

Tableau des correspondances YIN - YANG

YIN	YANG
Principe féminin	Principe masculin
Repos	Activité
Nuit	Jour
Immobilité, le temps présent	Mouvement
Bas intérieur (sous le toit)	Haut extérieur (au dessus)
La terre	Le ciel couvre
Matière	Energie
Le nord, l'ouest	Le sud, l'est
Le froid, l'eau	Le chaud, le feu
La face ventrale (opposée au sud)	Le dos (opposé au nord)
La passivité	L'activité, ce qui agit
Ce qui circule	Ce qui fait circuler
Nutrition, trophicité, énergie Rong	Protection, défense, énergie Wei

YIN – YANG

- Rien n'est complètement Yin ou complètement Yang :
il s'agit d'évaluer la prédominance de l'un ou de l'autre

- Tout être vivant est un ensemble formé d'énergie Yin et d'énergie Yang

- Un bon équilibre entre le Yin et le Yang signe une bonne santé .
on parle d'**harmonie**

Une maladie survient lorsqu'il y a déséquilibre entre un Yin et un Yang

L'acupuncture intervient essentiellement dans la **régulation** du Yin et du Yang

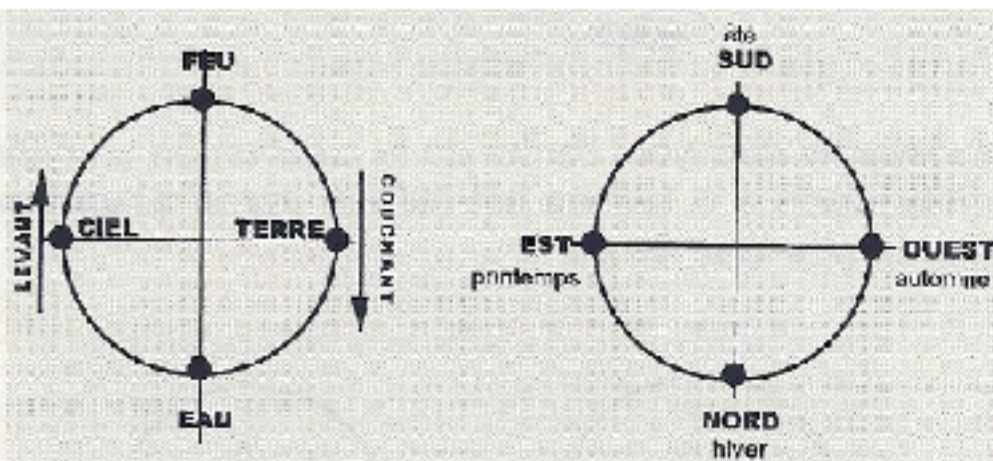
- L'Homme doit s'adapter en permanence aux fluctuations et aux modifications du milieu dans lequel il vit :
l'environnement retentit directement sur le Yin et le Yang de l'Homme

YIN – YANG : exercice

Classer en Yin et Yang les termes suivants

Repos	Lent
Activité	Rapide
Corps	Superficiel
Esprit	Profond
Clair	Petit
Foncé	Grand

