# CETME 74

**C**entre **E**nseignement **T**hérapies **M**anuelles et **E**nergétiques
www.formation-therapies.com

Newsletter N° 7 Septembre - Octobre

**I <u>Etude du passage de l'été à l'automne sur le mois de septembre et octobre</u>** :
- Son déroulement dans le cycle à 4 temps,
- Ses éléments correspondants,
- Les pathologies correspondantes.

**II <u>Relation</u>** :
- Les signes astrologiques et énergétiques correspondants.
- En MTC,
- Les aliments.

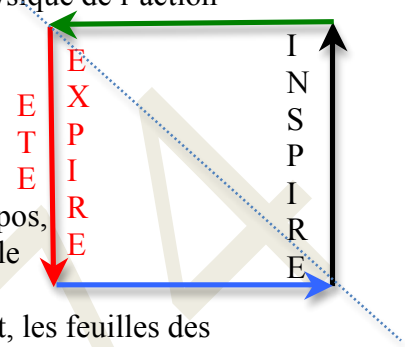
**III <u>Exercice et points à travailler</u>** :

CETME 74

## I Etude du passage de l'été à l'automne sur le mois de septembre et octobre :

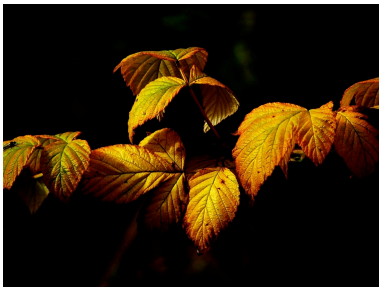
### 11 Déroulement dans le cycle à 4 temps :

Le mois de septembre dans le cycle à quatre temps se situe à la fin de l'été. Nous sommes dans le bas de l'Expire, et donc au plus bas de l'Energie. C'est l'aspect physique de l'action (voir 1ère lettre). C'est la récupération de la récolte.




Paradoxalement, c'est la rentrée des classes et la ruée pour les inscriptions des activités. C'est le démarrage pour plein de choses. Cette effervescence va à l'inverse de l'énergie du moment. La plupart d'entre nous repartons pour une dynamisation quand l'énergie de la saison est au plus bas. Nous relançons un mouvement, quand nous devons nous préparer à rentrer au repos, pour faire le bilan de l'année. La batterie est au plus bas et nous relançons le mouvement.
Ce mois de septembre, par une-non écoute des éléments qui nous entourent, les feuilles des arbres tombent et meurent, les animaux préparent les terriers, font des réserves. La végétation est décroissante. L'énergie nous dit de nous replier, de nous économiser. Nous faisons complétement l'inverse.
Mais ce n'est pas fini, puisque nous allons y remettre une couche et de nouveau dépenser sans compter pour préparer les fêtes de Noël et la Saint-Sylvestre.

Ce sera la sortie des guirlandes des illuminations, des feux d'artifice au lieu de faire silence et de rentrer dans la pénombre, pour s'enfoncer au plus profond, se reposer, se recentrer.
Pendant toute cette période, nous assistons à un gaspillage d'énergie qui se soldera par la suite à un épuisement général sur la fin de l'année. Une grande majorité de personnes abandonnent leurs activités bien avant Noël et on assiste à une désaffection de plus de 50 % des adhérents dans tous les clubs sportifs, musicaux, ou autres pour la nouvelle année.
La grande erreur et de croire que le mois de septembre correspond à un surplus d'énergie, à un démarrage d'énergie. Ce démarrage d'énergie se fera en début d'année, dans le bas de l'Inspire. A partir de septembre, il est normal d'être moins dynamique jusqu'en décembre, d'avoir besoin de plus dormir. C'est un grand moment d'intériorisation qui nous permet de faire le bilan : bilan des idées (corps mental) sur le mois d'octobre, bilan de moyens (corps émotionnel) pour le mois de novembre, le résultat final (corps physique) sur le mois de décembre. Cette grande introspection est nécessaire pour démarrer la nouvelle idée, c'est-à-dire la nouvelle année en début de l'Inspire.
Toute l'énergie gaspillée pendant cette période se ressentira sur le reste de l'année.



