plusieurs éléments permettent de caractériser les lieux : la taille, la forme, les matériaux utilisés pour leur construction, le nombre d'étages... L'analyse qui précise également les directions des différents espaces est primordiale et, combinée à l'énergie des habitants (individuellement et collectivement) offre la possibilité de choisir les flux d'énergie les plus adaptés et d'en fluidifier la circulation.

Ainsi, en fonction de la volonté de ralentir ou d'accélérer un flux, des ouvertures peuvent être agrandies ou diminuées. On peut également proposer un changement d'orientation de porte.



Certains espaces nécessitent de rééquilibrer les 5 éléments, cette fois ce sont les WU XING qui permettront de choisir le ou les éléments à intégrer. Comment ?

Nous avons évoqué lors de l'article sur les 5 éléments que ce concept se déclinait à loisir. Odeurs, saisons, organes, émotions... Bien sûr, ce sont d'autres aspects de ces 5 éléments qui vont être mis à l'honneur : les matières, les couleurs, les lumières, les textures, les matériaux, les densités, les directions...

Ainsi pour harmoniser un secteur de l'espace, l'utilisation des caractéristiques d'un élément peut être envisagée.

Armé de son Luo Pan (une grande boussole dédiée au Feng Shui) et du plan de l'habitation, le consultant en Feng Shui recueille une somme importante de données qui lui servent à établir le bilan énergétique du lieu en relation avec celui des occupants. Ensuite il propose des solutions d'équilibrage.

Le Feng Shui, comme les autres disciplines des sciences taoïstes, nécessite une formation avant de pouvoir se lancer. Cet article n'est qu'un rapide aperçu de la matière et nous vous proposerons d'aller un peu plus loin dans de prochains ateliers du praticien.

Alors, décoration ou pas ? Le Feng Shui a pour objectif le juste équilibre, l'harmonie, la circulation fluide de l'énergie en adéquation avec l'utilisation du lieu.

Ce n'est pas parce que votre intérieur nécessite de l'Eau que vous allez impérativement devoir faire entrer la fontaine de Trevi dans votre salon. D'abord l'Eau, c'est une couleur : toutes les nuances de bleus jusqu'au noir sont propices à dynamiser l'élément Eau. La forme de l'Eau est l'ondulation ou encore les formes irrégulières. Elles trouvent volontiers leurs places pour corriger des aspects très symétriques voire alignés. Et il est vrai, qu'une petite fontaine ou un rideau d'eau bien disposé, un vase ou encore un aquarium apporte l'élément Eau dans votre habitat...

La grande question est de savoir si vous en avez besoin ! Si un élément particulier est capable de vous dynamiser, d'autres peuvent au contraire être affaiblissants. Il n'y a pas en Feng Shui, comme en Médecine Traditionnelle Chinoise de recette toute faite... la réponse c'est ... ça dépend !

Alors si votre foyer réclame une dynamisation ou des corrections, il faut parfois être prêt à jouer au jeu des chaises musicales pour redistribuer les chambres des enfants ou encore faire entrer chez vous un immense Dragon en Métal...

Bon je plaisante, mais pour le Dragon en Métal seulement... Peut-être que chez vous, il suffira d'un petit singe en bois!



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 numérologie 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...).

## LA MÉTHODE DES IMAGES EN YI JING CLASSIQUE OU CONFUCÉEN

Pour la première fois dans l'atelier de la gazette, c'est un exercice de Yi Jing qui vous est proposé. Nous utiliserons pour ce faire une des nombreuses techniques disponibles en Yi Jing confucéen à savoir celle des images qui consiste à mettre en résonance une situation donnée avec l'image des différents hexagrammes.

Je vous renvoie à l'article de Fabienne BOTELLA dans la rubrique Métaphysique Chinoise de la gazette n°4 pour vous aider, dans un premier temps, à faire la différence entre le Yi Jing confucéen et le Yi Jing taoïste. Concentrons nous dans cet atelier sur le Yi Jing confucéen que l'on dénomme aussi Yi Jing classique.

