

# Essence Et Traditions

## La Gazette



“Absence : quintessence de la  
présence.”

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.

## Découvrez les Sciences Taoïstes à Nancy !

☀️ Conférence Yi Jing 📍 Espace Ginko, Nancy 📅 8 novembre 2024

Plongez dans l'univers fascinant du Yi Jing et découvrez comment ce classique des mutations, basé sur les principes du Yin Yang et des Cinq Éléments, reste pertinent aujourd'hui.

Réservations impératives par téléphone au 03 83 90 38 99 ou par mail à [essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com)

☀️ Formation Bazi Santé - 📅 9 et 10 novembre 2024

Déterminer un profil énergétique de santé d'après la carte de naissance.

Rappels de base sur la charte graphique en BaZi.

Troncs Célestes, Branches Terrestres et corps humain. Première approche du BaZi Santé.

Le Yin et le Yang en BaZi Santé. Les enjeux d'un excès de Yin ou de Yang dans une carte énergétique de naissance.

Les applications du cycle des 5 éléments en BaZi Santé. Éléments faibles, forts ou dysharmonieux.

Le Qi. Sources, optimisation et circulation.

L'étude des organes. Rappels MTC et application en BaZi.

Les relations entre les organes. Approfondissement de la problématique de la circulation du Qi dans le thème BaZi. Les grands axes de circulation de l'Énergie dans le corps et leurs correspondances dans la carte de naissance.

Les syndromes complexes.

Les Trois Trésors ou SAN BAO. Applications concrètes en BaZi Santé.

L'analyse de la sphère émotionnelle.

280€, support de cours PDF compris. Renseignements et inscriptions par téléphone au 03 83 90 38 99 ou par mail à [essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com)

☀️ Formation Numérogie – INITIATION 📅 26 et 27 octobre 2024

Découvrez les bases de la numérogie chinoise et occidentale :

Historique et origines de la numérogie

Analyse des grands nombres de la vie

Étude du carré séquentiel et du carré LUO SHU

Interprétation des cycles du temps et de la Synastrie en numérogie

280€, support de cours PDF compris. Renseignements et inscriptions par téléphone au 03 83 90 38 99 ou par mail à [essenceettraditions@gmail.com](mailto:essenceettraditions@gmail.com)

Rejoignez-nous pour ces événements captivants et enrichissez vos connaissances des sciences taoïstes !

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

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

# 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.



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.

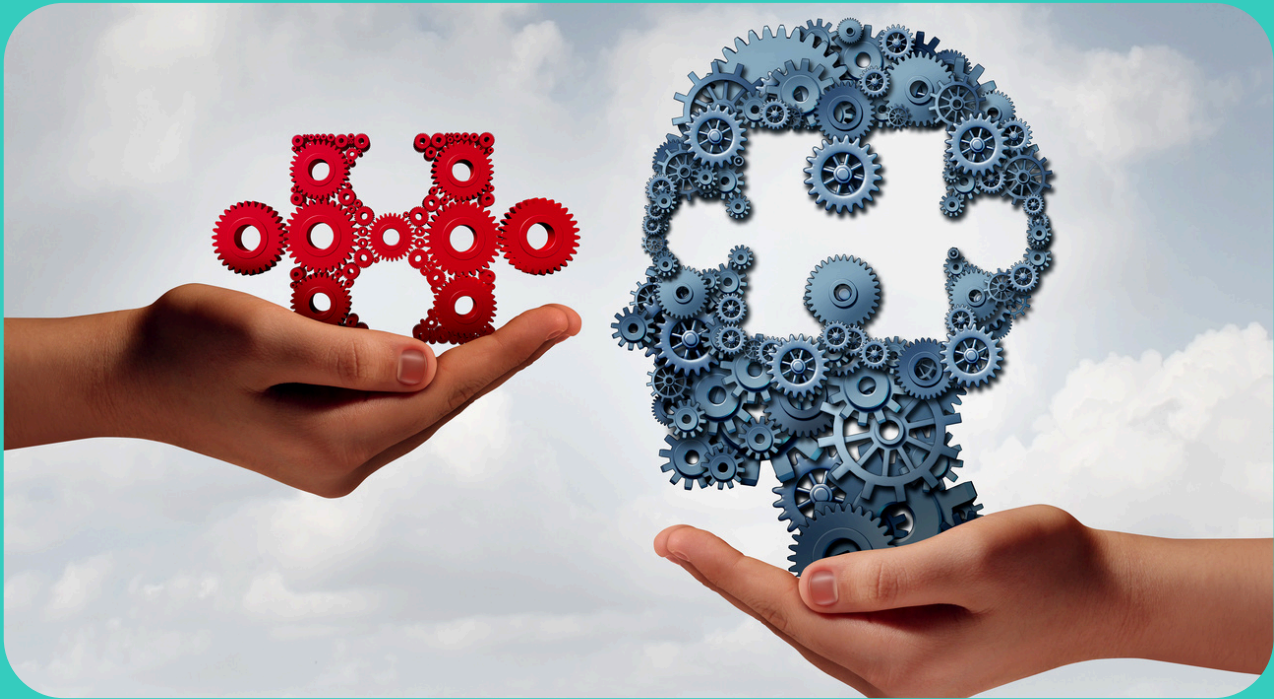
#### L'APPORT D'AUTRES DISCIPLINES DANS L'ANALYSE NUMÉROLOGIQUE.

1. Numérogie et tarologie.

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

3. Applications pratiques.

# Sommaire



2	ACTUALITÉS D'ESSENCE ET TRADITIONS	17	LE COIN DU CINÉPHILE
5	SOMMAIRE	19	UN JOUR, UNE CHANSON
6	ÉDITO	20	SANTÉ ~ BIEN-ÊTRE
7	BILLET D'HUMEUR YIN	23	CHRONIQUE DES TEMPS MODERNES
9	BILLET D'HUMEUR YANG	25	L'INVITÉ DE LA GAZETTE
11	LE COMPTOIR DU PHILOSOPHE	28	L'INSTANT MÉTAPHYSIQUE CHINOISE
14	LE COIN DU LECTEUR	30	L'ATELIER DU PRATICIEN



## Entre Lettres et Apéros Dinatoires

Dans notre monde hyperconnecté, où l'information circule à une vitesse fulgurante, la lecture et l'écriture prennent des formes nouvelles et inattendues. Nous sommes plongés dans un flot constant de messages instantanés, de tweets et de posts. Pourtant, rien ne remplace le plaisir d'une bonne vieille lettre manuscrite. Écrire une lettre, c'est comme préparer un apéro dinatoire : cela nécessite une attention particulière, une certaine intention. On choisit les mots comme on choisit les ingrédients, cherchant à marier les saveurs et à créer une expérience mémorable pour celui qui recevra notre missive.

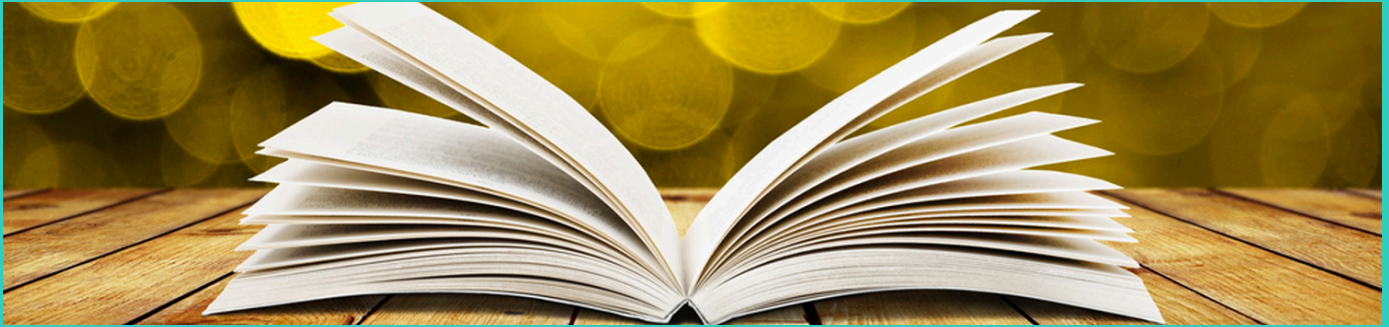
À l'heure où chacun se précipite dans des débats où l'on coupe les cheveux en quatre pour trouver la petite bête, n'oublions pas la beauté de la simplicité. Parfois, une lettre écrite avec soin, une pensée sincère ou une anecdote partagée, peut avoir un impact bien plus fort qu'un long argumentaire. En nous réunissant autour d'un apéro dinatoire, en échangeant nos idées et nos ressentis, nous redécouvrons la magie des échanges authentiques.

La lecture, elle aussi, devient une célébration de ces moments partagés. Une bonne lecture peut susciter des discussions passionnantes, des rires ou même des réflexions profondes. Imaginez un groupe d'amis réunis, chacun avec un livre en main, partageant ses passages préférés, le tout autour d'une table garnie de délices. C'est là que se tisse le véritable échange : entre la page et le cœur, entre les rires et les larmes.

Alors, la prochaine fois que vous vous retrouverez à discuter des subtilités d'un texte ou des plaisirs d'un bon repas, rappelez-vous que lire et écrire, c'est avant tout partager des moments, des idées et des émotions. Loin de couper les cheveux en quatre, célébrons la richesse de nos échanges, à travers les lettres et les apéros dinatoires, qui nourrissent notre esprit tout autant que notre palais.