L'automne est une grande période de remise en question pour préparer le départ de la nouvelle structuration au printemps. Il va falloir se préparer à mourir de ces anciennes idées, émotions, formes, comme on se prépare à mourir chaque soir avant de dormir.
Les feuilles des arbres tombent pour former un magnifique tapis de recyclage dont la terre se nourrit. Rien n'est perdu. Cette protection permet de conserver l'humidité de la terre qui va s'enfoncer encore plus profondément pendant cette période. Toute cette énergie sera de nouveau disponible pour le printemps, mais aura été modifiée par ce mouvement d'intériorisation à la terre.
Si nous observons la nature, et suivons ces cycles, nous restons dans la bonne énergie.

### 12 Les pathologies correspondantes.

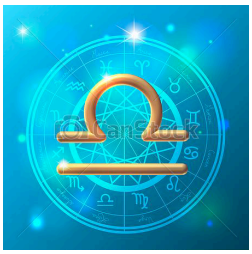
Le mois de septembre est le cycle le plus bas de l'Eté, de l'Expire, pour rester en apnée basse

pendant l'Automne. Nous trouvons des pathologies de fatigue, de dépression qui viennent du déclin énergétique. On aura des symptômes liés au Poumon car le Poumon produit de l'Energie. Si on a un petit souci sur cet organe le passage saisonnier va accentuer sa déficience avec une fatigue générale, des essoufflements, de la toux.
La pathologie assez fréquente est une forme de dépression qu'il faut comprendre. L'Eté est une énergie lumineuse, de dispersion, de mouvement. Pour éviter une dispersion trop importante, l'Automne récupère les déchets, rassemble et demande du repos pour équilibrer et surtout se préparer à la transformation.
Cette intériorisation nécessaire nous met dans un état de renfermement comparable à une petite mort pour commencer la renaissance. Si nous résistons à cette demande, cette diminution énergétique est vécue comme un état maladif et provoque des regrets, une grande mélancolie et une dépression passagère. Il est intéressant de faire une analogie avec la façon dont est appréhendé le changement. Plus cette période est difficile à vivre et plus on a un véritable problème vis à vis du changement. Nous avons horreur du CHANGEMENT, mais sans changement aucune évolution, c'est la mort.
On sent bien cette ambiance mondiale où un énorme changement se profile. Toutes les anciennes idées ne fonctionnent plus, nous devons balayer les vieux schémas pour faire la place à un tout autre état, l'ETAT de l'ENSEMBLE basé sur l'échange, le partage, la fraternité. L'Europe en fait la cruelle expérience. Chaque pays veut adhérer à l'Europe pour ces avantages, mais ne veut pas suivre les règles générales pour ne pas lâcher ces privilèges.

**II <u>Relation</u>** :

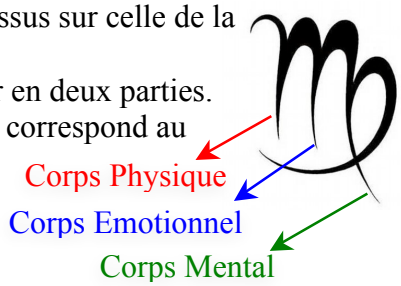
**21 <u>Les signes astrologiques et énergétiques correspondants</u>** :

Septembre, Octobre sont influencés par l'énergie Vierge et Balance.
Ce sont respectivement le sixième et le septième signe de la roue astrologique.
Nous allons détailler plus spécifiquement le signe de la Vierge car cette énergie est très présente dans la période des 30 dernières années.
Le signe de la Vierge est un signe de **Terre**, il est relié à la **Mère**, à la **Sainte Vierge Marie** ou au **Saint Esprit** dans la Trinité Père - Fils - **Saint Esprit** ; Esprit - Ame - **Matière** ; Ciel - Homme - **Terre**. C'est une énergie très duelle car elle introduit la notion d'Ensemble.



