

Numéro 18

Juillet 2024

Essence Et Traditions

La Gazette



Cimetière : lieu fleuri, paisible et
silencieux... où la fête des voisins ne
dégénère jamais.

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.



À VOS MARQUES !

Au cœur de l'été, il est temps, pour que vous ne manquiez pas le départ, de vous rappeler nos prochaines dates de stages et de conférence !

Pour une reprise en douceur, la conférence gratuite du 30 août 2024, "L'astrologie chinoise BaZi : un outil métaphysique au service de notre épanouissement quotidien." dispensée dans les locaux d'Essence et Traditions à Nancy, vous aidera à mieux cerner les contours de l'astrologie chinoise.

Toujours concernant l'astrologie chinoise, le module d'initiation au BaZi est programmé les 14 et 15 septembre 2024. Vous y apprendrez les bases et les principes fondamentaux pour bien débuter dans cette discipline passionnante.

Les élèves ayant déjà suivi les modules 1 et 2 de BaZi peuvent s'inscrire dès maintenant pour le module de BaZi Santé des 31 août et 1er septembre prochains.

Le contenu détaillé de chacun de ces modules se trouve dans les pages suivantes.

Vous le savez, la Numérogie fait aussi partie de notre catalogue de formations et un module d'initiation est programmé les 28 et 29 septembre 2024. Cette discipline offre la possibilité d'analyser les nombres de votre date de naissance ainsi que les caractéristiques de vos noms et prénoms à l'aide d'une technique appelée inclusion. D'un abord plus simple, sa lecture donne de nombreuses indications sur le caractère et les potentiels d'une personne. Elle peut s'utiliser seule mais n'en est pas moins très complémentaire du BaZi.

Nous vous proposons également de venir à votre rencontre pour nos formations et conférences. Pour les formations, il vous faut constituer un groupe de 6 personnes minimum et mettre à notre disposition une salle pour les enseignements. Pour en savoir plus, envoyer nous un mail à essenceettraditions@gmail.com.

Vous avez constitué un groupe d'au moins 6 personnes et vous disposez d'une salle pour une formation...

Contactez-nous et nous pourrons nous déplacer près de chez vous pour le module de votre choix après avoir discuté de votre projet.

Renseignements, modalités, inscriptions :

essenceettraditions@gmail.com

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

03 83 90 38 99

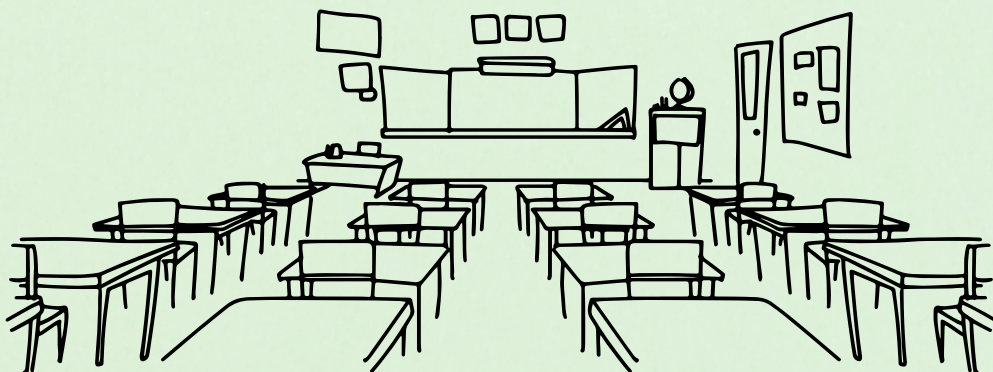




Le calendrier

Sunday

- **vendredi 30 août 2024 à 19h** : Conférence "L'astrologie chinoise BaZi : un outil métaphysique au service de notre épanouissement quotidien." Par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **samedi 31 août et dimanche 1er septembre 2024** : BAZI SANTÉ - Par Fabienne Botella et Vincent Gallet. Ce module est ouvert aux étudiants ayant validé au moins les modules d'initiation et de praticien.
- **samedi 14 et dimanche 15 septembre 2024** : BAZI MODULE 1 - niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.
- **samedi 28 et dimanche 29 septembre 2024** : NUMÉROLOGIE MODULE 1 - niveau initiation par Fabienne Botella et Vincent Gallet.



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

<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.



Les carrés de nombres

| | | |
|---|---|---|
| 7 | 8 | 9 |
| 4 | 5 | 6 |
| 1 | 2 | 3 |

CARRÉ SÉQUENTIEL

| | | |
|---|---|---|
| 4 | 9 | 2 |
| 3 | 5 | 7 |
| 8 | 1 | 6 |

LUO SHU

NUMÉROLOGIE MODULE 2 : PRATICIEN

(2 jours)

LES DONNÉES DE BASE DE LA NUMÉROLOGIE

La boîte à outils de la date de naissance :

1. Rappels des outils présentés dans le module 1 :

Nombre Étoile majeur et mineur.

Nombre du Chemin de Vie.

Nombre du jour de naissance.

2. 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 Yin et Yang des Nombres Étoiles et son impact sur la personnalité.

La boîte à outils des noms et prénoms :

1. Rappel sur l'inclusion et ses règles d'interprétation.

2. L'Inclusion et les arcanes de la personnalité.

L'élan spirituel.

Le Nombre d'aspiration matérielle.

Le Nombre d'Expression.

Le Nombre d'initiation spirituelle.

La boîte à outils karmique :

1. Introduction à la notion de karma et à son application en Numérogie.

2. Les karmas d'évolution.

3. Les dettes karmiques.

LES DONNÉES CYCLIQUES DU PARCOURS DE VIE

1. Rappel sur l'année personnelle et le mois personnel.

2. Cycles de Vie, apogées et Défis :

Les cycles de vie.

Les apogées.

Les défis de vie.

MÉTHODE D'ANALYSE COMPARÉE DE DEUX ÉNERGIES DE NAISSANCE. PREMIÈRE APPROCHE DE LA SYNASTRIE EN NUMÉROLOGIE.

L'APPORT D'AUTRES DISCIPLINES DANS L'ANALYSE NUMÉROLOGIQUE.

1. Numérogie et tarologie.

2. Présentation des 22 lames majeures du tarot de Marseille.

3. Applications pratiques.

Sommaire



2 ACTUALITÉS D'ESSENCE ET TRADITIONS

6 SOMMAIRE

7 ÉDITO

8 BILLET D'HUMEUR YIN

10 BILLET D'HUMEUR YANG

12 LE COMPTOIR DU PHILOSOPHE

15 LE COIN DU LECTEUR

18 LE COIN DU CINÉPHILE

20 UN JOUR, UNE CHANSON

21 SANTÉ ~ BIEN-ÊTRE

24 CHRONIQUE DES TEMPS MODERNES

26 L'INSTANT MÉTAPHYSIQUE CHINOISE

28 L'ATELIER DU PRATICIEN



Chers lecteurs,

Entre deux épreuves des jeux olympiques, que vous soyez déjà en vacances, à les attendre ou si elles ne sont déjà plus qu'un souvenir... À la plage, dans le train ou installé à une terrasse, voilà dans ce numéro, de quoi vous occuper quelques instants par de la lecture!

Sans trop bouger, vous pourrez prendre la route et pas nécessairement celle des vacances! D'ailleurs, peu importe l'itinéraire, ce qui compte c'est l'objectif mais la voie de la simplicité n'est pas toujours la plus facile à trouver et peut parfois se faire dans la douleur.

Faire comme on peut, du mieux qu'on peut en toute connaissance du Ciel postérieur est un bon moyen de cheminer dans la vie.

Il vous faudra néanmoins vous accommoder des impératifs sur le trajet et aussi surprenant que ça puisse vous paraître, il est possible que Kant vous accompagne !

L'actualité olympique, sur le terrain et en dehors, est truffée de sujets de réflexion éthiques culturels, moraux... Sachons prendre du recul, regarder au delà des images et avoir une oreille critique sur les discours. L'important n'est pas seulement de participer.

Gardons nos traditions, préservons notre essence.
Plus que jamais il est l'heure de recoller aux racines et aux valeurs.

Bonne lecture !