Chacun des 8 Trigrammes a une image spécifique, est en résonance avec un certain nombre de caractéristiques. Nous ne détaillerons pas les 8 Trigrammes car cet atelier n'est pas un cours à proprement parler. Cet aspect est enseigné dans notre module 1 de Yi Jing Initiation dispensé à Essence et Traditions.

Pour mémoire, les 8 Trigrammes sont les suivants :

qián	duì	lí	zhèn	xùn	kǎn	gēn	kūn
Le Ciel	Le Marais	Le Feu	Le Tonnerre	Le Vent	L'Eau	La Montagne	La Terre

La technique des images consiste à choisir, parmi les 8 trigrammes, les deux qui correspondent le plus à la situation que vous souhaitez analyser.

Le Trigramme du bas correspond au Sujet c'est-à-dire à vous-même. Le Trigramme du haut à l'Objet c'est-à-dire à ce qui est extérieur au Sujet.

**Exercice :**

Un père ressent un manque de proximité et de communication avec sa fille ainée. Il souhaite utiliser le Yi Jing pour connaître l'énergie qui est en place dans cette relation et son évolution possible.

Il choisit KUN ☷ pour symboliser sa fille et DUI ☵ pour représenter le sujet, c'est-à-dire lui-même.

Le sujet étant toujours le trigramme du bas et l'objet le trigramme du haut, la situation énergétique de cette relation sera donc l'hexagramme 19.

19. Approcher - TERRE LAC



Caractéristiques générales de KUN :

- douceur, sensibilité ;
- manque d'élan, procrastination ;
- peut représenter un étudiant ou une personne dont le potentiel n'est pas encore pleinement réalisé ;
- reçoit, accueille ;
- tolérance, ouverture ;
- attend et apprécie l'aide de l'extérieur ;

Caractéristiques générales de DUI :

- maturité émotionnelle ;
- relation tendre avec l'Objet ;
- recherche joie et partage de moments agréables avec l'Objet ;
- développe les aspects positifs de l'Eau ;

L'analyse de l'Hexagramme obtenu se fait en trois étapes :

- la lecture du texte général ;
- la structure de l'hexagramme ;
- la lecture du texte des lignes.

Nous nous concentrerons dans cet exercice sur les étapes 1 et 3 pour ne pas trop compliquer l'analyse. La structure de l'hexagramme sera abordée lors d'un prochain atelier.

S'agissant du texte général, on distingue LE JUGEMENT, qui représente ce que le Yi Jing pense de la situation décrite dans l'hexagramme, et LA GRANDE IMAGE, qui représente le conseil, l'attitude idéale à adopter face à la situation.

## Lecture du texte général de l'Hexagramme 19

### LE JUGEMENT

Les choses se font en douceur  
Il est bénéfique de rester sur cette voie  
Une période défavorable aura lieu après huit mois.

(Source WILLHEM)

L'hexagramme dans son ensemble indique une ère de progrès pleine d'espérance joyeuse. Le printemps va venir. La joie et la facilité d'humeur rapprochent l'un de l'autre le haut et le bas. Le succès est assuré. Le caractère favorable de l'époque y suffit. Une chose encore : le printemps n'est pas éternel. Au huitième mois, les aspects se sont inversés. Il ne reste plus que deux traits forts qui n'avancent pas mais reculent. Il convient de réfléchir en temps opportun à ce revirement. Si l'on prévient le mal avant qu'il se soit manifesté et même avant qu'il ait seulement commencé à poindre, alors on s'en rendra maître.

(Source JAVARY)

Approcher appartient à un ensemble de sept hexagrammes caractérisés par un groupement particulier de formules mantiques : les quatre qualités du Ciel-Terre. Ces qualités marquent des moments où la possibilité de trouver le point de départ d'une situation et de lui faire prendre son essor se conjugue à l'endurance nécessaire pour en récolter les bienfaits.

Les hexagrammes caractérisés par ce groupement de formules représentent des moments de réveil exubérant où il importe de savoir se mettre rapidement en adéquation avec l'instant présent.

La situation n'est que propension à accomplir et le potentiel qu'elle recèle doit être mis à profit sans tarder.