# Billet d'humour Yin



## ÉCRIRE ET LIRE

par Fabienne BOTELLA

Les concepts de Lire et Écrire peuvent être perçus en lien avec les actes de donner et recevoir, révélant ainsi la dynamique riche et profonde de la communication humaine.

### Écrire comme un acte de donner

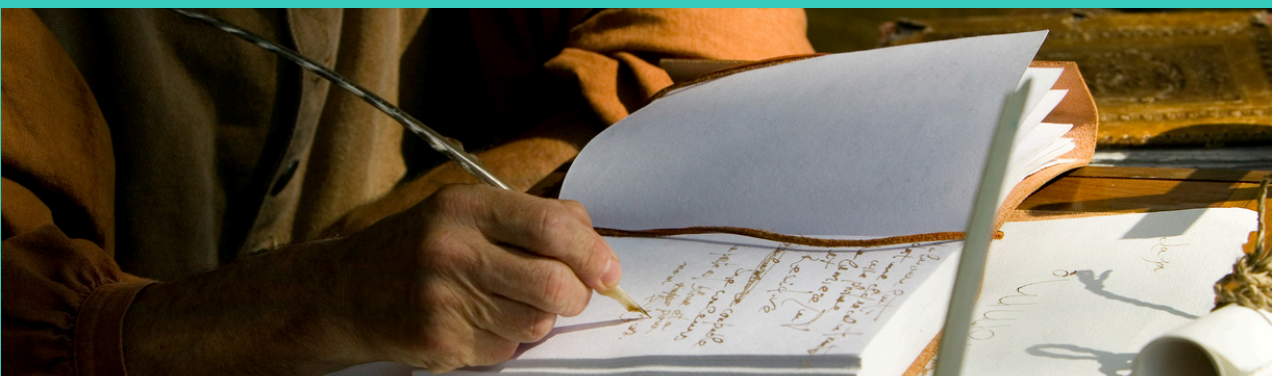
Écrire n'est pas simplement un exercice technique ; c'est un acte intentionnel chargé de sens. L'écrivain, qu'il soit romancier, poète ou journaliste, engage son être dans l'acte de création. Il offre au lecteur une part de son univers intérieur, partageant ainsi ses émotions, ses réflexions et ses observations sur le monde. Cette générosité se manifeste de multiples manières :

- Le poète ne se contente pas de décrire le monde ; il partage son ressenti intime, ses joies et ses peines, tissant une connexion émotionnelle avec le lecteur.
- L'auteur de fiction va au-delà de la simple narration ; il donne vie à des personnages complexes et à des histoires captivantes, permettant au lecteur d'explorer des réalités alternatives et de s'évader dans des mondes imaginaires.
- Le journaliste, quant à lui, partage des faits et des analyses, cherchant à informer et à éveiller la conscience sociale. En rapportant des événements, il donne aux lecteurs des outils pour comprendre le monde qui les entoure.

### Lire comme un acte de recevoir

De l'autre côté, lire représente un acte de réception qui ne se limite pas à l'absorption passive de l'information. Le lecteur entre dans un dialogue avec le texte, interprétant et redonnant vie à ce qu'il a reçu. Ce processus d'appropriation varie selon le type de texte :

- Le lecteur de roman ne se contente pas de suivre l'intrigue ; il s'immerge dans l'univers de l'auteur, s'identifiant aux personnages et réfléchissant à leurs choix.
- Le lecteur d'essai reçoit des idées et des arguments qui peuvent susciter des réflexions critiques et nourrir son propre point de vue sur des questions contemporaines.
- L'étudiant, lorsqu'il lit des manuels ou des articles académiques, ne se contente pas d'accumuler des connaissances ; il les intègre et les met en relation avec ses apprentissages, créant ainsi un savoir personnel.



La lecture et l'écriture comme un dialogue : donner et recevoir réciproquement

Il est essentiel de comprendre que la lecture et l'écriture ne sont pas des actions isolées. Elles forment un dialogue dynamique où chaque acte influence l'autre. Quand un écrivain met ses mots sur la page, il attend souvent une réponse, une réaction, un écho de la part de ses lecteurs. Inversement, le lecteur ne reste pas passif : en réagissant au texte, il enrichit l'œuvre par son interprétation personnelle.

- Dans une correspondance, par exemple, chaque lettre écrite est une façon de donner son point de vue, tandis que chaque réponse reçue constitue un retour précieux, créant un échange d'idées et d'émotions.
- Un lecteur peut aussi choisir d'écrire une critique ou un commentaire après avoir terminé un livre, engageant ainsi un dialogue indirect avec l'auteur et contribuant à une conversation plus large sur le texte.

Créer un échange à travers le temps et l'espace

Lire et écrire transcendent les barrières temporelles et spatiales, créant un échange unique entre les générations et les cultures. En effet, les mots écrits sur une page ont le pouvoir de voyager à travers le temps, permettant aux voix d'autres époques de résonner dans notre présent. Un auteur, même après des siècles, peut transmettre ses pensées, ses émotions et ses idées à des générations futures, créant ainsi un lien intergénérationnel. Des œuvres classiques comme celles de Shakespeare ou de Victor Hugo continuent d'influencer les lecteurs contemporains, qui peuvent se reconnaître dans les luttes humaines, les passions et les dilemmes universels qui sont toujours pertinents aujourd'hui.

La distance géographique ne constitue pas un obstacle à cet échange. Les écrivains de différentes cultures et origines partagent leurs visions du monde, et ces récits peuvent voyager bien au-delà de leurs frontières d'origine. Un auteur africain peut évoquer des expériences et des traditions spécifiques, mais ses mots peuvent toucher un lecteur en Amérique ou en Europe, qui peut y voir des résonances avec sa propre vie. Ce phénomène souligne la richesse de la diversité humaine et le fait que, malgré nos différences, nous partageons des émotions et des préoccupations similaires.

Les lecteurs, à leur tour, ne se contentent pas d'absorber ces idées ; ils les font vivre à travers leurs propres interprétations et réflexions. Chaque lecteur aborde un texte avec son bagage culturel et personnel, ce qui enrichit la signification de l'œuvre. Une même histoire peut susciter des réactions différentes en fonction des expériences de vie de chacun, et cette pluralité de perspectives contribue à la vitalité des idées transmises.

Ainsi, la lecture et l'écriture deviennent des ponts entre les époques et les lieux, facilitant un dialogue continu qui nourrit notre compréhension du monde. Ce processus d'échange ne se limite pas à une simple transmission d'informations ; il crée une conversation entre les voix du passé et celles du présent, reliant les générations et favorisant une réflexion collective sur notre humanité partagée. Les idées, les récits et les émotions continuent d'évoluer, d'être réinterprétés et redécouverts, renforçant ainsi l'idée que l'écriture et la lecture sont des actes profondément connectés, qui nous unissent malgré le temps et l'espace.

Lire et écrire, recevoir et donner, sont intimement liés par les fils invisibles de la communication humaine. Ces actes favorisent la circulation des idées, des sentiments, des savoirs et des expériences, créant des liens profonds entre les auteurs et leurs lecteurs. Qu'ils soient contemporains ou séparés par le temps et l'espace, cet échange contribue à la richesse de notre culture et à la diversité des perspectives qui l'enrichissent.



# Billet d'humeur Yang



## AU ROYAUME DE L'EXPRESSION... LE PAPIER N'EST PLUS ROI !

par Vincent GALLET

L'époque contemporaine est au numérique, au dématérialisé, aux SMS et au virtuel.

Tout a déjà été dit et écrit sur les conséquences dommageables, voire catastrophiques de cette grande révolution technologique. Isolement des individus, incapacité de se concentrer sur des textes dépassant la dizaine de lignes, perte de nuance et de richesse dans le vocabulaire, manque de profondeur dans les argumentations développées, priorisation du sensationnel et de l'éphémère...

Au delà du constat de ce que l'invasion des nouvelles technologies a pu négativement occasionner, il est aussi intéressant de se pencher sur ce que nous avons perdu en abandonnant le papier.

Par la lettre, nous communiquons avec nos proches, par le livre nous nous cultivons, apprenons et par le journal nous nous informons et nous ouvrons au monde et au lointain. Ces trois fonctions sont aujourd'hui concentrées sur un support unique, l'écran, qui appauvrit nos existences de multiples manières.

En premier lieu, poster une lettre, acheter un livre, un journal impliquait le fait de sortir de chez soi, d'oser s'aventurer au dehors pour très souvent rencontrer l'autre et créer ainsi du lien social.

Demander des nouvelles de son voisin en allant poster une lettre, discuter avec le libraire des dernières sorties littéraires ou encore prendre un café dans le bar PMU qui fait également office de dépôt-presse sont de plus en rares ; leur dimension rituelle a de plus complètement disparu tant prendre son temps est devenu un luxe.

L'information véhiculée sur papier a aussi le grand avantage de mettre en éveil tous nos sens quand l'écran ne stimule et ce, de manière excessive, que les yeux et la vue. Respirer le parfum d'une lettre, caresser le papier glacé d'un ouvrage broché, se laisser bercer par le bruissement des pages d'un journal que l'on tourne avec délicatesse. Le papier se regarde, se touche, se respire, s'écoute... Tous nos sens sont mis à contribution. L'écran est lumineux mais aride, austère et aucune communication sensorielle n'est possible avec lui.