Billet d'humeur Yin



ITIN... ERRANCE !

par Fabienne BOTELLA

Notre vie ressemble à un voyage : il y a plusieurs manières de l'accomplir. D'abord le choix du véhicule (certains se laissent porter jusqu'à leur destination en bateau, en train, en avion...), ensuite celui de l'itinéraire.

Certains voyagent seuls, d'autres aiment être accompagnés.

Il y a ceux qui décident de suivre leur instinct, ceux qui préfèrent se fier à une carte routière, tandis que d'autres utilisent la technologie moderne, le GPS.

Mais quel cap devons-nous suivre ?

Suivre son instinct, c'est partir à l'aventure sans itinéraire précis, laissant la spontanéité guider chaque tournant, le nez au vent. C'est aussi stimuler son sens de l'orientation, avoir confiance en sa boussole interne.

Cette approche est remplie de surprises et d'imprévus. Elle nous apprend à nous adapter, à improviser et à faire confiance à notre intuition. C'est le plus souvent le choix des explorateurs, des rêveurs, de ceux qui aiment découvrir des chemins inexplorés et se laisser surprendre par l'inconnu. C'est l'opportunité de changer de direction quand un panneau de signalisation indique un lieu qui devient tout à coup un nouvel objectif, une destination qui n'était pas envisagée au départ.

Utiliser une carte routière, c'est privilégier une approche plus traditionnelle et réfléchie. La carte offre une vue d'ensemble, permettant de planifier le voyage, d'anticiper les obstacles et de choisir les étapes importantes. C'est l'option des pragmatiques, de ceux qui aiment avoir une vision globale avant de se lancer, tout en gardant la liberté de changer de trajet en cours de route. La carte nécessite une certaine compétence pour être lue et interprétée, ce qui ne peut qu'enrichir notre compréhension du parcours.

Équipé d'un carnet de route et d'un feutre fluorescent, les étapes se dessinent à même la carte. Le stylo entoure les sites à visiter, trace les grandes directions, reporte les étapes. Ici un point de vue panoramique, là une vieille église et ailleurs cette source cachée en pleine nature.

Et puis, si l'envie nous prend, il y a la possibilité de suivre l'itinéraire Bis, cette voie moins fréquentée qui fait la part belle à la découverte, parfois à la lenteur.

Se fier au GPS, c'est profiter des avancées technologiques pour un voyage plus sécurisé et précis. Un voyage aseptisé. Sur l'écran s'affichent les stations essence, les supermarchés, les banques... que sais-je encore !

Le GPS nous guide avec exactitude (enfin, plus ou moins), nous alerte des dangers potentiels et nous propose les chemins les plus rapides ou les plus pratiques. La route est bornée, balisée. Elle est formatée par une technologie bourrée d'intelligence artificielle pilotée selon des directives convenues pour favoriser certains axes.

C'est la méthode préférée de ceux qui recherchent l'efficacité, la sécurité et le confort. Le guidage par satellite (vous souveniez vous encore de la signification de ces trois lettres?) nous confine au rang d'exécutant piloté par informatique.

Cependant, elle nous prive du plaisir de l'improvisation et de la découverte inattendue, en nous maintenant sur des routes balisées. Surtout, elle ne donne qu'un champ restreint de visualisation. Elle centre et recentre la vue autour du voyageur, elle limite son ouverture, le prive de « par hasard ». Peu importe le chemin, seule la destination compte.

Prendre le train, être dans le bon wagon est aussi une option. Elle permet de se laisser bercer par le roulis au gré des courbes tout en étant sur les rails.

Tout comme le bateau. L'avion aussi. D'un point A à un point B, sans se soucier des aléas qui sont de la seule responsabilité du pilote.

Choisir une monture n'est pas toujours de tout repos mais l'animal docile (de préférence) imprime lui aussi un roulis invitant à faire corps avec la nature. Quant à chevaucher une moto ou un vélo, c'est votre recherche de stabilité qui est à l'épreuve.

Marcher est de loin l'option de la lenteur. Elle permet de lever les yeux autour de soi, de prendre son temps ou d'accélérer le pas, facilite les rencontres et peut, sous certains aspects, revêtir un caractère méditatif.

Dans son roman "Sur les chemins noirs", Sylvain TESSON livre remarquablement cette expérience.

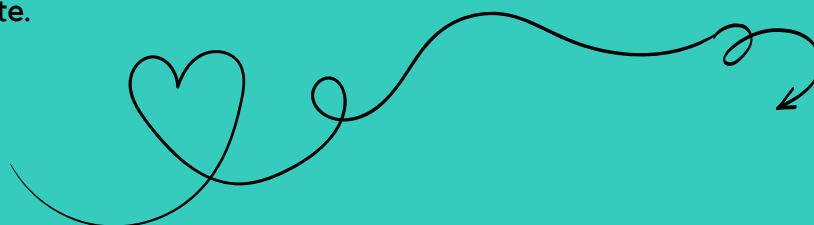
"Il m'aura fallu courir le monde et tomber d'un toit pour saisir que je disposais là, sous mes yeux, dans un pays si proche dont j'ignorais les replis, d'un réseau de chemins campagnards ouverts sur le mystère, baignés de pur silence, miraculeusement vides. La vie me laissait une chance, il était donc grand temps de traverser la France à pied sur mes chemins noirs. Là, personne ne vous indique ni comment vous tenir, ni quoi penser, ni même la direction à prendre."

Que l'on suive son instinct, une carte routière ou un GPS, chaque méthode a ses mérites et ses enseignements.

Il y a des jours où on revient toujours au-même endroit, où on tourne en boucle. Parfois, l'avancée est aussi rapide que surprenante.

La clé réside peut-être dans l'équilibre : savoir quand faire confiance à son instinct, quand se référer à la carte et quand utiliser la technologie pour atteindre nos objectifs, éviter la fausse route.

La vie, comme un voyage, est une combinaison de ces choix; c'est cette diversité qui la rend si riche et passionnante.



Billet d'humeur Yang



SIMPLICITÉ !

par Vincent GALLET

Les multiples crises que nous avons traversées (et traversons encore) ont toutes, dans une plus ou moins grande proportion, eu pour conséquence de nous pousser à la frugalité, de nous inciter à la restriction voire au rationnement. Ainsi, la crise du COVID nous a conduit à réduire nos échanges, à raréfier les contacts avec notre entourage voire à comptabiliser nos sorties pour aller humer l'air extérieur.

La crise énergétique a privé nombre d'entre nous, pour des raisons économiques, d'un chauffage décent durant l'hiver dernier qui fut pourtant assez clément. Enfin, il suffit de se rendre sur un campus universitaire pour observer les files d'attente devant les stands des associations d'aide alimentaire et mesurer, conséquemment, les dégâts de la spirale inflationniste.

Le point commun entre ces différents événements est la notion de restriction subie, saupoudrée, le plus souvent, d'un zeste de culpabilisation pour rendre la potion encore un peu plus amère.

Ces situations sont souvent mal vécues, sources de frustrations car elles ne sont ni choisies ni conceptualisées, ni dépassionnées par ceux qui doivent en subir les conséquences.

Si l'abstinence, la restriction sont synonymes de vide, de moins, de manque ; la simplicité est au contraire en résonance avec le plein, le contentement, le comblement.

La voie de la simplicité est complexe et potentiellement multiforme.

La simplicité c'est d'abord l'épure, le dépouillement volontaire. Ce qui la différencie de la restriction, c'est le fait qu'elle s'acquiert et se développe en privilégiant le vrai, le beau, le juste, le profond au détriment de l'accumulation superficielle et du paraître insignifiant.

Plusieurs penseurs et philosophes se sont penchés sur cette voie de l'épure parmi lesquels Guillaume d'Ockham qui pose le principe, dans son fameux rasoir d'Ockham, «qu'une pluralité ne doit pas être posée sans nécessité». Au Moyen Âge, la recherche de pureté, de beauté, de profondeur est souvent associée à la simplicité et l'excès de sophistication considéré comme une errance existentielle. Épicure, quelques centaines d'années auparavant, fait lui aussi l'éloge de l'épure en conseillant de se focaliser uniquement sur les désirs dont la satisfaction est absolument et vitalement nécessaire.