Pendant les premiers signes, chaque système va construire ses différents corps tous les 7 ans (chiffre de la structuration) : le corps physique en Bélier, le corps émotionnel en Taureau, le corps mental première partie en Gémeaux, le corps mental deuxième partie en Cancer. Cela donne 28 ans. On peut dire qu'un individu a fini la formation de ces corps à 30 ans. Même Jésus est passé par cette construction puisqu'il se fait baptiser à 30 ans (2ème initiation).

Puis vient la phase de l'autonomie par l'énergie Lion qui nous sort des influences familiales pour s'affirmer auprès de la société. Pendant cette période de 7 ans l'individu démontre ce qu'il est. Jusqu'à 35 - 36 ans, nous montrons à la société ce que nous savons faire. C'est la grande affirmation du MOI JE de l'EGO qui a pris le dessus sur celle de la famille, de la culture, des coutumes, des traditions.
Arrive tout doucement la suite, la période Vierge que l'on peut séparer en deux parties.
La première partie est symbolisée par un grand M à trois piliers. Le M correspond au perfectionnement du MOI JE. Chaque pilier représente l'un des corps.
Cette première partie Vierge demande à perfectionner chacun des 3 corps.




- <u>Premier pilier</u> : perfectionnement du corps physique par changement de

thérapies (ostéopathie, acupuncture, homéopathie ...), d'alimentation (bio, macrobiotique, micro nutrition, végétarien, végan ...), de pratiques corporelles (arrêt de fumer, Tai-Qi, Yoga, Qi Qong, Stretching, géobiologie ...). Une fois ce travail accompli, on s'intéresse au 2ème pilier.

- Deuxième pilier : perfectionnement du corps émotionnel par les règlements de compte avec papa maman et découvrir comment je fonctionne avec la psychothérapie, la kinésiologie, le décodage biologique, l'Etiomédecine, l'Energopathie ... Même chose, le travail terminé, on passe au 3ème pilier.

- Troisième pilier : perfectionnement du corps mental par la compréhension de la vie, quelles sont nos origines ? Où va-t-on ? Et surtout quelle est la raison de tout cela ? On va étudier l'histoire, la philosophie, la compréhension des traditions, la physique quantique, l'astronomie, l'astrologie, la mythologie, tous les sujets qui pourraient nous donner des réponses à « Que faisons-nous sur terre, y a t il un sens à cela ? » et si oui lequel ?
Comme pour les autres corps, une fois ce perfectionnement suffisamment développé, on continue l'évolution pour permettre l'apparition du corps suivant l'AME aux alentours de la quarantaine.

Par cet ordre de développement, on a l'impression que cette demande vient successivement des 3 corps de base mais en réalité c'est l'âme qui est à l'origine de ce perfectionnement. Tant que ce travail n'est pas réalisé, elle ne pourra pas s'exprimer. Cette expression des 3 corps dans le moindre détail, nous conduit à nous recentrer sur nous même, et à devenir très égoïste. On appelle cela la période de la démarche spirituelle matérialiste. Dans le dessin du signe, nous avons les 3 piliers représentants les 3 corps de base. Un 4ème pilier est présent et rentre à l'intérieur. Ce 4ème branchage correspond bien à l'âme qui s'introduit à l'intérieur des 3 autres branchages, montrant que c'est par son initiative que ces transformations s'accomplissent.
On peut faire le parallèle avec la naissance de l'enfant au sein d'un couple. Toutes les intentions sont recentrées sur lui au point qu'il devient la chose la plus importante du moment, la 8ème merveille du monde. Il est le centre du monde, quand il naît un enfant toutes les 3 secondes.

Pour comprendre ce principe de l'impulsion de l'âme qui n'est pas perçue au départ mais participe à la création des autres corps, on peut comparer ce phénomène par la construction de la stalagmite par la stalactite.
La stalagmite (le petit moi) est nourrie goûte par goûte par la stalactite (le soi), en ignorant que son expansion vient du dessus, du stalactite (le soi).
C'est au moment de leur rencontre que le stalagmite (Moi) se rend compte qu'il a été construit selon l'impulsion du stalactite (Soi). Lui qui croyait être totalement indépendant, il va devoir collaborer et se mettre au service du soi pour former qu'une entité. Ce nouvel état se fera avec quelque résistance du Moi. Le Soi est relié au collectif, le Moi à l'individualité bien affirmée appelée la Personnalité. Comment les deux vont s'entendre.
Après certaines frictions, le Moi comprendrai qu'il ne doit pas :

- essayer de prendre le dessus sur le soi.
- de s'effacer face au moi.