Le support papier classique est en outre propice à la profondeur, à l'approfondissement. On lit quelques lignes ; on fait une pause pour digérer ce que l'on vient de lire ; on revient un peu en arrière ; on prend une gorgée de café tout en surlignant ce qu'il nous paraît essentiel de retenir. L'écran permet plus difficilement cet échange, ce va-et-vient de la pensée, cette intégration lente et profonde. Il est propice au zapping, au rapide, au court et, du fait du manque de stimulation de l'ensemble des organes sensoriel qu'il induit, ne permet pas la même intégration et compréhension des idées exprimées.

Enfin, il faut bien admettre que c'est dans la communication intime et amoureuse que la fin du papier a fait le plus de dégâts en saturant tout en asséchant l'expression des émotions et des sentiments.

Écrire une lettre prend du temps ; il est nécessaire de bien structurer sa pensée, de mesurer le poids de chacun des mots utilisés, de recommencer parfois, de raturer. On écrit fébrilement l'adresse de la personne à qui nos pensées sont adressées puis on dépose ce trésor, parfois embaumé de notre parfum, dans une boîte postal en priant pour que le facteur fasse le job.

Attendre une lettre est aussi un bouleversement émotionnel profond qui nous relie d'une certaine manière à la valeur des choses et donc au temps. Guetter le passage du facteur, ouvrir avec impatience la boîte aux lettres, sourire de soulagement en découvrant l'écriture familière qui figure sur le recto de l'enveloppe...

Une lettre se conserve, se relit, se regarde voire se médite. Comme le bon vin, elle se bonifie avec le temps et offre à nos souvenirs un ancrage délicieux. A l'ère du SMS, nos communications amoureuses sont rapidement marquées du sceau de l'obsolescence. Elle sont rédigées dans la précipitation, dans la surréaction émotionnelle, sont trop courtes et spontanées pour exprimer la quintessence et la complexité d'une pensée ou d'un sentiment. Il en résulte le plus souvent de la frustration, de l'incompréhension voire même un risque de saturation lié au fait de pouvoir communiquer de manière permanente en tous moments et en tous lieux.

La fin de l'ère épistolaire a, de manière certaine, grandement contribué au désenchantement romantique dans laquelle la plupart des relations finissent par s'embourber... reconnaissons toutefois avec humilité qu'il ne s'agit pas de l'unique raison !



# 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'ANALYSE DE L'AMOUR CHEZ JEAN-PAUL SARTRE

### *Pourquoi s'intéresser aux réflexions sur l'Amour du philosophe existentialiste ?*

- Car l'Amour est, pour la plupart d'entre nous, une quête sans fin et la source d'attentes et d'exigences démesurées voire parfois délirantes ;
- Car l'immense majorité des couples se séparent ou, quand ils restent ensemble, deviennent complètement dysfonctionnels ;
- Car nous sommes tous prisonniers des illusions et fantasmes véhiculés par une vision du romantisme détournée de son sens premier et véritable ;
- Car, en ce domaine, nous évoluons toujours en mode émotionnel et rarement en mode rationnel.

### *"Le désir de s'approprié l'autre comme être libre".*

Jean Paul SARTRE est un philosophe et écrivain français du XX<sup>ème</sup> siècle essentiellement connu pour avoir théorisé l'existentialisme athée, philosophie qui place au premier plan la notion de liberté humaine.

Cette dernière est également au cœur de ses réflexions sur l'Amour qu'il va principalement aborder sous le prisme du rapport paradoxal que nous entretenons avec la liberté de notre partenaire amoureux.

Le philosophe germanopratin considère que notre vision traditionnelle, exclusive de l'Amour constitue un paradoxe inextricable qui conduit à l'échec certain de toutes les relations amoureuses. En effet, il définit celui-ci comme « le désir de s'approprié l'autre comme être libre ». Appropriation et liberté ne font pas bon ménage comme vous pouvez déjà le deviner aisément. Rentrons un peu plus dans le détail de ce paradoxe mortifère.



Il y a, de manière difficilement peu contestable, quand on entre en relation avec une personne aimée, un désir d'union, de proximité qui passe par le corps lors des rapports sexuels mais aussi par un besoin d'être reconnu en tant que couple par le corps social. Deux personnes donnent naissance à une troisième entité à savoir le « ON » du couple qui implique nécessairement une diminution plus ou moins marquée des attributs de sa propre liberté.

Ce désir d'union se transforme quasi-instantanément en désir de possession. En effet, aimer c'est essentiellement le projet d'être aimé car l'Amour que nous ressentons a besoin d'une réciprocité pour nous convaincre du bien fondé et de la pertinence de nos propres sentiments.

Cette obsession de la réciprocité s'inscrit dans un contexte psychologique dans lequel l'autre demeure inaccessible car nous n'avons jamais accès à sa conscience, à ce qu'il pense vraiment. D'où cette obsession permanente des fameuses preuves d'Amour qui s'incarnent dans des attentes, des exigences qui grandissent au fur et à mesure que les doutes s'immiscent. La réalité du sentiment est insondable, il faut donc des preuves, des preuves et toujours plus de preuves. L'Amour se transforme en « inspecteur des sentiments » ; l'enfer prend place petit à petit.

Cette résonance du mot Amour avec attentes et exigences explique en grande partie la porosité constatée entre le sentiment amoureux et la haine. La haine trouve le plus souvent ses racines profondes dans un amour déçu.

La transformation est fulgurante. Une femme (ou un homme!) follement amoureuse(x) éprouve du jour au lendemain une haine féroce pour son (sa) partenaire qui vient de la (le) quitter. L'évolution des sentiments se fait à la vitesse de l'éclair, prouvant de manière irréfutable qu'ils sont en réalité de même nature.

Si l'Amour constitue bien un désir de possession, en quoi est-il paradoxal selon Jean-Paul SARTRE ?

Ce que nous aimons dans l'Amour et dans notre partenaire c'est que son choix de nous aimer relève entièrement de sa propre liberté. Ce qui nous attire et fonde nos sentiments c'est le pouvoir qu'à l'autre de nous aimer mais aussi de ne pas nous aimer. Cette prise de conscience est vertigineuse et donne un caractère contingent à nos histoires sentimentales bien que Jean-Paul SARTRE fasse parfois la distinction, notamment quand il évoque sa relation avec Simone de BEAUVOIR, entre les amours contingentes et les amours nécessaires. Cette nuance sera traitée dans un prochain comptoir du philosophe car elle ouvre des perspectives métaphysiques et transcendantales très intéressantes.

Cette liberté d'aimer ou de ne pas aimer qui donne de la valeur, de la grandeur aux sentiments du partenaire est une des raisons pour lesquelles le mariage d'amour ne peut pas fonctionner. Je vous renvoie, pour une analyse plus approfondie, à la gazette n°9 dans laquelle l'essai de Pascal BRUCKNER « le mariage d'amour a-t-il échoué ? » vous a été présenté.



Le mariage est une institution noble, nécessaire à la structuration des familles et à l'établissement de sociétés fondées sur la solidarité et la transmission ; le propos ne consiste pas ici à le dénigrer et à le ringardiser mais juste à en redéfinir les contours et la nature véritable.

Il est un contrat, un serment, un engagement moral de cheminer à deux, de partager des objectifs, des projets, de s'épauler, de se soutenir mutuellement, de constituer un patrimoine....

On a voulu y ajouter une promesse d'aimer qui est l'exact contraire de l'Essence de l'Amour. Pour Jean-Paul SARTRE la valeur du sentiment est fondée sur la liberté de notre partenaire de nous aimer ou de ne pas nous aimer comme nous venons de le mentionner.

S'engager à aimer une personne pour la vie, fonder un amour sur un contrat à respecter ne peut donc pas fonctionner. Un Amour n'a de valeur que parce qu'il est libre. Il n'est pas rare de recevoir les confidences d'un ami ou d'une amie nous confiant avec tristesse la fin du socle sentimental, qu'il croyait pourtant solide, de leur couple quelques mois après la célébration de leur mariage.

On peut promettre fidélité, cheminement commun, entraide mais pas d'aimer car ce sentiment ne se contrôle pas ; c'est en tout cas la vision de SARTRE.

Certains penseurs vont encore plus loin en soutenant la théorie selon laquelle la sexualité partagée n'est absolument pas nécessaire voire qu'elle est même néfaste à l'engagement réciproque qui a été pris par le biais du mariage. Nous présenterons quelques ouvrages sur ce sujet passionnant dans de futurs numéros de la gazette.

La drame de l'Amour c'est donc sa contradiction consubstantielle. Il est à la fois désir de possession et d'asservissement et en même temps rejet de cet asservissement. En prendre conscience est une première étape indispensable pour éviter beaucoup de désillusions...

### ***Que peut nous apporter la vision sartrienne de l'Amour ?***

- S'extraire du sentimentalisme pour prendre de la hauteur et aborder l'Amour sous l'angle de la Raison ;
- Comprendre que le mariage n'a rien à voir avec l'Amour et que confondre les deux conduit à un échec quasi-certain ;
- Comprendre pourquoi toutes les sociétés traditionnelles ont toujours opté pour le mariage de raison;
- Ne plus tout miser et tout centrer sur l'autre et sur la rencontre amoureuse.



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.