Cette voie de l'épure et de la priorisation qualitative est propice à l'apaisement, au lâcher-prise et à la contemplation mais elle présente un écueil non négligeable dans la mesure où elle peut conduire à l'asocialité par un refus trop catégorique des normes et modes contemporaines et à l'ascèse névrotique par cynisme et obsession de l'isolement.

La simplicité peut aussi emprunter une autre voie qui est celle de l'effort; ce qui peut paraître surprenant de prime abord. Dans cette acception, elle ne devient accessible qu'à ceux qui ont travaillé d'arrache-pied, qui ont approfondi, qui ont en quelque sorte opté pour la voie de l'excellence.

«Ce qui se conçoit bien s'énonce clairement et les mots pour le dire arrivent aisément» nous expliquait déjà Nicolas Boileau au XVIIème siècle quand Léonard de Vinci affirmait de son côté que «la simplicité est la sophistication ultime».

Pour avoir quelques idées claires sur un sujet, il est nécessaire d'y avoir réfléchi longtemps. Ceux qui arrivent à s'exprimer dans un langage synthétique, intelligible et pédagogiquement accessible au plus grand nombre sont la plupart du temps ceux qui ont passé des centaines d'heures, dans le silence et la solitude à étudier, à lire, à approfondir.

À l'inverse, se noyer dans des détails embrumés, s'engager dans des raisonnements complexes et tortueux est l'apanage de ceux qui ne maîtrisent pas grand chose. Ils utilisent un écran de fumée conceptuel et lexicographique pour faire illusion, impressionner et noyer le profane.

Le philosophe français Vladimir Jankélévitch fait à ce titre la distinction fondamentale entre la simplicité en deçà et la simplicité au-delà pour insister sur le fait qu'accéder à la profondeur de la simplicité ne peut passer que par la maîtrise, l'excellence et la maturation. Force est de reconnaître que cette seconde voie, qui repose sur une véritable ascèse de la connaissance, qui est laborieuse, qui demande d'avoir une vision holistique et transversale de la vie, qui exige du temps et de la patience n'est pas la plus adaptée à notre époque qui vénère le rapide, le superficiel, le communicationnel et le tape à l'œil.

Enfin, reste à évoquer la troisième voie, celle de la simplicité comme vertu naturelle proposée par la tradition chrétienne.

Sans épure, sans effort, elle est accessible à l'âme connectée à Dieu qui vit dans la confiance et dans l'espérance.

Opter pour cette voie c'est ne pas vouloir autre chose que ce qui est mais c'est également accueillir la vie de manière non réflexive et, enfin et surtout, c'est se détacher de soi-même ; ce qui implique de s'extraire de cet océan de pensées permanentes qui nous submergent et constituent une mélasse vague et informe, terreau de la plupart de nos névroses existentielles.

La plus belle illustration de cette voie lumineuse est celle du prince Mychkine, héros du roman «l'Idiot» de Fiodor Dostoïevski dans lequel le génialissime auteur russe nous conte le parcours d'une sorte de Christ égaré dans la modernité et dans la société perfide de Saint-Pétersbourg au XIXème siècle.

On comprend bien, au moment où on termine la lecture de «l'Idiot» que l'accès à cette simplicité spontanée, naturelle ne passe pas par la raison et encore moins par la volonté ; c'est la vérité révélée qui en donne la clef d'entrée, celle qui passe par la verticalité et l'humble inclination de la raison devant la supériorité de la Foi.

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'Éthique 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'IMPÉRATIF CATÉGORIQUE CHEZ KANT

Pourquoi s'intéresser à l'impératif catégorique Kantien ?

- Car Kant, un des philosophes les plus importants du courant des Lumières, a développé une vision très singulière de la morale ;
- Car, le plus souvent, la morale est manichéenne et ne laisse aucune place à la mesure et aux subtilités. Il y a les gentils et les méchants, le blanc et le noir, le bien et le mal. L'essentiel étant d'appartenir, ou au moins de faire semblant d'appartenir, au bon camp ;
- Car nous vivons dans une société obsédée par les résultats, les conséquences et les incidences ;
- Car la pureté, l'honneur et la probité sont souvent considérées comme de la faiblesse voire parfois de l'idiotie.

Qu'est ce qui distingue un impératif catégorique d'une règle morale ordinaire?

Kant a déjà été abordé dans la gazette n° 11, dans un comptoir du philosophe consacré à la théorie de la Connaissance.

Philosophe des Lumières du XVIIIème siècle, il est surtout connu pour être l'auteur d'un des ouvrages majeurs de la philosophie moderne, le fameux «Critique de la Raison Pure», synthèse entre le rationalisme cartésien et l'empirisme de David Hume, qui a provoqué, par sa complexité et son aridité, des crises d'urticaire chez des générations entières d'étudiants en philosophie.



Kant est également resté célèbre pour sa philosophie de la morale qu'il a théorisé dans « Fondements de la Métaphysique des mœurs ». C'est ce second aspect que nous allons un peu aborder dans ce comptoir du philosophe.

Si Emmanuel Kant était croyant, ses conceptions morales sont toutefois détachées de la religion et plutôt en résonance avec la raison.

Le fondement de la morale kantienne est la notion d'impératif catégorique, c'est-à-dire la définition d'un principe, d'une norme de conduite qui doit guider nos choix et nos actions et qui appartient en propre à l'humanité, qui est en quelque sorte universalisable.

Cette vision diffère de la morale classique qui se caractérise par sa dimension relative, culturelle et qui a le plus souvent des origines religieuses ou métaphysiques.

Le premier point sur lequel il convient d'insister est que la morale de Kant s'oppose à l'utilitarisme, c'est-à-dire à l'idée selon laquelle les actions ne doivent être évaluées qu'à l'aune de leurs conséquences, de leurs résultats concrets.

Pour Kant cette vision est absurde car il est impossible de détacher la morale d'une action de l'intention sous-jacente.



Une action ne peut être jugée bonne que si elle est guidée par une bonne volonté, une bonne intention. Cette vision de la morale est très exigeante puisqu'elle va bien au delà du simple respect de la loi ou des normes comportementales en vigueur dans une société donnée. C'est la volonté sous-jacente qui va déterminer si un comportement est réellement moral ou pas; c'est une éthique de conviction et non d'incidence.

Le second point fondamental est que cette loi morale n'est pas extérieure à l'Homme, elle n'est pas de nature transcendante ; elle est inhérente à l'humanité, présente en chacun de nous. Elle est universelle. Kant la nomme raison morale.

La morale kantienne a été abondamment commentée, souvent critiquée car jugée désincarnée en raison de son caractère universalisable, peu réaliste et détachée de l'histoire et de la culture des peuples. La primauté de l'intention sur la conséquence est également souvent avancée par les pourfendeurs du philosophe né à Königsberg,. Ainsi chez Kant, le mensonge est totalement honni, la vérité toujours essentielle alors que cette dernière peut parfois avoir des conséquences dévastatrices.

Que peut nous apporter, dans nos vies, la notion d'impératif catégorique Kantien ?

- Sortir de la morale manichéenne, du bien/pas bien mortifère, culpabilisant et sans nuance.
- Aller au delà des simples conséquences de nos actes pour creuser nos intentions, pour tenter d'identifier ce qui nous guide véritablement dans nos actions.
- Donner droiture, pureté et conviction à ce qui sous-tend nos choix ;
- Retrouver un peu de notre dignité en vivant pleinement notre singularité humaine qui nous pousse à nous interroger sur l'intentionnalité de nos actions et décisions et pas uniquement sur leurs conséquences pratiques.





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.

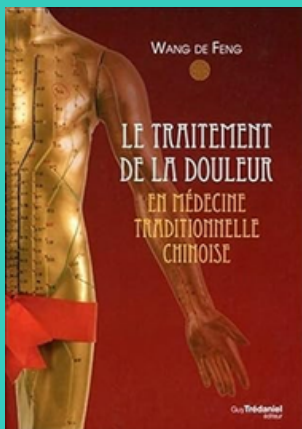
Parmi ces trois références figureront un ouvrage de métaphysique, un ouvrage, généralement un essai, en lien avec les traditions, la pensée anti-moderne et l'enracinement et enfin un roman.

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.