Ouvert à tous les possibles, ce jaillissement ne saurait en effet durer toujours. Pour ne pas se laisser emporter par la légèreté et l'ivresse printanière, il faut le considérer par rapport à un cycle temporel plus large. Un rétrécissement automnal surviendra à son heure, conformément aux variations régulières du Yin et du Yang. Saisir le moment, c'est ici laisser sourdre les forces telles qu'elles se présentent en les accompagnant avec compréhension.

### LA GRANDE IMAGE

Au-dessus de la brume il y a la terre

APPROCHER

Ainsi l'Être Accompli inépuisable dans son affectueux souci d'enseigner est au-delà des frontières dans son tolérant souci du peuple.

(Source WILLHEM)

La terre limite d'en haut le lac ; c'est l'image de l'approche et de la condescendance de l'homme supérieur envers ceux qui se tiennent au fond. L'application de l'hexagramme à ces deux catégories d'êtres découle de chacune de ses parties. De même que le lac indique une profondeur inépuisable, le sage est inépuisable dans sa disposition à instruire les hommes ; et de même que la terre est vaste et sans limites et qu'elle supporte et conserve toutes les créatures, ainsi le sage supporte et conserve les hommes, sans exclure une partie de l'humanité par les limites de quelque nature que ce soit.

**Ce que nous pouvons en retenir :**

**Le conseil donné par l'Être Accompli est de persévérer dans une transmission adaptée à chacun au delà de son cadre de référence habituel. Être attentif pour intégrer toutes les personnes dans le processus de renouvellement.**

Lecture du texte des lignes

**Les trois premières lignes concerne le Sujet c'est-à-dire le père.**

Yang 1

Faites attention à ce qui vient

Rester sur cette voie est favorable.

Le sujet est attentif et prend soin de l'objet. Rester sur cette voie est favorable au sujet pour remplir sa mission.

Yang 2

Faites attention à ce qui vient

La situation est favorable et bénéfique.

Le sujet est fort et disposé à aider l'objet quelque soit son besoin. La force du sujet est favorable et bénéfique pour faire ce qui doit être fait.

Yin 3

Ce qui vient.

Est un doux fantôme.

Cela n'est pas bénéfique.

Si l'on se soucie de la réalité,

Il n'y a aucun blâme.

Le sujet doit rester vigilant, attentif. Il est nécessaire de rester conscient de la réalité.

**Les lignes 4, 5 et 6 concerne l'Objet, c'est-à-dire la fille aînée.**

Yin 4

Voici ce qui vient.

Il n'y a aucun blâme.

L'Objet suit le Sujet. Le Sujet est apte à aider l'Objet de façon appropriée s'il est dans l'anticipation et l'observation.

Yin 5

Savoir ce qui vient

Est une bonne chose à faire pour une personne formidable.

Cela est favorable.

L'objet présente une certaine faiblesse, peut rencontrer des difficultés. Pour aider l'Objet, le Sujet doit connaître la nature exacte de ses difficultés ainsi que les changements possibles.

Yin 6

Inciter une personne à raconter ce qui vient

Est favorable et irréfutable.

L'Objet est humble, agréable et respectueux. Parfois l'Objet ne souhaite pas, ou est incapable de dire la vérité sur ce qu'il se passe. Afin d'aider l'Objet efficacement, le Sujet doit l'inciter à être ouvert et honnête.

On pourrait résumer les enseignements de cet hexagramme avec ces quelques éléments de base :

- avancer, aller de l'avant ;
- s'étendre, augmenter ;
- aides et attentes partagées ;
- gérer avec souplesse ;
- se montrer coopératif ;
- adopter des comportements justes pour réussir ;