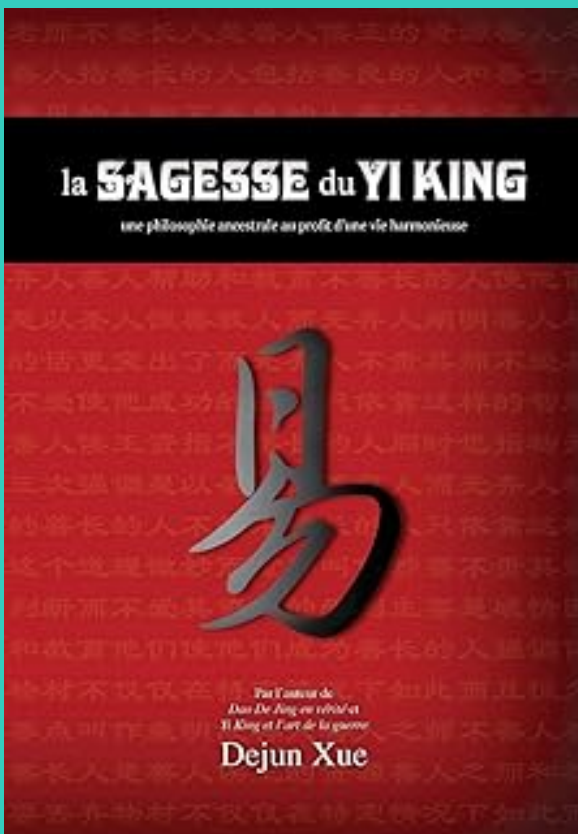
Parmi ces trois références figureront un ouvrage de métaphysique, un ouvrage, généralement un essai, en lien avec les traditions, la pensée anti-moderne et l'enracinement et enfin un roman.

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.



Dejun Xue

La sagesse du Yi King



Si le tirage constitue la plus connue et la plus usitée des méthodes d'utilisation du Yi King classique, vous aurez sûrement observé, si vous êtes des lecteurs attentifs de notre gazette, qu'il existe d'autres techniques qui nécessitent une connaissance approfondie de l'essence et de la signification des 8 trigrammes.

« La sagesse du YI KING » de DEJUN XUE est un des rares ouvrages en langue française à aborder ces dernières.

Ce livre est composé de deux parties bien distinctes. La première décrit et explicite, à partir d'exemples concrets, quelques techniques d'utilisation du Yi King classique sans tirage parmi lesquelles la technique de l'image ou encore celle de l'analyse d'une situation donnée à partir de la structure spécifique des trigrammes.

La seconde partie, un peu plus dense, est un commentaire approfondie et très accessible des textes du Yi King. Pour chacun des 64 hexagrammes, l'auteur fait une analyse du texte général, de la structure de l'hexagramme, et surtout du texte spécifique de chacune des 6 lignes. Cette seconde partie peut d'ailleurs parfaitement être utilisée en toute indépendance si vous préférez utiliser une technique de tirage.

Un livre indispensable pour une pratique sereine et sérieuse du Yi King tant ce texte de sagesse peut apparaître métaphorique et obscure si on l'aborde un peu trop frontalement et sans guidance.

**Pierre Adrian**

Que reviennent  
ceux qui sont loin



Pierre Adrian

Que reviennent ceux qui sont loin

Si je devais sélectionner et ne retenir que deux grands plaisirs dans la vie, ce serait d'une part celui passer un moment de complicité avec mes deux filles et d'autre part celui de découvrir un nouvel écrivain avec qui je me sens en résonance complète tant dans la fluidité narrative que dans l'expression d'une sensibilité singulière.

Pierre ADRIAN fait incontestablement partie de cette catégorie.

C'est avec « Que reviennent ceux qui sont loin » que je vous propose de rentrer dans l'univers de cet écrivain de grand talent par ailleurs amateur de football et de cyclisme.

Après de longues années d'absence, un jeune homme retourne dans la grande maison familiale. Dans ce décor de toujours, au contact d'un petit cousin qui lui ressemble, entre les après-midi à la plage et les fêtes sur le port, il mesure avec mélancolie le temps qui a passé.

Chronique d'un été en pente douce qui commence dans la belle lumière d'août pour finir dans l'obscurité, ce roman évoque avec beaucoup de délicatesse la bascule de l'enfance à l'âge adulte.

« Ici la messe du dimanche avait cessé d'exister pour toute une génération. Un héritage s'était perdu. Il n'y avait plus un adolescent du pays dans les travées et rares étaient les jeunes couples accompagnés de leurs enfants. L'assemblée se composait surtout de femmes aux cheveux blancs. Les plus jeunes étaient de vieux garçons de soixante ans qui se tenaient droit dans leur veste en cuir, visage fermé et mains croisées, les cheveux gominés. Il y avait bien quelques familles, des têtes blondes en ciré qui s'élevaient au dessus des vieilles dames voûtées. Il s'agissait alors de vacanciers, souvent des familles nombreuses d'officiers de marine qui avaient leur maison secondaire dans la baie. Le catholicisme était mort à Saint-Pol et dans tout le pays du Léon. Ou s'il n'était pas mort, nous assistions à son agonie. L'assemblée ne chantait plus, les lèvres closes barraient des visages muets. Seule la voix discordante du chef de chœur se distinguait par-dessus les notes inégales de l'harmonium. Un prêtre africain célébrait la messe. Le monde avait bien changé, il s'était retourné même, pour que des clercs sénégalais et gabonais viennent évangéliser la vieille terre de Bretagne. Le curé que j'avais connu devait être mort aujourd'hui, de toute évidence, car il fut ordonné prêtre avant le concile. Il portait un appareil auditif et semblait toujours essoufflé. C'était un homme fidèle et doux, qui se préparait lentement dans la sacristie. Je n'avais aucun souvenir de ses sermons. Trop jeune, je m'évadais dans mes pensées quand il parlait au pupitre. La chaire est depuis longtemps désaffectée. Il était un homme ordinaire qui accomplissait son devoir avec docilité.

Ce dimanche matin, sous la voûte bleu céleste de Saint-Pol, j'avais l'âme triste. L'odeur capiteuse de l'encens des fêtes me sembla lointaine. Le sol en grosses pierres était glacial. Avais-je totalement perdu la foi ou bien était-ce l'église qui m'en éloignait ? J'étais devenu paresseux et incapable de m'égarer dans la méditation. Je récitais mes prières sans réfléchir, affligé par l'ennui désolant de l'office, par cette assemblée sénile qui ne chantait pas. On accomplissait le rite comme on abattait sa besogne à l'usine, avec méthode. À quoi cela rimait... »

## Diplomatie

La géopolitique fait son grand retour depuis quelques mois dans la presse écrite mais également sur les plateaux des différentes chaînes de télévision. Le conflit en Ukraine et la résurgence de la guerre Israélo-palestinienne ont mis à mal la fameuse « Fin de l'Histoire » théorisée par le politologue américain Francis FUKUYAMA.

Les analyses et la description des faits, en ce domaine, sont toutefois le plus souvent déformées par l'obsession idéologique ; chacun défendant la cause qu'il estime la plus juste au détriment de l'objectivité et de la prise de distance qu'exigeraient des situations souvent complexes, imbriquées dans l'histoire des peuples et des civilisations.

Le magazine *Diplomatie*, qui vous est présenté dans ce numéro, est une des meilleures sources d'informations disponible en langue française pour qui souhaite s'intéresser à la géopolitique.

Cette revue bimestrielle a été fondée en 2003 par Alexis BAUTZMANN, géographe et politologue français. Chaque année un atlas géostratégique et un état des conflits dans le monde sont également publiés.

Les articles sont rédigés par des spécialistes et chercheurs de tous les pays. Ce qui leur donne crédibilité, objectivité et profondeur d'analyse. Chaque numéro est structuré autour de deux dossiers centraux de fond d'une bonne vingtaine de pages mais également d'une rubrique plus en phase avec l'actualité intitulée " points chauds".

Le tout est complété d'une chronique purement historique et de quelques conseils de lecture. A noter, pour conclure, le format assez original, dans un milieu qui opte de plus en plus pour des formats plus réduits, un papier glacé très agréable au toucher et une cartographie soignée et esthétiquement réussie pour illustrer les différentes thématiques abordées. Une revue sérieuse et très pédagogique.







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 MARI DE LA COIFFEUSE

### SYNOPSIS

Antoine a connu ses premiers émois amoureux dans le salon de coiffure de la plantureuse Madame Sheaffer. Il s'est fait une promesse : lorsqu'il sera grand, il épousera une coiffeuse. Il rencontre Mathilde, la coiffeuse de ses rêves. Le coup de foudre est réciproque.

### CRITIQUE

Réalisé par Patrice Leconte en 1990, le mari de la coiffeuse est un film sensuel, léger, candide et porté par un duo d'acteurs exceptionnels avec un Jean Rochefort au sommet de son art.

Antoine a 12 ans quand, au cours d'un rendez vous chez le coiffeur, il aperçoit, sous la blouse mal agrafée de la coiffeuse qui lui coupe les cheveux, un sein magnifiquement rond et charnu.

Fasciné par cette expérience, il se fait la promesse que, quand il sera grand, il épousera une coiffeuse.

Les années ont passé ; Antoine est devenu un homme mature qui vit toujours immergé dans sa quête idéalisée de l'Amour d'une coiffeuse quand il finit par rencontrer Mathilde pour qui il aura un vrai coup de foudre.