Wang De Feng

Le traitement de la douleur en
médecine traditionnelle chinoise



La douleur est bien souvent le signal d'un dysfonctionnement interne dont les causes sont très diverses. C'est un motif de consultation récurrent de nos patients.

Pour traiter la douleur, il faut évidemment traiter la cause.

Héritière d'une lignée de médecins traditionnels en Chine, Wang De Feng en a fait une spécialité et nous offre un précieux ouvrage dont Yves Requena affirme qu'il vaut bien « mille pièces d'or », reprenant un adage de la Chine ancienne pour qualifier les choses de grande valeur.

Désormais installée en France où elle dirige une école de MTC, elle a construit ce livre à la lumière des recherches actuelles et des connaissances ancestrales dont elle dispose.

Dans la partie théorique, elle reprend tous les facteurs, internes ou externes, susceptible de déclencher la douleur et décrit les deux déséquilibres pathologiques qui en sont la cause.

Dans la partie dédiée à la pratique clinique, elle détaille trente-quatre groupes de maladies douloureuses. Dans ces groupes elle classe quatre-vingt-cinq pathologies de la médecine occidentale et les répartit en fonction de la zone impactée par la douleur.

Les ponts entre MTC et MO sont admirablement simplifiés et permettent de catégoriser aisément le type de douleur à traiter.

Une fois déterminée la pathologie, elle propose des méthodes et principes thérapeutiques qui font la part belle à toutes les disciplines traditionnelles de la MTC en les combinant pour maximiser les résultats.

Elle détaille ainsi les techniques d'acupuncture, de moxibustion, ventouses, de Tui na an mo etc, et enrichit son exposé de remarques pour aider à la compréhension du traitement.

La démarche diagnostic est bien évidemment respectée avec détermination du syndrome, analyse, principe de traitement et proposition thérapeutique. Ba Gang, Zang Fu, Bi Zeng, tout y est !

Ce livre associant MTC et MO permet d'être efficace dans bon nombre de pathologies douloureuses.

Ce recueil se lit d'une traite pour approfondir ses connaissances en MTC mais il est également précieux dans la bibliothèque du praticien averti pour y trouver facilement les conseils de traitement de Wang De Feng. En fin d'ouvrage, on dispose même d'un tableau synthétique de localisation des points des méridiens.

En résumé, complet, très pédagogique et efficace : un ouvrage comme je les aime !

Fabienne BOTELLA

Fabrice Châtelain
Le mâle du siècle.



Avec « Le mâle du siècle », Fabrice Châtelain, juriste et avocat au barreau de Paris, publie son second roman après le déjà très remarqué « En haut de l'affiche », hilarante satire du milieu cinématographique. Rémy POTIER a 35 ans. Employé de banque sans réelle ambition, il est en couple avec Charlotte, avocate, née dans un milieu plus favorisé que le sien.

Anti-héros Houellebecquien, Rémy est un homme de son époque qui subit le joug tyrannique de son chef de service en même temps que l'insatisfaction permanente de sa dulcinée qui lui reproche constamment le fait de ne pas être assez viril, ambitieux et masculin.

La relation de couple se dégradant rapidement, notamment après un voyage rocambolesque au Nicaragua, Rémy n'échappera pas à la fameuse thérapie de couple ni aux services de l'agence Love Inclusive, spécialisée dans la réalisation de tous les fantasmes féminins.

L'échec de tous ces enfumages, qui ont l'immense mérite d'alléger rapidement les comptes en banque des deux tourtereaux, est patent.

Charlotte quitte Rémy pour un bad-boy, grand supporter de l'Olympique de Marseille. Rémy décide alors de prendre les choses en mains pour tenter de devenir un vrai « mec », en s'inspirant notamment de ses héros cinématographiques Gabin, Ventura ou encore Delon; il finit par glisser sur une pente savonneuse qui va le conduire à sa perte.

« Le mâle du siècle » est certes une satire sur les rapports hommes-femmes dans la société #Metoo mais c'est aussi et avant tout une réflexion subtile sur la nécessité, pour un homme, de pouvoir s'identifier à des modèles sains et inspirants dont l'absence fait cruellement défaut de nos jours.

Rémy n'est au final qu'un pauvre type désemparé, sans colonne vertébrale, sans repères, qui ne sait plus à quoi s'accrocher et qui finit par se réfugier de manière névrotique dans une période passée, fantasmée où tout lui paraissait plus simple et plus authentique.

« En guise de préambule, elle leur traça les grandes lignes de sa thérapie. Elle n'était qu'un simple intermédiaire, un arbitre bienveillant qui allait tenter d'instaurer un nouvel équilibre dans leur couple par son «écoute active». Il leur appartenait d'accomplir le vrai travail. Elle prit connaissance de leur charte et félicita Rémy pour sa concision et son sens des priorités. Elle y vit la marque d'un être nourri de spiritualité se concentrant sur les choses essentielles de l'existence et lui demanda s'il était bouddhiste ou s'il avait une appétence particulière pour les livres de Pierre Rabhi. S'ils n'avaient pas de questions, elle leur proposait de commencer la séance à proprement parler. Rémy s'enquit alors des tarifs et des modes de paiement, tandis que Charlotte interrogea la petite souris sur les délais dans lesquels une amélioration notable de leur relation pourrait être espérée. Puis, la thérapeute les pria de s'allonger chacun sur une banquette et de fermer les yeux. Elle avait élaboré cette méthode qui permettait d'une part un discours plus libre de la part de celui qui s'exprimait et d'autre part à son partenaire d'entendre réellement les choses qui étaient dites ».

Fabrice Châtelain. « Le mâle du siècle ».

Vincent GALLET

Bernard Lugan

Éloge du duel. L'honneur au-dessus de la vie.

Bernard LUGAN est un historien français qui a principalement travaillé sur la période coloniale. Très vite vilipendé pour ses prises de position à contre-courant de la bien-pensance officielle, il a notamment été un fidèle compagnon de route de l'érudit Dominique VENNÉ (qui se suicidera dans la nef de la cathédrale Notre Dame de Paris en 2013 pour exprimer son désespoir face à la dégénérescence de la civilisation occidentale) avec qui il fondera, de manière cyniquement humoristique l'A.R.D.M.P (Association pour le Rétablissement du Duel en Matière de Presse). L'essai qui est présenté dans ce numéro tente, entre autre et avec succès, de rendre hommage à cette complicité.

S'il est bien un mot ou une expression qui ne sont quasiment plus jamais évoqués dans le débat public, ce sont ceux de sens de l'honneur ou d'honneur.

Bernard LUGAN n'insiste pas outre mesure sur la couardise, le manque de courage et la lâcheté qui caractérisent l'époque contemporaine.

Il fait plutôt le choix d'analyser, dans cet ouvrage, les multiples soubresauts historiques du duel, l'évolution de ses codes et de ses fins.

Au Moyen Âge c'est le jugement de Dieu qui est demandé à travers l'ordalie. Quand la vérité n'était pas émergente et évidente, on s'en remettait à Dieu pour trancher.

Le duel stricto sensu est d'une autre nature ; il est un combat entre deux hommes pour des motifs personnels et non un appel au jugement de la transcendance.

Bernard LUGAN précise que les avantages du duels sont multiples :

- il évite les scandales qui s'éternisent sur la place publique, leur vulgarité et leur impudeur ;
- il empêche les pugilats sans honneur ;
- il incite à la prudence les journalistes de grand chemin qui vilipendent avec dextérité tous ceux qui s'écartent du discours officiel.

L'âge d'or du duel est la période comprise entre le XVIème et le XVIIIème siècle; il constituait alors un impératif social, un rite initiatique pour tout homme voulant être respecté dans le monde aristocratique. Devant le nombre sidérant de morts tragiques qui décimait petit à petit la noblesse française et suite à la perte de son frère lors d'un duel, Richelieu finira par interdire cette pratique.

L'Église a également tenté de s'opposer à la prolifération des duels, allant même jusqu'à prévoir, dans le Concile de Trente, l'excommunication des duellistes.

On assiste à cette époque à un véritable choc culturel entre l'aristocratie encore imprégnée de l'esprit chevaleresque médiéval et la monarchie devenant peu à peu absolue, centralisatrice et inhibitrice.