Le Moi dois être au service du Soi tout en gardant ses outils. Il devient l'expression du Soi à travers lui (Moi).
On assiste souvent sur cette période à des réactions qui vont dans les 2 extrêmes :
- l'attitude de l'amazone qui ignore complétement l'âme, j'ai un enfant et je ne vais pas me laisser embêter par cet enfant, l'enfant symbolisant l'âme. Je continue à faire mon jogging en poussant mon gamin dans la poussette.

- l'attitude de la maman qui est complétement dévouée à l'enfant (âme) en s'oubliant et reniant le Moi.
Suite au prochain numéro.

**22 <u>En MTC</u>** :

En MTC, nous rentrons dans la saison de l'Automne qui est en analogie avec le Poumon, l'élément Métal, sa saveur est le piquant, la couleur Blanche et le sentiment de tristesse et mélancolie. Comme nous l'avons cité plus haut, si nous entrons dans cette période avec une faiblesse au niveau du Poumon, nous risquons de développer des pathologies liées à cet organe qui sont :

- de la fatigue,
- de la toux
- des problèmes respiratoires
- de la mélancolie prolongée
- des problèmes de peau

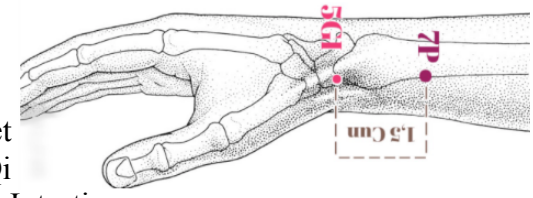
Relié à l'air, le Poumon nous met en relation avec l'extérieur. Il sert d'intermédiaire entre l'externe et l'interne par l'intermédiaire de la peau, (protection ou contact) L'inspire correspond au Rein (enracinement, origine, la source), l'expire au Poumon (relation aux autres, au groupe, au monde).

**23 <u>Les aliments</u>** :

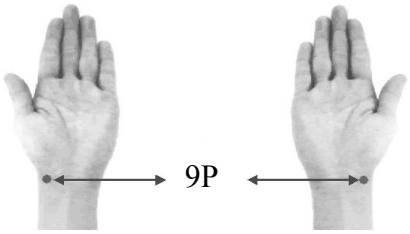
L'Energie de l'Automne est au plus bas. Pour équilibrer, la nature nous propose des aliments avec des saveurs piquantes pour stimuler l'Energie. Nous avons en exemple les poireaux, le radis noir, le céleri, le fenouil. Pour préparer le froid qui revient, il faut diminuer les aliments frais ou froid comme les crudités.

**III <u>Exercice et points à travailler</u>** :

Les points à travailler sont les points pour stimuler le Poumon. Nous avons 2 points qui sont facilement accessibles : le 7P et 9P.




- Le 7P est un point d'ouverture du merveilleux vaisseau Ren Mai (conception) qui se situe sur la ligne centrale antérieure. Ce méridien correspond au Yin et Sang.
- Le 7P diffuse le Qi du Poumon et favorise sa descente et a une influence sur l'asthme chronique. Il développe le Qi Protecteur. C'est le point de communication avec le Gros Intestin.




Le 9P est le point Yuan (source) et point mère, terre qui tonifie le Qi du Poumon. Il diffuse et fait descendre le Qi du Poumon, dissout les glaires dans les Poumons et agit sur les pathologies pulmonaires.

L'exercice qui permet de stimuler les 2 points en même temps, est le massage de l'intérieur du poignet interne 100 fois, dirigé vers les doigts dans le sens du méridien Poumon.

Suite au prochain bi mensuel