Patrice Leconte évoque dans une lumière absolument exquise, le quotidien de cet homme un peu fantasque et idéaliste qui passe ses journées à admirer sa femme dans son salon de coiffure et qui continue de vivre dans ses rêves et ses souvenirs d'enfance. Un film rafraîchissant, subtil dont l'atmosphère est parfois proche de celle du fabuleux destin d'Amélie Poulain.



## IL CORRIDORE - LE COUREUR

« Le perdant qui est en nous l'est un peu pour tous. Dans un certain sens, je suis un perdant. Je cours par vengeance. Je cours pour me refaire ».

C'est par ces quelques mots que Marco OLMO introduit ce magnifique documentaire qui rend un hommage plus que mérité à son immense talent et à son courage hors norme. Vainqueur de la Cro-Magnon, de la Trangrancanaria, troisième à plusieurs reprises sur le mythique marathon des sables, le coureur italien accomplira l'immense exploit de remporter à 59 ans, en 2007, l'Ultra Trail du Mont Blanc.

Le monde des ultra-trailers est hors normes; un univers de solitude, de souffrance et de dépassement de soi. Un monde dont les clefs de compréhension n'existent pas vraiment pour l'entourage. Il faut juste faire avec.

Ce documentaire suit le rythme des 4 saisons ; il débute en hiver quand Marco OLMO se lance un ultime défi, celui de remporter l'UTMB pour la 3ème fois consécutive et ce, à 60 ans. Ouvrier dans une usine de ciment, Marco est décrit par ses collègues de travail comme un être solitaire, qui prend ses repas seul, communique juste pour dire l'essentiel et le nécessaire. Un taiseux, un contemplatif que même son chien adoré semble désespérément tenter de comprendre.

Renata son épouse est à ses côtés sur toutes les courses, assurant l'intendance, lui remontant le moral dans les moments difficiles, souvent intrusive et dure car terriblement inquiète par ce qu'il impose à son corps.

Quand Marco doute, il va à l'Église, prie, s'en remet à la Providence.

Sans coach, sans diététicien, sans médecin, sans psychologue, Marco OLMO incarne l'effort physique dans sa beauté brute, sans fioriture, sans artifice .

À son âge, il sait qu'il doit gérer, agir en stratège et, comme il le dit lui même, roder autour de ses adversaires plus jeunes, tel un vautour, pour attendre le moment idoine.

L'heure H de l'UTMB 2008 vient de sonner. Aux premières heures de la course Marco est très loin au classement général. La jeunesse fougueuse est partie vite, très vite. Il attend son heure, tapis dans l'ombre et l'humilité. À Saint-Gervais la nuit vient de tomber ; l'heure de vérité approche car la nuit ne ment jamais en ultra-trail. C'est souvent là que l'évidence transparaît et que les imposteurs sont démasqués.

Marco OLMO décide de passer à l'attaque. Renata est en larmes lors du dernier ravitaillement car elle a compris que c'était le moment et surtout car elle a senti que son Marco n'était pas dans la plus grande forme de sa vie !

Il remonte 50 places dans la nuit, immergé dans sa solitude, concentré ; il est aux portes du podium, à la 4ème place, quand le soleil se lève sur le Mont Blanc. Malgré l'excellent travail de son acupuncteur, sa douleur sciatique récurrente finit pourtant par reprendre le dessus. Marco lance une dernière attaque, suicidaire, mais finit par se rendre à l'évidence et abandonne après 150 km de course.

Cette année là marquera le début du règne de Kilian JORNET. Dawa SHERPA, prend la seconde place.

Ce qui est jouissif c'est que le monde capitaliste des grandes marques et du professionnalisme qui tente de gangrener l'ultra-trail depuis de nombreuses années n'y arrive pas... et n'y arrivera jamais tant ce monde est unique et hors normes.

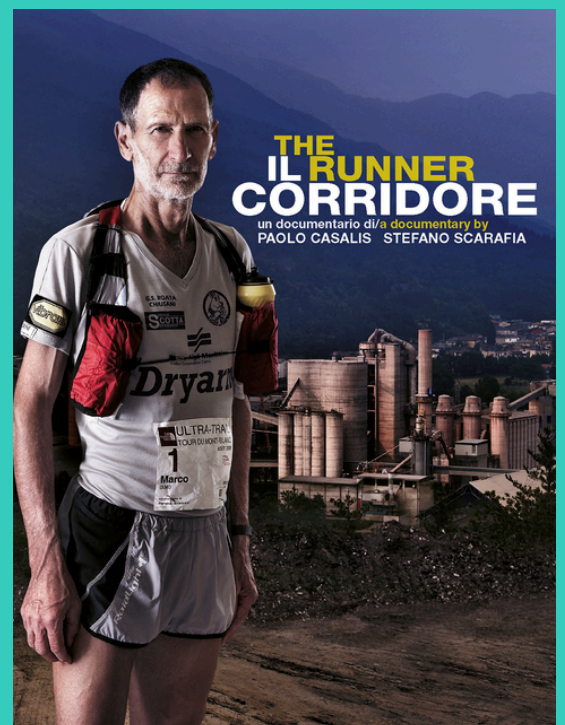
Kilian JORNET vient d'accomplir l'exploit solitaire de franchir 82 sommets alpins en 19 jours, seul et sans aucune couverture médiatique. Il a quitté l'univers des grandes courses médiatisées.

Dawa SHERPA s'est retiré dans ses méditations himalayennes.

Et... Marco OLMO a fait un immense pied de nez à tout ce monde du jeunisme en donnant, à 69 ans, une leçon de stratégie lors de l'ultra africa 2017, qu'il remporta haut la main !!

Quant à l'UTMB 2024, il vient d'être remporté par Vincent BOUILLARD, ultra-trailer amateur, qui souhaite rester en résonance avec cet univers.

Non Marco tu n'es pas un perdant. Tu es pour moi le plus grand, celui qui incarne merveilleusement l'univers de l'ultra-trail et qui me donne envie de mettre chaque jour mes « Salomons » pour aller trailer !!!



# 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.



## Full of life ~ CHRISTINE AND THE QUEENS

Quand la modernité s'acharne, souvent avec obscénité, à se couper de ses racines, à dénigrer son héritage, à se perdre dans la déconstruction obsessionnelle, elle produit de la laideur, engendre de la misère spirituelle et nous pousse à la médiocrité et à la bassesse d'âme.

Quand au contraire elle s'incline devant ce qui est plus grand qu'elle, quand elle a la modestie d'arrêter quelques instants sa folle marche en avant pour contempler la Beauté de ce qui fût, quand elle s'imbibe humblement des génies qui l'ont précédé, elle est alors une source unique d'inspiration, de dilatation et de réconciliation avec notre époque.

Dans Full of life, extrait de l'album « Paranoïa, angels, true love », Christine and the Queens s'inscrit clairement dans la seconde tendance en s'appropriant avec brio le sublissime Canon de PACHEBEL pour en faire le fond sonore envoûtant et angélique de sa mélodie.

Il est probable que ce Canon composé vers 1680 pour l'accompagnement des marches nuptiales de mariage, ait été joué pour la première fois lors du mariage du frère aîné de Jean-Sébastien BACH... Rien que ça !





## À TÊTE REPOSÉE !

par Fabienne BOTELLA

Votre tête est bien plus que vous ne l'imaginez !

Voilà plusieurs mois que j'ai cette idée derrière la ... tête !

Je vous propose dans cette Gazette de découvrir quelques unes des possibilités de santé alternative ayant pour terrain d'approche la surface de la tête. Souvent en rapport avec la réflexologie, votre crâne, votre visage et vos organes des sens cachent des possibilités thérapeutiques inouïes !

Que vous soyez tête de linotte, tête de mule voire de bois et si vous voulez bien ne pas en faire qu'à votre tête, partons la tête la première à la découverte de quelques pratiques courantes.

A  
L  
T  
E  
R  
N  
A  
T  
I  
V  
E  
S

### Thérapie crânio-sacrée

Cette thérapie douce et non invasive se concentre sur le système crânio-sacral, qui comprend les os du crâne, la colonne vertébrale et le sacrum. Les dysfonctionnements dans ce système peuvent affecter le système nerveux central. En appliquant une légère pression sur le crâne et la colonne vertébrale, les praticiens cherchent à relâcher les tensions et à améliorer la circulation du liquide céphalo-rachidien.

### Ostéopathie crânienne

Une branche de l'ostéopathie qui se concentre sur les manipulations du crâne pour améliorer la santé globale. Les ostéopathes utilisent des techniques manuelles pour ajuster les articulations du crâne, pour influencer positivement le reste du corps.

### Acupuncture crânienne

Une variante de l'acupuncture traditionnelle, cette technique implique l'insertion d'aiguilles fines dans des points spécifiques sur le crâne. Elle est souvent utilisée pour traiter des affections neurologiques, des migraines et d'autres troubles de la tête et du système nerveux.

### Réflexologie crânienne

C'est une forme de réflexologie qui se concentre sur les points réflexes situés sur le crâne. Des pressions sur ces points permettent de stimuler la guérison et le bien-être dans d'autres parties du corps.

### Massage du cuir chevelu

Utilisé dans diverses pratiques de massage et de bien-être, ce massage vise à relâcher les tensions, à améliorer la circulation sanguine, et à favoriser la relaxation. Il peut être intégré dans des soins de beauté ou des thérapies de relaxation. Il fait notamment partie de la prise en charge que propose Élodie BLANC à découvrir dans la rubrique invité du mois.