Bernard LUGAN poursuit son histoire passionnante du duel en insistant plus particulièrement sur son retour en force au XIXème siècle dans le milieu parlementaire et journalistique ; un acmé paroxystique sera atteint lors de la fameuse affaire Dreyfus.

Au delà de son intérêt historique évident, ce court essai (135 pages) nous montre à quel point notre civilisation aseptisée a abandonné toute quintessence romantique, perdu toute noblesse d'âme.

Un seul passage de cet ouvrage en dit tellement plus qu'un long discours.

René Descartes lui-même, en plus de philosophe, ne craignit pas, et à plusieurs reprises, de descendre sur le pré pour des motifs qui seraient aujourd'hui considérés comme insignifiants. Le plus célèbre de ses duels se fit ainsi à propos d'une jeune personne qu'il courtisait, prétexte ô combien futile...Un rival l'ayant provoqué, il releva le défi.

Lors du combat, ayant désarmé celui qui lui avait demandé raison, il se baissa, ramassa son épée et la lui rendit en disant :

« Vous devez votre vie à cette femme pour qui je viens de risquer la mienne. »

Aujourd'hui... nous avons TINDER !



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.

LE FILS DE JEAN

SYNOPSIS

À trente-trois ans, Mathieu ne sait pas qui est son père. Un matin, un appel téléphonique lui apprend que celui-ci était canadien et qu'il vient de mourir. Découvrant aussi qu'il a deux frères, Mathieu décide d'aller à l'enterrement pour les rencontrer. Mais, à Montréal, personne n'a connaissance de son existence ni ne semble vouloir la connaître.

CRITIQUE

Avec « Le fils de Jean », Philippe LIORET nous offre un magnifique film sur les racines, la filiation, la quête des origines et la relation père fils. Pierre DELADONCHAMPS, né à Nancy, confirme le César du meilleur espoir masculin obtenu dans « L'inconnu du lac » ; il excelle ici dans le rôle de Mathieu, taillé à sa mesure, tout en pudeur et en délicatesse.

Dans une mise en scène ciselée, alchimisée où tout se dévoile par bribes, où tout est suggéré, où l'essentiel relève de l'indicible, l'ensemble des acteurs évolue dans une retenue profonde, sobre, parfois troublante.

Philippe LIORET imprègne son œuvre d'une lenteur intimiste bouleversante et réussit l'immense pari de tout dire sans trop en dire, avec sensibilité mais sans jamais tomber dans le piège du psychodrame et de la pleurnicherie permanente. A déguster l'âme vagabonde, une fin d'après-midi d'une journée d'automne sans soleil.



MEKTOUB MY LOVE

SYNOPSIS

En France en 1994, Amin, parisien d'adoption, retourne en été dans le Midi de la France où il a passé sa jeunesse chez ses parents qui tiennent un restaurant tunisien à Sète. Amin retrouve sa famille et ses amis de jeunesse, comme son cousin dragueur Tony ou sa meilleure amie Ophélie ; il passe son temps entre le restaurant familial, les bars du coin et la plage où viennent bronzer de jolies vacancières. Alors que Tony a du succès, Amin est plutôt timide. Il se trouve une occupation en photographiant la côte méditerranéenne.

CRITIQUE

Mektoub My Love Canto Uno est le premier opus d'une série de trois films du réalisateur Abdellatif KECHICHE dont on ne connaîtra finalement pas l'épilogue tant la présentation, en avant-première du festival de Cannes 2019, du second volet Mektoub My Love Intermezzo a suscité une polémique médiatique hystérique. La question se posera toujours de savoir si le réalisateur tunisien n'a pu achever son œuvre parce qu'il était allé trop loin dans son désir de montrer la vie dépouillée de ses fioritures habituelles, crue, charnelle et incarnée ou parce qu'il n'était plus en résonance avec les codes d'une société faussement pudique et ostensiblement moralisatrice.

C'est l'été, les vacances, l'insouciance des journées sans programme dont on espère pourtant, en se levant chaque matin, qu'il en adviendra quelque chose d'extraordinaire. C'est aussi la fin de l'adolescence et l'entrée dans le monde des adultes, période charnière souvent vécue entre vacuité et fulgurance.

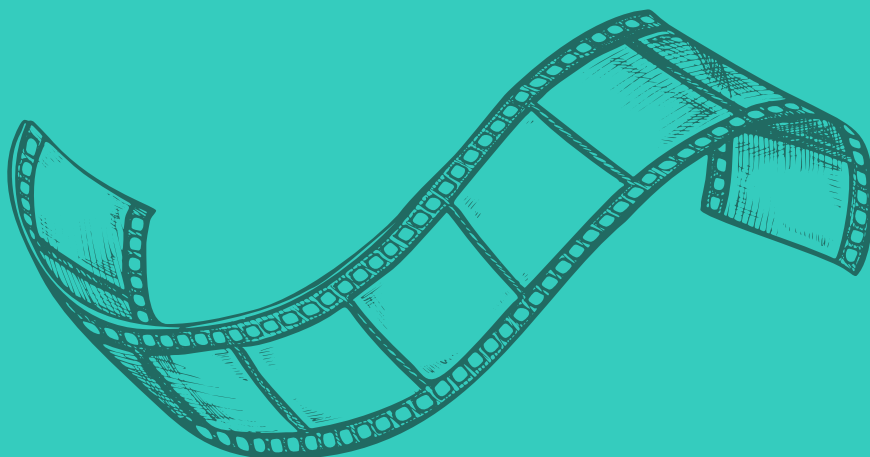
Les scènes juvéniles et estivales s'enchaînent ; la fête est permanente, entre plages, bars, boîtes de nuit et restaurants.

Hymne solaire à la vie mais surtout ode aux corps des femmes, ce film de 2H55 est une fresque naturaliste, vitaliste, hédoniste à la beauté esthétique parfois irréaliste.

Abdellatif KECHICHE a la capacité rare de filmer la vie quand rien de spécial ne se passe mais que tout est pourtant là. Il ne creuse pas outre mesure l'aspect psychologique de ses personnages mais fait le choix judicieux d'œuvrer par suggestions, effleurements, gestes, regards et impressions. Mektoub My Love n'est pas un film cérébral mais sensoriel.

Une première analyse rapide pourrait laisser penser que ce film est trivial, vulgaire voire misogyne. Mais quand on prend conscience que le personnage référentiel et central du film est Amin, garçon timide, introverti, décontenancé par la présence des femmes, observant avec distance mais bienveillance toute la vie foisonnante qui l'entoure, on adhère complètement au travail absolument fascinant réalisé par Abdellatif KECHICHE.

Un film qui ne ressemble à aucun autre. Un must !



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.



POURPRE (en duo avec ROUGGE) et MEMORIES ~ CASCADEUR

Trop pudique pour retirer son casque, trop timide pour se présenter devant la foule à visage découvert, CASCADEUR. Cet artiste messin, un peu iconoclaste, n'a jamais complètement adhéré au star-système, à ses codes et sa préciosité factice; ce qui fait qu'il n'a pas encore obtenu la reconnaissance que son immense talent mériterait pourtant.

Bien que l'ayant un peu perdu de vue depuis quelques années (sa discrétion médiatique est telle qu'il est d'ailleurs très facile de perdre sa trace !), j'avais été captivé par l'écoute de son premier album «The Human Octopus», incroyablement éthéré, mélancolique et mélodieux.

La vie réserve régulièrement des synchronicités que les rationalistes athées qualifient de hasards ; l'intelligence du cosmos (je préfère cette conception de la vie) m'a récemment reconnecté à cet artiste hors normes. C'était le bon moment !

En effet, juste avant le visionnage d'un film dans une salle obscure du centre-ville de Metz, je suis interpellé par la musique de la dernière campagne publicitaire de CARAC.

Il y avait en effet quelque chose d'indéfinissable dans cette mélodie, une sensibilité qui me parlait et me rappelait vaguement un style, une signature. Mais impossible d'y voir plus clair sur le moment.

Dès mon retour à la maison, je me précipite sur internet pour en avoir le cœur net. Mon intuition initiale avait été la bonne ; morceau composé et arrangé par CASCADEUR.