**Conseils et réponse à apporter au consultant, le père.**

**L'hexagramme qui incarne la relation est plutôt favorisant. Une ère de progrès s'ouvre.**

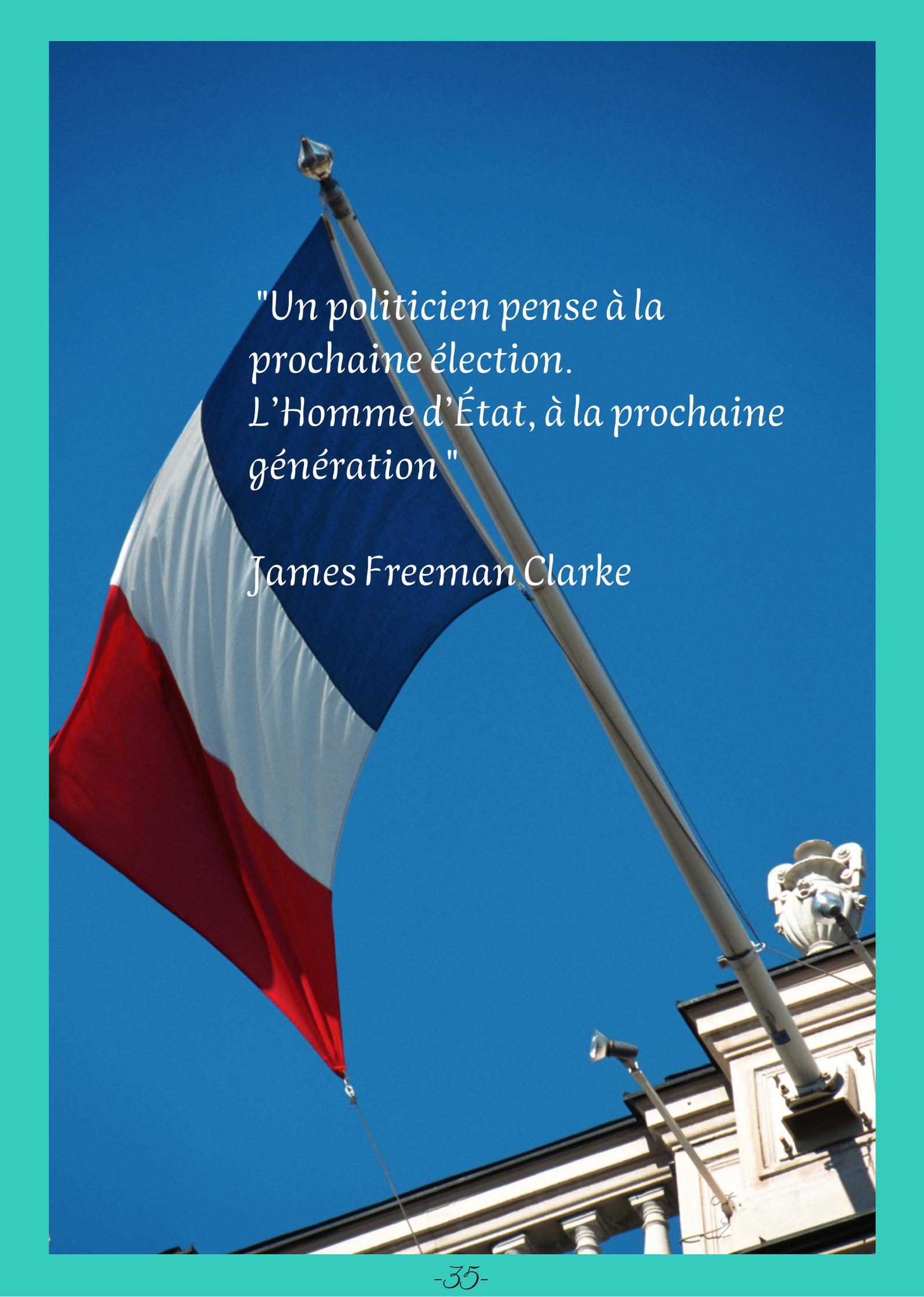
**Une vigilance de tous les instants est toutefois indiquée. Des attitudes justes doivent être privilégiées et la souplesse doit être de mise.**

**L'énergie est tournée vers la coopération et le partage.**

**On peut donc rassurer le père sur cette relation avec sa fille aînée.**

NB : l'analyse de cette situation est centrée sur l'hexagramme de situation. Elle pourrait utilement être complétée par l'hexagramme nucléaire, l'hexagramme opposé, l'hexagramme dérivé ou encore l'hexagramme de perspective. Toutes ces notions seront développées lors de futurs ateliers.





*"Un politicien pense à la  
prochaine élection.  
L'Homme d'État, à la prochaine  
génération"*

*James Freeman Clarke*