### Thérapie par le son (Sound Therapy)

L'utilisation des bols chantants tibétains, des diapasons, ou d'autres instruments pour produire des vibrations spécifiques appliquées autour de la tête et du crâne permettent d'harmoniser les fréquences corporelles et promouvoir la guérison.

### Tapping ou EFT (Emotional Freedom Techniques)

Une technique qui combine la psychologie et les points d'acupuncture en tapotant légèrement sur des points spécifiques de la tête et du visage. Il s'agit de suivre un protocole établi par le praticien tout en se concentrant sur des pensées ou des sentiments perturbateurs pour libérer des blocages émotionnels.

### Reiki

Bien que le Reiki ne soit pas spécifique à la tête, les praticiens peuvent canaliser l'énergie universelle en plaçant leurs mains sur ou près de la tête. C'est un soin énergétique subtil qui vise à restaurer l'équilibre énergétique.

### EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)

Une thérapie utilisée principalement pour traiter le stress post-traumatique. Le thérapeute guide le patient à travers des mouvements oculaires dirigés tout en se concentrant sur des souvenirs traumatiques, ce qui aide à reprogrammer la façon dont le cerveau traite ces souvenirs. Bien que l'EMDR ne soit pas une thérapie manuelle ou une thérapie de contact physique avec la tête, elle utilise le mouvement des yeux, qui est une activité cérébrale cruciale.

### Auriculothérapie

Une forme de médecine alternative qui utilise des points réflexes sur l'oreille, correspondant à différentes parties du corps. En stimulant ces points avec des aiguilles, des graines, ou des lasers, le réflexologue cherche à traiter divers problèmes de santé, incluant la douleur, l'anxiété et les addictions.



Sympaticothérapie, olfactothérapie.

Cette thérapie utilise l'inhalation de substances thérapeutiques, telles que des huiles essentielles ainsi que la stimulation des différentes zones du nez pour traiter des désagréments physiques et émotionnels. L'inhalation par le nez agit directement sur le cerveau et le système nerveux central et peut être utilisée pour traiter des problèmes respiratoires, des migraines, des troubles émotionnels...

Ces thérapies alternatives varient en termes de philosophie et de méthode, mais elles partagent souvent une approche holistique de la santé, visant à traiter le corps et l'esprit dans leur ensemble. Il est important de consulter des praticiens qualifiés et de discuter de toute thérapie alternative avec un professionnel de la santé, surtout si vous avez des antécédents médicaux.

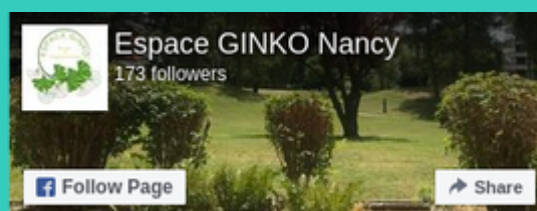
**Fabienne BOTELLA**  
THÉRAPIES TRADITIONNELLES CHINOISES

49 rue de Laxou  
54000 NANCY

9 rue Victor Genoux  
70300 LUXEUIL LES BAINS

Sur rendez-vous  
**03 83 90 38 99**

<https://fabiennebotella.com>



# 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



## L'APÉRITIF DINATOIRE !

La petite horloge murale, dégotée lors des dernières vacances de Pâques chez un antiquaire de Saint Malô, venait de sonner 18H00. Bérénice était en panique. Les invités devaient arriver dans une heure et la table n'était toujours pas dressée ; les gambas, qui seraient servis avec une marinade d'aubergines, décongelaient avec lenteur et Pierre-Yves, qui était parti acheter une bouteille de vin blanc pour donner un peu de rondeur à ce plat qu'il avait toujours trouvé insipide, tardait à regagner la chaleur du foyer conjugal.

Bérénice avait pris beaucoup de retard, ayant passé l'après midi dans les locaux de la pastorale des familles où elle assurait chaque samedi une permanence. Elle était ce que les laïcards appellent goguenardement une catho-tradi !

Elle avait gardé de son enfance passée dans une famille très pratiquante une morale jésuitique et une vision très manichéenne du monde. Pour Bérénice, le Malin était une réalité; il passait d'ailleurs son temps à nous faire des clins d'œil malicieux, incitant les ouailles les plus faibles à succomber à leurs instincts les plus sombres.

Si Bérénice avait un temps flirté avec le milieu sédévacantiste, elle avait depuis repris le droit chemin de Rome. De temps à autre, et en cachette de son mari, qui craignait un peu ses dérives sectaires, elle se faisait tout de même une petite messe dans une paroisse de la fraternité sacerdotale Saint Pie X.

Y avait pas à dire mais depuis que la messe n'était plus célébrée en latin et que le prêtre ne tournait plus le dos à ses ouailles pour s'immerger complètement dans son rituel, tout était allé à vau-l'eau.

Pierre-Yves avait des ambitions politiques locales et n'était pas trop chaud pour laisser sa dulcinée s'adonner à ses penchants extrémistes.

Voter Zemmour dans le secret de l'isoloir pouvait encore passer mais se faire prendre la main dans le sac en compagnie de ces fanatiques de l'auto-flagellation et de la gèneflexion punitive était un peu trop risqué voire subversif.

L'initiative de cette soirée venait de Pierre-Yves qui souhaitait présenter toute sa petite famille à sa nouvelle assistante Christelle.



Bérénice avait déjà fait rapidement connaissance avec elle à l'occasion d'un pot de départ de retraite organisé dans le service que dirigeait Pierre-Yves ; elle en avait gardé un souvenir mitigé. Certes Christelle était joviale, affable mais sa tenue vestimentaire avait un peu terni l'impression d'ensemble. Entre un décolleté qui laissait deviner une poitrine saillante et une jupe dont la courtesse frôlait l'indécence, le vice était latent !

Bérénice lui avait d'ailleurs jeté plusieurs coups d'œil froids et inquisiteurs quand Christelle avait tenté d'accrocher le regard de Pierre-Yves, lui faisant bien comprendre que le produit n'était plus disponible. Ce qui avait le plus contrarié Bérénice quand Pierre-Yves lui avait parlé d'organiser cette soirée, c'était la présence de Luc, le compagnon de Christelle. Cette armoire à glace de 100 kg, au physique de viking était, selon les critères policés de Bérénice, un rustre, un soudard juste bon à venir réparer la tuyauterie de la salle de bains quand le plombier de la famille était en vacances à l'autre bout du monde !

Bérénice avait pendant longtemps mis un veto à cette soirée. Pierre-Yves s'en était offusqué et ne lui avait pas adressé la parole pendant plus de trois jours. Pour renouer le dialogue, Bérénice avait consenti à une petite fellation matinale, le péché mignon de son mari, et avait négocié la présence de Jean-Louis le professeur de piano de Louis-Marie, l'aîné de la fratrie.

Il apporterait une touche de subtilité et de culture à cette soirée qui risquait d'en manquer fortement ! Certes Jean-Louis tapait un peu dans la bouteille mais c'était un homme délicieux et passionnant.

Bérénice ayant finalement réussi à tout préparer à temps, les invités étaient, depuis une bonne heure, installés dans le salon.

Pierre-Yves jouait les chefs d'orchestre comme à son habitude et Bérénice prenait régulièrement le relais avec le ton de suffisance et de légère arrogance propre à ceux qui ont tout reçu en héritage.

Luc, quant à lui, était arrivé à la soirée déjà passablement éméché ; il avait passé son après-midi à regarder l'étape du jour du Tour de France dans le bar PMU situé juste en bas de leur appartement en s'enfilant une ribambelle de Ricards. Le comble de la ringardise populaire pour Bérénice et le profil type de l'idiot qui votait sûrement Marine le Pen.

L'irréparable avait fini par arriver. Luc, en faisant le geste brutal de trop, avait renversé son verre de vin sur sa chemise.

Quand il l'ôta pour mesurer l'étendue des dégâts, la vue de ses pectoraux parfaitement dessinés provoqua un frisson coupable chez Bérénice. Prise dans un tourbillon satanique, Bérénice invita Luc à la suivre dans la salle de bains située à l'étage pour, sans attendre, réparer les dégâts avec tout l'attirail chimique dont elle disposait.

Luc obtempéra, pénétra dans la salle d'eau, regarda Bérénice droit dans les yeux et plongea sa main dans la culotte déjà trempée de désir de la bigote effarouchée qui ne manifesta aucun signe de résistance.

Bérénice regarda le clair de Lune qui brillait à travers le velux, ferma les yeux et pria Dieu de la pardonner !



# *L'invité de la Gazette : Élodie Blanc*

Ces interview sont rédigées sur la base d'un entretien.

Les propos recueillis sont écrits par notre invité et retranscrits par nos soins.

**E&T : Bonjour Élodie,**

**Merci d'avoir accepté de répondre à nos questions.**

**Tu es coiffeuse de formation, un métier que tu exerces toujours aujourd'hui mais tu as choisi une orientation singulière. Peux tu nous expliquer ton parcours professionnel ?**

Élodie Blanc : J'ai commencé mon parcours professionnel par un CAP de coiffure mixte sur deux ans en école privée à Strasbourg. S'ensuivent deux années en alternance, salon de coiffure et école afin d'obtenir un BP.