CQFD. Retour aux sources !

Quand je me balade seul sous la pluie dans les rues chargées d'histoire de la ville de Metz, quand je m'attarde sur ses places au charme suranné, quand je respire à plein poumons la beauté discrète de son architecture qui traverse le temps, quand je pose mon regard sur les murs des immeubles dont la pierre de Jaumont suinte la nostalgie les jours de ciel gris, je comprends mieux pourquoi CASCADEUR, enfant de la cité, exsude une telle sensibilité et une telle mélancolie dans ce qu'il écrit et compose.

Difficile de faire un choix pour vous faire découvrir cet artiste si singulier.

Son dernier opus avec ROUGGE et le magnifique «Memories» extrait de son premier album «The Human Octopus» vous donneront, je l'espère, envie d'aller plus amplement à la découverte de son œuvre.

“Je me déguise pour pouvoir être moi-même. La musique me permet d'être celui que je ne peux pas être avec les codes et les raisons sociaux. L'art me construit et me fragilise. Grâce à CASCADEUR, j'ose enfin être très émotif, pleurer et trembler visiblement sous ma cagoule [,,,]”

CASCADEUR Les Inrockuptibles 29 mars 2011.





LA DOULEUR

par Fabienne BOTELLA

La douleur est une sensation physique désagréable et une expérience émotionnelle associée à des dommages tissulaires réels ou potentiels. Elle peut varier en intensité, en durée et en nature; elle peut être aiguë ou chronique.

À la fois mécanisme d'alerte d'un dysfonctionnement mais aussi mécanisme de protection, on la catégorise selon la cause et les modalités.

Ainsi, pour la Médecine Chinoise, les douleurs sont précisément observées et analysées quant à la fréquence, l'intensité, le moment d'apparition, le caractère fugace ou persistant. La localisation est évidemment primordiale : fixes, erratiques, localisées ou diffuses, superficielles ou profondes. On s'intéresse également au fait qu'elle soit aiguë, sourde, continue ou qu'elle se manifeste au repos, à l'effort, aux changement de positions, après les repas, la nuit etc.

D'une façon plus académique, la médecine moderne classifie et quantifie la douleur. Voyons comment elle procède.

- Douleur aiguë :

- Caractéristiques : Soudaine et intense.
- Durée : Courte, souvent quelques jours à quelques semaines.
- Causes : Blessures, chirurgies, infections, etc.
- Exemple : Une coupure, une entorse, une brûlure.

- Douleur chronique :

- Caractéristiques : Persistante et continue.
- Durée : Dure plus de trois à six mois.
- Causes : Conditions médicales comme l'arthrite, le cancer, les douleurs lombaires chroniques, la fibromyalgie.
- Exemple : Douleur liée à une hernie discale.

- Douleur nociceptive :

- Caractéristiques : Due à la stimulation des récepteurs de la douleur (nocicepteurs) par des dommages tissulaires.
- Types : x Somatique : Liée aux tissus corporels comme la peau, les muscles, les articulations (douleur localisée).
- x Viscérale : Liée aux organes internes (souvent diffuse et difficile à localiser).
- Exemple : Douleur après une fracture, une coupure, une appendicite.

- Douleur neuropathique :
 - Caractéristiques : Due à une lésion ou une dysfonction du système nerveux.
 - Sensation : Picotements, brûlures, décharges électriques.
 - Exemple : Neuropathie diabétique, sciatique, zona.

- Douleur psychogène :
 - Caractéristiques : Liée à des facteurs psychologiques.
 - Causes : Dépression, anxiété, stress.
 - Exemple : Douleur somatoforme où aucune cause physique n'est identifiée.

La douleur peut être évaluée et mesurée de différentes façons, souvent à l'aide d'échelles de douleur où les patients indiquent l'intensité de leur douleur sur une échelle de 0 à 10. Des descriptions qualitatives (comme la nature de la douleur : lancinante, brûlante, sourde, etc.) aident également les professionnels de la santé à comprendre la nature de la douleur et à élaborer des plans de traitement appropriés. Les traitements varient selon le type de douleur et peuvent inclure des médicaments, la physiothérapie, des thérapies comportementales et, dans certains cas, des interventions chirurgicales.

Les traitements alternatifs de la douleur peuvent offrir des possibilités complémentaires aux traitements conventionnels. Voici quelques approches couramment utilisées :

- Acupuncture :
 - Description : Insertion de fines aiguilles à des points spécifiques du corps.
 - Mécanisme : Stimule les nerfs, les muscles et les tissus conjonctifs pour augmenter la production de substances naturelles qui soulagent la douleur et favorisent la circulation.
 - Indications : Douleurs chroniques, migraines, douleurs arthritiques, douleurs post-opératoires.

- Massothérapie :
 - Description : Manipulation des tissus mous du corps pour soulager la douleur et réduire le stress.
 - Mécanisme : Améliore la circulation sanguine, réduit les tensions musculaires, stimule la libération d'endorphines.
 - Indications : Douleurs musculaires, douleurs articulaires, stress.

- Chiropractie :
 - Description : Manipulation de la colonne vertébrale et d'autres parties du corps.
 - Mécanisme : Corrige les désalignements vertébraux pour améliorer la fonction nerveuse et réduire la douleur.
 - Indications : Douleurs lombaires, douleurs cervicales, maux de tête.

- Physiothérapie :
 - Description : Exercices et techniques manuelles, utilisation d'agents physiques (électricité, chaud, froid, ondes) pour restaurer le mouvement et la fonction.
 - Mécanisme : Renforce les muscles, améliore la mobilité articulaire, réduit l'inflammation.
 - Indications : Douleurs musculosquelettiques, rééducation post-opératoire, douleurs chroniques.

- Yoga et Tai Chi :
 - Description : Pratiques corps-esprit impliquant des postures physiques, des mouvements lents, et des techniques de respiration.
 - Mécanisme : Améliore la flexibilité, la force, réduit le stress, améliore l'équilibre.
 - Indications : Douleurs lombaires, douleurs arthritiques, fibromyalgie.
- Aromathérapie :
 - Description : Utilisation d'huiles essentielles pour des massages ou des diffusions.
 - Mécanisme : Effets relaxants et analgésiques par inhalation ou application topique.
 - Indications : Douleurs légères, stress, maux de tête.
- Biofeedback :
 - Description : Technique qui enseigne le contrôle des fonctions corporelles (comme le rythme cardiaque) en utilisant des signaux visuels ou auditifs.
 - Mécanisme : Apprend à mieux gérer le stress et la douleur.
 - Indications : Douleurs chroniques, migraines, douleurs musculosquelettiques.
- Hypnothérapie :
 - Description : Utilisation de l'hypnose pour induire un état de relaxation profonde et de concentration.
 - Mécanisme : Peut modifier la perception de la douleur et améliorer la gestion de la douleur.
 - Indications : Douleurs chroniques, douleurs post-opératoires, douleurs psychosomatiques.
- Méditation et techniques de relaxation :
 - Description : Pratiques visant à calmer l'esprit et à réduire le stress.
 - Mécanisme : Réduit la tension musculaire et les niveaux de stress, améliore la tolérance à la douleur.
 - Indications : Douleurs chroniques, maux de tête, douleurs musculosquelettiques.
- Phytothérapie (usage des plantes médicinales) :
 - Description : Utilisation de plantes pour traiter la douleur.
 - Exemples : Curcuma, gingembre, poivre de Cayenne.
 - Mécanisme : Propriétés anti-inflammatoires et analgésiques naturelles.
 - Indications : Douleurs articulaires, douleurs inflammatoires, douleurs digestives.

Ces approches peuvent être utilisées seules ou en combinaison avec des traitements médicaux conventionnels. Il est important de consulter un professionnel de la santé avant de commencer tout traitement alternatif pour s'assurer qu'il est sûr et approprié pour votre condition spécifique.



Fabienne BOTELLA
THÉRAPIES TRADITIONNELLES CHINOISES

49 rue de Laxou
54000 NANCY

9 rue Victor Genoux
70300 LUXEUIL LES BAINS

Sur rendez-vous
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



RENAISSANCE !

Pierre-Louis réajusta sa cravate, glissa une main dans ses cheveux pour donner à sa coiffure un côté rebelle et dans l'air du temps.