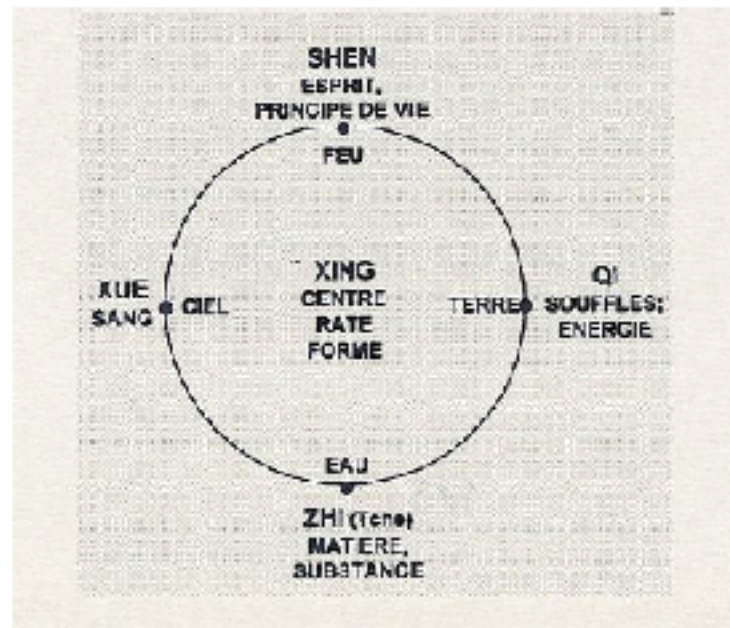
CONSTITUTION DE BASE



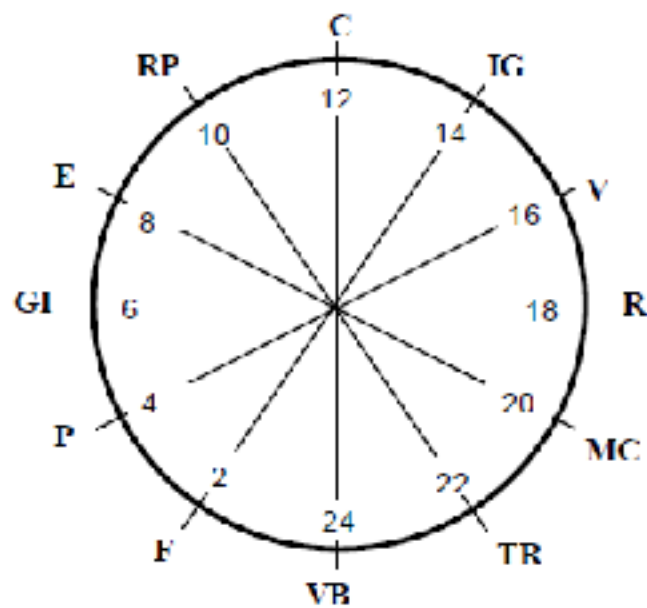
L'Homme créé à l'image du Monde

Organisation rythmique interne de l'Homme

4 + 1



Ordre de succession des méridiens



Le cycle des 5 Mouvements

Les 5 Mouvements symbolisent les 5 caractéristiques,
les 5 états inhérents aux phénomènes naturels

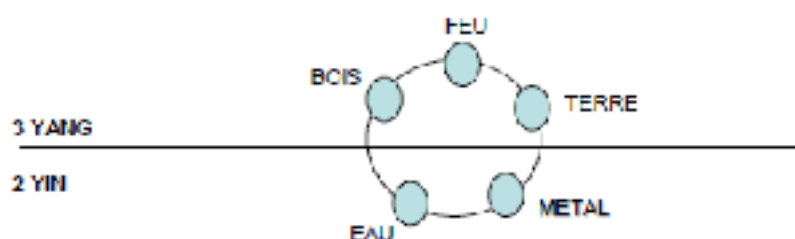
Théorie qui rend compte de l'unité entre le milieu intérieur et extérieur : étudie les interactions et le perpétuel mouvement existant entre les différents éléments de la Vie (à l'intérieur de l'Homme et entre l'Homme et le monde)

Caractère des choses et des phénomènes classés selon 5 mouvements
(EAU BOIS FEU TERRE METAL)

Cette théorie propose une explication des fonctions physiologiques des organes et des entrailles qui sont liées et interdépendantes

(Rien n'existe de façon isolée, il y a relations permanentes entre les organes internes et l'Univers d'une part, entre les organes internes entre eux d'autre part)

Le cycle des 5 Mouvements



Les 5 mouvements permettent au Ciel de rythmer, d'influencer ses microcosmes

3 (Ciel-Yang) + 2 (Terre-Yin) représentent les influences du macrocosme

Il y a 3 mouvements Yang et 2 mouvements Yin
d'intensité croissante
placé dans le sens horaire, sens de la manifestation de la vie
ou sens de la course solaire apparente

