RELAXOLOGIE

NEWSLETTER

F.I.R.

Année 2016 N°02 Février

Prévenir et guérir : L'hypnose au cœur du corps en DVD

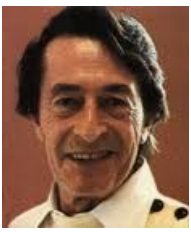
Le film documentaire "L"hypnose au cœur du corps" proposé par Anne Sarkissian et Steves Doupeux sera bientôt disponible à la vente. Vous pouvez le précommander sur le site ci-dessous :

http://www.prevenir-et-guerir.eu

En avant première et sur invitation, vous avez la possibilité d'assister à la projection privée qui aura lieu à Angers (après Brest et Quimper) le 19 mars à 11 heures au cinéma "Les 400 coups".

L'inscription est obligatoire sur le site pour pouvoir participer.

"La seule raison d'être d'un être est d'être"



Henri Laborit
(1914 - 1995)

Nous retrouvons cette phrase d'Henri Laborit dans le film "Mon oncle d'Amérique". Il l'a reprend dans le livre "La colombe assassinée" avec le texte suivant : "… toutes les actions d'un organisme par l'intermédiaire de son système nerveux n'ont qu'un but, celui de maintenir la structure de cet organisme, son équilibre biologique, c'est-à-dire de réaliser son plaisir. La seule raison d'être d'un être est d'être. Ce qu'il est convenu d'appeler la pensée chez l'homme ne sert qu'à rendre plus efficace l'action."

Henri Laborit - La colombe assassinée - Editions Grasset

Si Spinoza m'était conté…

Spinoza avait des réflexions très en avance sur son temps. Par exemple, il relativisait l'interprétation de la Torah (Bible des Juifs) en expliquant qu'elle contenait surtout des métaphores. Très utiles si on souhaite faire avaler des couleuvres ou faire passer un message thérapeutique pour nous...

Il nous dit aussi : *"Plus grande est l'ignorance, et plus l'on attribue de choses à Dieu."* C'est d'actualité...

Pour Spinoza, Dieu c'était la Nature ; il fut excommunié pour ses idées non conformes aux rabbins de l'époque.

Appliquons cette pensée de Spinoza à notre métier : plus grande est l'ignorance du thérapeute plus il attribue ses résultats en fonction de sa croyance en l'universalité de ses outils.

Enfin, pour Spinoza, tout, jusqu'aux pensées et émotions, a une cause identifiable si l'on sait la chercher…

Baruch Spinoza
(1632 - 1677)
Philosophe
(d'origine portugaise, il vécut aux Pays Bas.)

"Noël est le seul jour de l'année où les hommes se conduisent comme les oies du Périgord, mais sans se forcer." Pierre Desproges

La psychologie individuelle d'Adler

"Selon Adler, l'important est bien moins ce que quelqu'un a réellement vécu dans son enfance, que la façon dont il a saisi et interprété ce vécu, ainsi que la manière dont il l'a comparé à d'autres expériences, les siennes et celles de ses frères et sœurs, et enfin les conclusions qu'il en a tirées".
Extrait du livre de Manès Spencer *"Alfred Adler et la psychologie individuelle."*

Alfred Adler (1870 - 1937)

▶ plus d'info...

Sexe au logis...

Des cabines publiques de masturbation à New York…
Dans de nombreux pays où le portable est roi, les cabines téléphoniques n'ont plus guère d'utilité. A New York, elles seront réhabilitées en bornes wi-fi.
La société Hot Octopuss, spécialisée en sextoys, a récupéré l'une d'elles pour la transformer en cabine de masturbation (gratuite et connectée…). Des films pornographiques sont proposés ainsi qu'une chaise pliante.
Cette borne nommée "Guy-Fi" ne fait évidemment pas l'unanimité des New Yorkais et je les comprends. J'ai beau être très ouvert, il y a des limites. Pensez aux enfants, à la prostitution, les bornes deviendront le nez rouge du clown pédophile ou le phare des pervers...

Ataraxie... Qu'est-ce que c'est ?

a : privatif et taraxis : émotion, trouble.
"Epicure pense qu'il n'est de meilleure vie que celle qui nous permet d'atteindre l'ataraxie en se libérant de toute anxiété." (texte de Yalom Irvin)
Pour Epicure, l'ataraxie (tranquillité d'esprit) nous permet d'accéder à euthymie (littéralement : harmonie de l'humeur).
La relaxation ne serait-elle pas un excellent outil pour tendre vers cette ataraxie ? Je crois que vous connaissez la réponse…