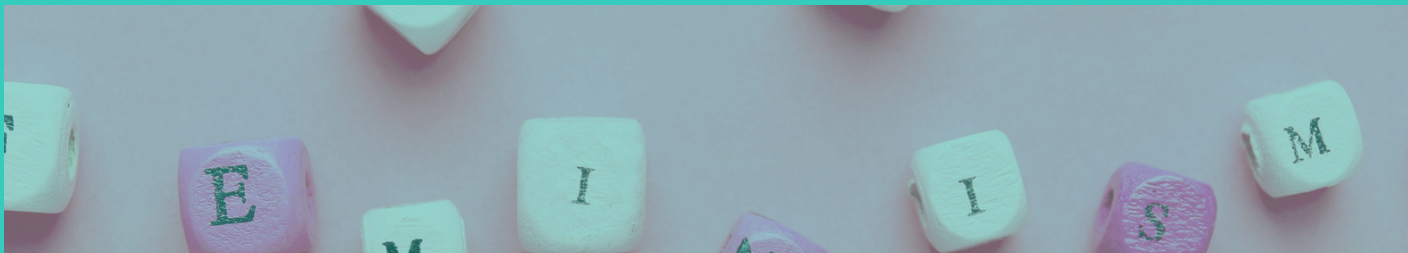
Prince de l'éphémère et du CDD éternel, dans une époque qui vénère le déracinement et l'instabilité, Pierre-Louis avait rapidement fait fortune et récolté les fruits des risques, certes calculés, qu'il avait pris en investissant l'intégralité de l'héritage familial dans la création d'une boîte d'intérim. Pierre-Louis ne correspondait pas vraiment aux critères habituellement admis pour définir un bel homme. De taille modeste, 1m72, légèrement ventripotent, le crâne un peu dégarni et le visage dissymétrique, il avait pourtant, depuis que sa réussite sociale était connue de tous (et surtout de toutes...), pris du galon dans ce que Michel Houellebecq avait qualifié, dans son roman « Extension du domaine de la lutte », de système sexuel parfaitement libéral. Dans le monde post-moderne, le sexe était devenu un marché comme un autre. Si les plus riches se partageaient le gâteau financier, ils avaient aussi accès à la quasi-totalité des femmes encore concernées par les problématiques libidinales.

Pour Pierre-Louis, qui avait été un adolescent timide et tourmenté avant d'être un jeune adulte principalement concentré sur la validation de son diplôme à H.E.C, le choc avait été frontal. Après des années de misère sexuelle, il avait désormais l'embarras du choix ; les femmes se donnaient à lui sans qu'il ait le moindre effort de séduction à fournir. Son statut social, sa Porsche Cayenne, son compte en banque suffisaient désormais à attirer dans son lit les plus beaux spécimens du sexe faible.

Au début Pierre-Louis adorait parader en ville avec ces blondes plantureuses sur lesquelles tous les regards masculins venaient se poser avec insistance.

Avec le temps, la routine avait fini par s'installer. Les conquêtes s'enchaînaient et, pour être tout à fait honnête, les conversations avec ces beautés fatales, d'un ennui abyssal, avaient fini par lasser Pierre-Louis.

Estelle était ce que l'on pouvait appeler une féministe extrémiste. Elle avait été élevée par une mère célibataire dont la raison de vivre principale, le moteur existentiel profond, étaient la haine des hommes. Estelle avait par conséquent, comme l'immense majorité des prosélytes du génocide masculin, enchaîné les relations toxiques. Elle repoussait les hommes bienveillants pour se jeter dans les bras de pervers narcissiques, de mecs sans scrupule qui ne voyaient en elle qu'une ligne de plus à ajouter à leur C.V de séducteur invétéré.



Dès le premier entretien, après moins de dix minutes d'échanges, Pierre-Louis avait décidé d'embaucher Estelle. Elle n'avait certes pas beaucoup d'expérience, n'avait pas paru particulièrement motivé par le poste proposé et son niveau de culture générale avait donné à Pierre-Louis quelques frissons désagréables mais son discours agressif, revendicatif, à la limite de l'irrespect, avait fini par l'exciter. Dompter les spécimens les plus irrévérencieux de la nouvelle religion castratrice était, pour lui, un magnifique challenge, à la hauteur du vide et de l'ennui qui caractérisaient désormais sa vie, depuis que sa fille unique s'était envolée pour poursuivre des études de philosophie à Bordeaux.

Pour être tout à fait honnête, Pierre-Louis voulait aussi marquer des points dans le classement des entreprises les plus inclusives, ce qui lui donnerait droit à des subventions publiques qui frôlaient parfois l'indécence.

Avec Estelle Lecouturier qui militait dans toutes les associations demandant l'euthanasie rapide et sans douleur de tout ce qui arborait un phallus, Pierre-Louis allait toucher le gros lot, c'était une certitude; le comptable de la société pouvait d'ores et déjà sabler le champagne !

Les débuts avaient été laborieux. Estelle était incapable de gérer un agenda, de prendre des notes pendant les réunions directionnelles.

Petit à petit, elle avait pourtant fini par trouver sa place et par donner satisfaction à son employeur même si Pierre-Louis était de plus en plus intrigué par son attitude trouble, alternance de revendications hystérisées et de minauderies érotisées.

Le 1er novembre, où la vénération des Saints avait été remplacée depuis quelques années par une journée de récupération et de gueule de bois post-Halloween, soirée de flirt avec Satan et ses icônes païennes, Pierre-Louis se rendit au bureau pour finaliser quelques dossiers urgents.

Quand il débarqua dans son antre professionnelle, il se rendit très vite compte de la présence concomitante d'Estelle car les lumières de son bureau étaient également allumées et surtout car il avait reconnu l'odeur caractéristique de son parfum quand il était sorti de l'ascenseur. L'atmosphère crépusculaire, sublimée par le changement d'heure récent et les premiers brouillards saisonniers donnèrent à Pierre-Louis la certitude que le moment de vérité était arrivé.

Subodorant qu'Estelle avait également deviné sa présence, il rentra sans frapper dans son bureau ; la pulpeuse blonde diaphane l'attendait nue, assise sur son bureau, les cuisses ouvertes, offerte et prête à subir ses assauts testostéronés.

Le regard hystérisé, Estelle fixa Pierre-Louis droit dans les yeux et déclama avec insolence :

- « Traite-moi comme je le mérite ! »

Pierre-Louis compris à cet instant, dans une fulgurance quasi-mystique, qu'il devait rapidement se reprendre et définitivement séparer dans sa vie le bon grain de l'ivraie. Il referma la porte du bureau d'Estelle, pris l'ascenseur et se retrouva groggy, mais comme purifié, sur le trottoir qui faisait face à l'immeuble où il passait la plus grande partie de ses journées. Il prit son téléphone et appela sa fille qui, la veille, avait passé un examen de philosophie médiévale.

Le téléphone sonna ; dans quelques secondes Saint Augustin, Saint Thomas d'Aquin, Pierre Abélard, Jean Scot Erigène, Bonaventure de Bagnoregio occuperaient le devant de la scène ; Pierre-Louis s'en délectait d'avance. Au moment où elle décrocha, Pierre-Louis essuya avec pudeur les larmes qui coulaient avec abondance sur ses joues rougies par le froid qui commençait à tomber sur la ville.

Il venait de comprendre et donc...de renaître !

L'instant métaphysique chinoise



par Fabienne Botella

Ciel postérieur : aide-toi et le Ciel t'aidera !

Le concept de "ciel postérieur" (后天, Hòutiān) en taoïsme est fondamental pour comprendre comment l'énergie vitale, ou Qi, se manifeste et interagit avec le monde physique après la naissance. Contrairement au "ciel antérieur" (先天, Xiāntiān), qui représente l'état originel et immatériel, le ciel postérieur est associé à la réalité quotidienne, où l'énergie vitale est soumise à diverses influences et fluctuations.

Le "ciel postérieur" débute dès la naissance, marquant le passage de l'état potentiel et spirituel à une existence matérielle et corporelle. Dans ce cadre, l'énergie vitale, ou Qi, devient tangible et commence à interagir avec le monde extérieur. Cette transition implique une densification de l'énergie, la rendant plus perceptible et plus concrète.