Diplôme en poche, je décide de m'installer directement, comme je l'avais toujours imaginé dans mes rêves de petite fille. Je dirige donc ce salon avec des salariés pendant 15 ans.

Je décide ensuite de vendre et de partir à Paris, car pour moi, au bout de toutes ses années de coiffure traditionnelle, j'avais le sentiment d'avoir fait le tour, mais surtout qu'il me manquait quelque chose. Mais quoi ??? L'avenir me le dira !

Je deviens responsable d'un institut dans la reconstruction capillaire et mammaire pendant 6 ans. Et, comme la vie est bien faite et qu'il n'y a pas de hasard, je rencontre Monsieur Rémi Portrait, le créateur de la Coupe De Cheveux Énergétique.

Je décide donc de me former en parallèle, pendant 3 ans, à cette technique de coupe. Tout ce que je recherchais se trouve dans cette formation. La coiffure dans sa globalité !

Et, pour compléter mes connaissances, je suis également les cours de Jill Andrieux en tricothérapie.

Et me revoilà en Lorraine depuis 15 ans où j'exerce dans un lieu intimiste ce joli métier de coiffure sans dissocier l'être et le paraître.

**E&T : La coiffure énergétique est encore assez peu connue, quelles sont les particularités de cette méthode dans ses indications et sa technique ?**

É B : La méthode s'appuie sur la Médecine Traditionnelle Chinoise. Nos cheveux sont le reflet de notre histoire. La loi des cinq éléments nous aide à faire des liens sur telle ou telle problématique du cheveu, du cuir chevelu, des différentes chutes de cheveux ou autres et à en déterminer la cause.

L'outil utilisé pour faire la coupe, va émettre des vibrations qui vont passer par les écailles du cheveu pour libérer des tensions et des blocages ; la vibration stimule et harmonise l'énergie dans le corps tout entier. Un mieux être et une meilleure qualité de cheveux vont se ressentir. Cette méthode de coupe, permet de travailler, sur le physique, le psychologique et l'énergétique.

C'est pour cela qu'après une coupe énergétique nos cheveux sont plus facile à coiffer, plus épais, plus brillant, mieux nourris, car tous les petits vaisseaux capillaires sont débouchés, par conséquent le sang va mieux nourrir la cellule.

**E&T : À qui s'adresse la coiffure énergétique ?**

É B : La coiffure énergétique s'adresse à tout le monde ; à toutes les personnes qui souhaitent allier mieux-être et esthétique.

**E&T : Quand faut-il envisager une coupe énergétique ?**

É B : Vous pouvez à tout moment de votre vie et toute votre vie faire une coupe énergétique... Au contraire, vos cheveux seront de plus en plus jolis. Pas besoin d'une problématique particulière pour se faire plaisir avec une coupe énergétique.

Prenez soin de vous à tout moment.

Vos organes et vos viscères seront rechargés en énergie. Vous vous sentirez mieux.

La coupe énergétique va également agir sur les chutes de cheveux tout en favorisant leur repousse, car les cellules souches vont pouvoir être fécondées par le sang et la papille pour créer de nouveaux petits cheveux, grâce à la vibration.

**E&T : On a tendance à dire que la santé d'un animal se voit sur son pelage ! La comparaison est osée...**

**Pourtant le décodage du cheveu est particulièrement révélateur.**

**Quelles sont les principales informations que ce décodage peut donner ?**

É B : Notre chevelure est un livre ouvert à qui sait décoder ce cheveu.

Il n'y a pas plus bavards que nos cheveux. Ils dévoilent notre moi, notre histoire.

Notre texture, notre implantation, notre densité, nos épis, une raie à gauche ou à droite, la façon dont nous nous coiffons, etc. sont autant d'indications sur notre histoire de vie. Notre personnalité, nos peurs, si nous avons du mal à trouver notre place, manque de reconnaissance ...

Le cheveu garde en mémoire des traumatismes.

Ce sont des antennes émettrices et réceptrices qui captent tout ce qui se passe autour de nous. Le cheveu est une matière vivante.


**E&T : Selon toi, cette technique doit-elle être associée à des compléments alimentaires ou d'autres types de thérapies alternatives ?**

É B : On peut, si on le souhaite, également compléter avec des compléments alimentaires pour renforcer le travail de la coupe en cas de carences et également compléter avec des thérapies alternatives si le besoin s'en fait sentir.

**Pour votre bien-être,**

Elodie BLANC

**vous reçoit  
uniquement  
sur rendez-vous**  
du lundi au vendredi



STIMULATION CAPILLAIRE

23 rue de Beauvau  
54000 Nancy

**téléphone**  
03 83 28 64 12

**courriel**  
contact@biloba-capillaire.fr

**www.**  
biloba-capillaire.fr



**E&T : Concrètement, comment se déroule un rendez-vous dans ton institut ?**

É B : Je reçois la personne en aparté. Une seule personne à la fois, pour plus d'intimité. Je commence par lui expliquer la technique de coupe avec des supports. La loi des 5 éléments et les méridiens sur lesquels je vais travailler avec un petit bonhomme d'acupuncture pour plus de compréhension.

Je questionne la personne sur son désir de coupe et je l'oriente au mieux en fonction de ses cheveux, de sa morphologie.

Je regarde son cuir chevelu, ses cheveux pour faire le shampoing aux huiles essentielles le mieux adapté au moment. Ensuite, vient le moment du massage crânien shiatsu.

La coupe va se faire en deux temps.

La coupe tonifiante : l'outil de coupe va agir tel un archet, qui va émettre des vibrations en passant par les écailles des cheveux, elles vont être amplifiées par la boîte crânienne et passer dans tout votre corps et permettre de libérer des tensions et des blocages.

Ensuite, l'étape de la coupe apaisante consiste à travailler le cheveu dans tous les sens afin de le libérer dans sa matrice et lui rendre toute sa liberté. Pendant cette même étape, je crée votre coupe en fonction de vos désirs.

Je termine ensuite par un brushing.

**E&T : Qu'apporte le travail en « tête à tête » ?**

É B : Le travail en tête à tête est plus un travail de révélation de soi à travers vos cheveux. C'est ce que j'appelle, la consultation, une séance de deux heures. À travers un dialogue, en décodant vos cheveux, je vais vous faire prendre conscience de vos blocages, de vos peurs, de votre histoire de vie.

En fonction de votre ressenti pendant la coupe énergétique, de ce qui c'est libéré, le chaud, le froid, les tremblements, les émotions, les sentiments, les images ... , je vous explique le lien entre ce qui a été évoqué au préalable et cette nouvelle dynamique. Le corps va se rééquilibrer tout seul en énergie. Il sait ce qu'il a à faire ...

Nos cheveux entourent notre visage, ils l'habillent, le mettent en valeur. Ils peuvent également servir à le cacher. En tous les cas, ils dévoilent notre personnalité, nos traits de caractère. Ce sont nos racines, nos vieilles mémoires qui sont inscrites dans ce cheveu.

**E&T : À titre personnel, comment vis-tu ce changement de mode de travail ?**

É B : C'est un réel plaisir de travailler sans dissocier le corps et l'esprit. L'être et le paraître. C'est une coupe vivante. Il se passe quelque chose. Et donc, de pouvoir exprimer à travers la coupe esthétique toute la beauté intérieure de la personne.

**E&T : Un mot de la fin ! Des projets ?**

É B : Poème chinois.

*Les oiseaux de malheur rodent au dessus de vos têtes, mais ne les laissez pas faire leur nid dans vos cheveux !*

# L'instant métaphysique chinoise



par Fabienne Botella

## La Calligraphie Traditionnelle et les Sciences Taoïstes : Une Harmonie de l'Écriture et du Cosmos

La calligraphie traditionnelle, en particulier chinoise, est bien plus qu'un simple art de l'écriture. Elle est profondément ancrée dans la culture et la philosophie, notamment dans les sciences taoïstes. Cette relation intime entre l'écriture et le taoïsme offre une perspective unique sur la création artistique et la compréhension du monde.

Il est difficile de dater précisément les "premières calligraphies taoïstes" pour plusieurs raisons. La calligraphie et le taoïsme se sont développés en parallèle pendant des siècles en Chine, s'influçant mutuellement. Il est souvent complexe de distinguer une œuvre strictement "taoïste" d'une œuvre simplement influencée par les principes taoïstes.

Les styles calligraphiques ont évolué au fil des dynasties, tout comme les interprétations du taoïsme. Il n'y a pas eu de rupture nette marquant le début d'une "calligraphie taoïste".

De nombreuses œuvres calligraphiques anciennes ont été perdues au cours de l'histoire. Les plus anciennes que nous ayons aujourd'hui ne sont pas nécessairement représentatives des toutes premières. Cependant les racines de la calligraphie chinoise remontent à plusieurs millénaires avant notre ère, avec l'écriture sur des os d'oracle et sur des carapaces de tortue. Le taoïsme, quant à lui, prend forme en tant que philosophie au VI<sup>e</sup> siècle avant notre ère avec Lao Tseu.

C'est à partir des dynasties Han (II<sup>e</sup> siècle avant. J.-C. - II<sup>e</sup> siècle après. J.-C.) et Jin (III<sup>e</sup> siècle - VI<sup>e</sup> siècle) que l'on voit apparaître une véritable synthèse entre la calligraphie et le taoïsme. Les théories de Laozi et de Zhuangzi influencent alors profondément la conception de l'écriture.