L'énergie vitale prend alors une forme matérielle qui influence directement le corps et l'esprit. Cette matérialisation du Qi est essentielle pour le fonctionnement de l'organisme car elle permet le maintien des processus vitaux, la croissance et le développement.

Cette matérialisation implique également une susceptibilité accrue aux influences extérieures.

Le fait d'être constamment en interaction avec l'environnement, de se confronter à des expériences de vie et d'entreprendre des actions quotidiennement, entraîne des échanges constants d'énergie entre l'individu et son milieu.

Les expériences émotionnelles, les conditions climatiques, l'alimentation, et les activités physiques sont aussi des facteurs qui influencent et modifient la qualité et la quantité du Qi. En somme, tout ce avec quoi nous entrons en interaction.

Parmi les facteurs internes à retenir, les émotions jouent un rôle crucial dans l'état du Qi postérieur. Par exemple, la joie, la colère, la tristesse, le souci et la peur peuvent toutes avoir des effets distincts sur le flux et l'équilibre du Qi. Une gestion saine des émotions (voir Gazette n°6) est donc essentielle pour maintenir un Qi harmonieux et éviter les blocages ou les déséquilibres énergétiques.

Pour les facteurs externes, l'environnement physique, incluant par exemple le climat, la pollution et le cadre de vie, affecte également le Qi.

Un environnement pollué peut perturber le Qi et engendrer des déséquilibres énergétiques, tandis qu'un environnement naturel et sain peut favoriser une meilleure circulation de l'énergie vitale. Enfin, les actions quotidiennes, telles que le travail, l'exercice, et les interactions sociales, modifient constamment l'état du Qi.

Les déséquilibres énergétiques peuvent se manifester sous forme de maladies, de fatigue, de stress ou de dysfonctionnements divers. Par conséquent, il est crucial de cultiver et de réguler le Qi pour maintenir une bonne santé physique et mentale.

Entre autres possibilités, la pratique du Qi Gong, de la méditation, de la médecine traditionnelle chinoise et d'autres disciplines taoïstes visent à restaurer et maintenir cet équilibre dans les limites physiologiques.

Les conditions environnementales au sens large ne sont pas une fatalité ! Ainsi, comme nous l'avions évoqué lors de la Gazette n°1 qui traitait des Trois Chances, l'individu dispose d'une marge de manœuvre pour s'épanouir en préservant son énergie : la Chance de l'Homme.

Quant au lieu de vie ou de travail, le Feng Shui peut être utile pour en bonifier les qualités.

Que ce soit en termes d'hygiène de vie, de choix relationnels ou encore dans la manière de prendre des décisions, chacun peut répondre à ces facteurs potentiellement déséquilibrants en prenant à son compte des actes allant dans le sens de son épanouissement.

Lors de notre cheminement, il est souvent possible d'adopter des règles de conduite, de prendre des décisions, de choisir des activités de manière à évoluer de façon fluide. Pour les taoïstes, le but ultime de l'existence est de retrouver l'état du Ciel Antérieur, c'est à dire, complétude et harmonie.

Le Ciel Postérieur dans le taoïsme représente l'état de l'énergie vitale après la naissance, marquée par une matérialisation et une interaction constante avec le monde physique. Cet état est influencé par les expériences de vie, les émotions, les environnements, et les actions, rendant le Qi plus dense et plus susceptible aux déséquilibres.





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...).

PROPRIÉTAIRE OU LOCATAIRE ?

La propriété immobilière est devenue le Graal pour tous les français ; le symbole de la réussite et l'accès à un statut social envié.

Il y a certes aussi un effet de mode dans ce tropisme pour la pierre. Cependant, tout le monde n'est pas fait pour devenir propriétaire immobilier et pour en assumer toutes les conséquences. Le thème BaZi permet d'obtenir quelques informations intéressantes à ce sujet.

Voyons, en quelques critères, les éléments qui permettent d'apprécier si un thème est ou non propice à l'accession sereine à la propriété immobilière.



- Maître du Jour (M.D.J) Métal ou Terre.

La pierre, l'immobilier sont liés à l'élément Terre. Un M.D.J Terre (Yang ou de manière un peu plus nuancée Yin), très en résonance avec le foyer, la maison, le territoire est un premier facteur prédisposant. Dans une moindre mesure, ce sera aussi le cas pour les M.D.J Métal qui sont en effet nourris par la Terre.

- M.D.J Fort.

Le caractère fort d'un M.D.J est un second facteur favorisant l'épanouissement par la propriété immobilière. En effet, le patrimoine fait partie de la déité Richesse. Un M.D.J fort sera plus à l'aise pour assurer le contrôle indispensable de cette déité. La situation sera plus problématique et source de stress quand le M.D.J est affaibli.

- Présence de la Richesse, émergente, enracinée.

Comme explicité plus haut, l'immobilier fait partie du patrimoine qui est incarné par la déité Richesse. L'examen de cette déité dans le thème est donc un paramètre important à prendre en considération. Elle doit être émergente, enracinée et de bonne qualité.

- Terre présente et favorable au M.D.J.

La Terre représente l'habitat, la maison comme déjà explicité plus haut. La Terre doit donc être présente dans le thème, favorable et de bonne qualité.

Passons à nos exemples.

| | Pilier de l'Heure | Pilier du Jour | Pilier du Mois | Pilier de l'Année |
|----------------------------|-------------------|----------------|----------------|-------------------|
| Troncs célestes | JIA Bois Yang | XIN Métal Yin | JIA Bois Yang | GUI Eau Yin |
| Branches terrestres | WU Cheval | CHOU Bœuf | ZI Rat | CHOU Bœuf |
| Troncs cachés | DING Feu Yin | JI Terre Yin | GUI Eau Yin | JI Terre Yin |
| | JI Terre Yin | GUI Eau Yin | | GUI Eau Yin |
| | | XIN Métal Yin | | XIN Métal Yin |

Ce M.D.J est Métal et donc nourri par la Terre. C'est un premier facteur prédisposant. Il est légèrement faible en raison de sa saison de naissance hivernale mais il est enraciné deux fois dans CHOU et est soutenu par la Terre. Sa situation n'est donc pas problématique pour ce qui concerne la thématique étudiée. La Richesse est Bois, présente deux fois en Troncs Célestes et proche du M.D.J. Elle enserre le M.D.J, ce qui lui donne de l'importance et de la portée. Enfin, la Terre est très favorable car elle soutient le M.D.J. Elle subit certes une Blessure WU CHOU mais s'entend bien avec ZI qui la renforce (combinaison simple). Cette personne a une énergie compatible avec le statut de propriétaire mais une vigilance s'imposera tout de même compte tenu du manque de racine de la Richesse. La Terre est Ressource et le bien immobilier sera donc vu et vécu comme un soutien, une sécurité.

| | Pilier de l'Heure | Pilier du Jour | Pilier du Mois | Pilier de l'Année |
|----------------------------|-------------------|----------------|----------------|-------------------|
| Troncs célestes | XIN Métal Yin | REN Eau Yang | YI Bois Yin | XIN Métal Yin |
| Branches terrestres | CHOU Bœuf | XU Chien | WEI Chèvre | HAI Cochon |
| Troncs Cachés | JI Terre Yin | WU Terre Yang | JI Terre Yin | REN Eau Yang |
| | GUI Eau Yin | XIN Métal Yin | DING Feu Yin | JIA Bois Yang |
| | XIN Métal Yin | DING Feu Yin | YI Bois Yin | |

Les M.D.J Eau sont les moins en résonance avec la propriété immobilière. Leur instabilité, leur goût de la liberté, leur besoin de changements et de mouvements leur font vivre ce statut comme une contrainte plus que comme un atout.

Ce M.D.J est légèrement faible car il est enserré par la Terre très présente dans les Branches Terrestres.

La Richesse Feu est faible, non émergente.

Enfin la Terre n'est pas favorable ; elle contrôle le M.D.J, l'enserme et subit plusieurs pénalités et blessures.

Ce thème permettra très difficilement un épanouissement à travers l'accès à ce statut.



“Le bonheur... c’est le repos du chagrin”

Renaud Séchan