Sous les dynasties Wei, Jin, Sud et Nord (III<sup>e</sup>-VI<sup>e</sup> siècles), la calligraphie était souvent appelée "Tao de l'écriture", soulignant ainsi son lien étroit avec la philosophie taoïste.

Considéré comme l'un des plus grands calligraphes de l'histoire, Wang Xizhi (IV<sup>e</sup> siècle) a profondément marqué la calligraphie chinoise. Son œuvre est imprégnée de la philosophie taoïste.

Le concept taoïste de "wu wei" (non-agir) est central en calligraphie. Le calligraphe cherche à laisser couler son pinceau de manière spontanée, en s'alignant sur le flux naturel de l'énergie.

Le Tao, concept central du taoïsme, représente l'ordre naturel de l'univers, une force créatrice omniprésente et intangible. Pour les calligraphes, maîtriser l'art de l'écriture revient à s'aligner sur ce flux universel. Chaque trait de pinceau est une manifestation du Tao, une expression de l'énergie cosmique qui anime toutes choses.

Le calligraphe cherche à atteindre une harmonie entre le corps, l'esprit et l'univers.

Chaque caractère est un microcosme reflétant le macrocosme, une expression de l'interconnexion de toutes les choses.

Le calligraphe ne cherche pas à imposer sa volonté au pinceau, mais plutôt à se laisser guider par le mouvement naturel de sa main. C'est en s'abandonnant au flux du Tao qu'il peut créer des œuvres authentiques et spontanées.

Les espaces blancs dans une calligraphie sont tout aussi importants que les traits eux-mêmes. Ils symbolisent le vide, le potentiel infini qui sous-tend toute manifestation. Le calligraphe joue avec ces deux aspects pour créer une dynamique équilibrée.

La calligraphie est aussi une pratique méditative qui permet au calligraphe de se connecter à son moi intérieur. La spontanéité du geste, associée à une grande concentration, favorise l'émergence d'une expression authentique.

Les sciences taoïstes ont influencé de nombreux aspects techniques de la calligraphie. Le calligraphe doit développer une grande maîtrise du pinceau pour exprimer les nuances de l'énergie cosmique. Les encres, les papiers et les pinceaux sont choisis avec soin pour leurs qualités énergétiques et symboliques. Quant à la disposition des caractères sur la feuille, elle suit des principes esthétiques et philosophiques liés à l'équilibre, à l'harmonie et au mouvement.

Bien qu'il soit difficile de dater précisément les premières calligraphies taoïstes, il est clair que le taoïsme a eu une influence profonde et durable sur cet art dès les premières périodes de son développement. La calligraphie est devenue bien plus qu'un simple moyen de communication, elle est devenue une expression de l'âme, une quête de l'harmonie et de la beauté. La calligraphie traditionnelle est une expression artistique profondément enracinée dans la philosophie taoïste. Elle offre une voie pour explorer la nature de la réalité, cultiver la paix intérieure et s'unir au flux universel. Pour les calligraphes, chaque œuvre est une méditation, une rencontre avec le Tao.





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...).

## YI JING : TECHNIQUES SANS TIRAGE

Dans la Gazette n°12 un premier atelier de Yi Jing vous a été proposé.

Parmi les multiples méthodes disponibles sans tirage, nous avons retenu celle des images pour travailler sur la problématique exposée. Pour mémoire, celle-ci 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.

Je vous renvoie à cet exercice pour vous remémorer cette technique.

Nous reprendrons toutefois le même cas de figure pour vous montrer comment les différentes techniques du Yi Jing peuvent être juxtaposées pour analyser et comprendre une situation donnée.

Rappel des données contextuelles de l'exercice initié dans la gazette 12 :

Un père ressent un manque de proximité et de communication avec sa fille aînée. 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



L'analyse de la situation a été faite dans la gazette 12 ; nous n'y reviendrons donc pas. En revanche, il est possible, avec le Yi Jing, de continuer à travailler sur cette problématique en proposant au père la meilleure attitude possible pour aborder la relation avec sa fille aînée. L'exercice proposé dans la gazette 12 consistait à décrire la situation, à en identifier la teneur et le contexte. Dans ce nouvel exercice, il s'agira pour le père de mettre en place la meilleure attitude possible pour bonifier cette relation.

La question étant posée par le père, le Sujet demeure ≡ le lac. C'est intangible et figé. L'attitude du père va donc pouvoir s'incarner dans l'ensemble des combinaisons possibles que permet un Sujet Lac. Ce qui donne les possibilités suivantes :

- Hexagramme 19 L'approche.
- Hexagramme 41 La défaite.
- Hexagramme 60 La limite.
- Hexagramme 61 La sincérité.
- Hexagramme 54 Se marier.
- Hexagramme 38 Fixer.
- Hexagramme 58 Le plaisir.
- Hexagramme 10 Marcher.

Optez pour l'hexagramme qui vous « appelle » que ce soit par son appellation ou par sa forme. La réponse est TOUJOURS en vous. Le YI JING est un support, une projection, pas un dictateur ni un gourou ! Les personnes très mentales vont en général retenir l'intitulé de l'hexagramme alors que celles qui sont plus intuitives se focaliseront plus sur la graphisme.

Le père concerné opte pour l'hexagramme 10 dont l'intitulé « Marcher » parle bien à son Être intérieur.



La synthèse proposée dans notre cours de Yi Jing donne les indications suivantes :

- représente le père fort qui marche devant sa fille benjamine douce et inexpérimentée ;
- conseils donnés aux plus jeunes ;
- guidance, transmission d'expériences ;
- suivre en confiance ceux qui ont plus de maturité et de vécu ;

Approfondissons toutefois cette réponse en utilisant les ouvrages de JAVARY et de WILHELM.

Pour mémoire, 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.

C'est le texte de la Grande Image qui sera privilégié dans cet exercice compte tenu du but initial à savoir réfléchir à l'attitude la plus juste face à une situation donnée.

## LE JUGEMENT

### Source JAVARY

La situation dans son ensemble est décrite par une image audacieuse ; la rencontre soudaine avec un tigre assoupi. Cette scène, nécessairement symbolique, évoque les moments où prédomine le risque de réveiller par inadvertance une énergie puissante. La conjoncture peut devenir à tout instant explosive et dangereuse, comme lorsqu'on avance en terrain miné. Mais si le risque inhérent au moment est clairement posé, les conséquences néfastes qu'il peut avoir ne sont pas inéluctables. La seconde phrase du Jugement est optimiste : le rencontre peut ne pas entraîner de dommages. Il ne s'agit donc pas de s'effrayer mais d'être particulièrement attentif. Il est possible, en adoptant une démarche prudente et en respectant les formes requises, d'entrer en contact avec cette force sauvage – qui peut surgir de l'intérieur- et, en se l'appropriant, de la faire se déployer sans dommage.

Emblème de l'hexagramme, le tigre n'est cité dans le texte des traits qu'aux troisième et quatrième lignes, les deux niveaux de l'être humain, où sont détaillées les difficultés de la rencontre. Mais la DEMARCHE est mentionnée à chacun des six traits, avec à chaque niveau des précisions sur le moyen de parvenir à canaliser cette puissance.

### Source WILHELM

La situation est réellement difficile. La plus grande force et la plus grande faiblesse sont immédiatement en contact. Le faible suit le fort de près et lui donne du fil à retordre. Mais le fort prend bien la chose et ne lui fait aucun mal, car le contact est joyeux et non blessant.

La situation humaine ainsi décrite est celle où l'on a affaire à des Êtres farouches et inaccessibles. Dans de tels cas, on parvient à son but si, dans sa démarche, on observe les bons usages. Des formes de conduite bonnes et agréables mènent au succès, même face à des humains prompts à s'irriter.

## LA GRANDE IMAGE

Le ciel et le lac manifestent une différence d'élévation qui provient de leur nature même et qu'aucune envie ne peut par conséquent troubler. Pareillement, il doit y avoir des différences d'élévation dans l'humanité. Une égalité générale est impossible à réaliser, mais il importe que les différences de niveau dans la société humaine ne soient par arbitraires et injustes ; dans un tel cas en effet l'envie et la lutte des classes sont des conséquences inévitables. Par contre, lorsque les différences visibles sont justifiées par des titres intérieurs et que la valeur personnelle est la règle qui détermine le rang extérieur, les hommes trouvent le calme, et l'ordre s'établit dans la société.

Quels conseils donner à ce père qui a interrogé le YI JING dans le cadre de sa relation avec sa fille aînée ?

Comme par hasard... la réponse du YI JING rejoint les conclusions de l'exercice proposé dans la gazette 12.

Conseils et réponse à apporter au consultant, le père, sur la manière de faire évoluer la relation avec sa fille aînée :

La stratégie à développer par le père est celle de la prudence, du tact et de la diplomatie. À défaut la situation peut très rapidement se tendre et devenir délicate à gérer.

L'énergie qui fait face à ce père est puissante, forte bien qu'assez intériorisée. Le rôle assigné au père est celui de la guidance, de la transmission mais le père ne devra pas brusquer les choses et toujours faire preuve de modestie et de mesure. Prudence et respect des formes requises sont conseillées par le Yi Jing dans cette situation.

Dans un prochain atelier, nous continuerons d'explorer les différentes techniques offertes par le Yin Jing classique.



*“Quand il n’y a plus de pensée, il reste  
les slogans”*

*Hans Urs von Balthasar*