RAPPORT ENTRE MACROCOSME ET MICROCOSME, ENTRE L'HOMME ET L'UNIVERS

L'Univers et les vivants sont composés des mêmes éléments rangés en 5 catégories, chacune englobant une multitude de notions

reliées par un mouvement énergétique semblable (= correspondances)
(tableau des correspondances p.325)

Les 5 Mouvements se répercutent sur toutes les fonctions du corps, mais ils ont une action privilégiée sur la structure qui a le même mouvement

Organes et entrailles sont couplés et reliés à chaque mouvement

L'étude des 5 mouvements permet de comprendre le fonctionnement de l'organisme, l'évolution des maladies et le choix du traitement adéquat
(en fonction d'une observation globale de l'Homme dans son environnement)

MECANISMES D'HARMONISATION

Les 5 mouvements sont contrôlés, modérés, coordonnés par 2 cycles :

Fonction Yang qui active
Cycle Sheng (Tcheng)



Fonction Yin qui inhibe, modère
Cycle Ke (Ko)



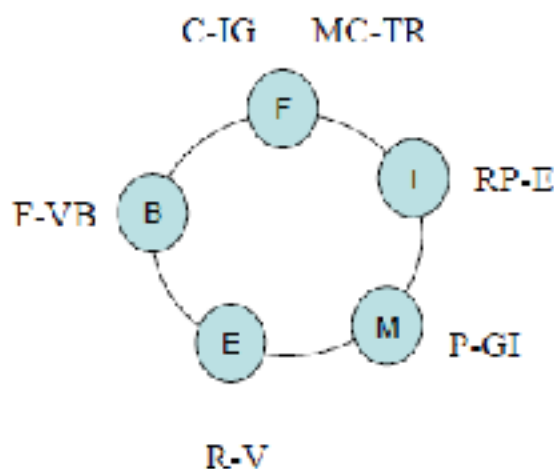
Il faut que ces deux fonctions (engendrement et soumission) coexistent en permanence pour qu'il y ait **HARMONIE**.

5 = le plus petit ensemble qui par feed-back assure un fonctionnement harmonieux de l'ensemble
(= autorégulation)

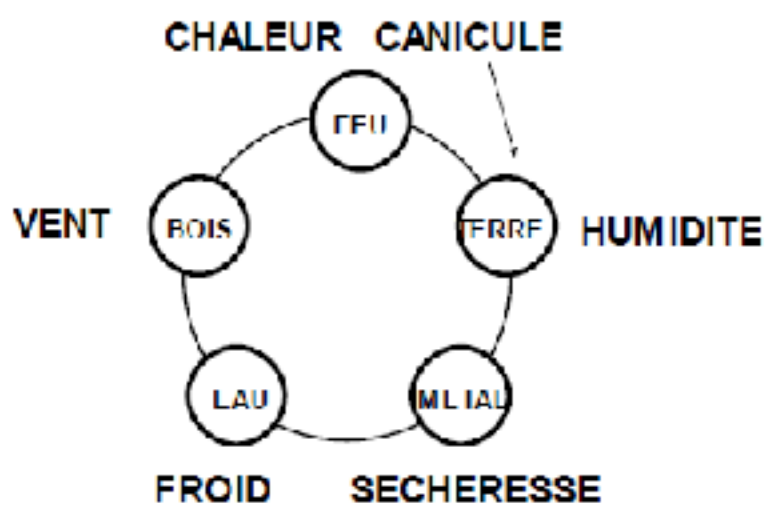
CYCLE SHENG ET CYCLE KO

CYCLE SHENG	CYCLE KO
Le BOIS engendre le FEU	Le BOIS soumet la TERRE
Le FEU engendre la TERRE	La TERRE soumet l' EAU
La TERRE engendre le MÉTAL	L' EAU soumet le FEU
Le MÉTAL engendre l' EAU	Le FEU soumet le MÉTAL
L' EAU engendre le BOIS	Le MÉTAL soumet le BOIS

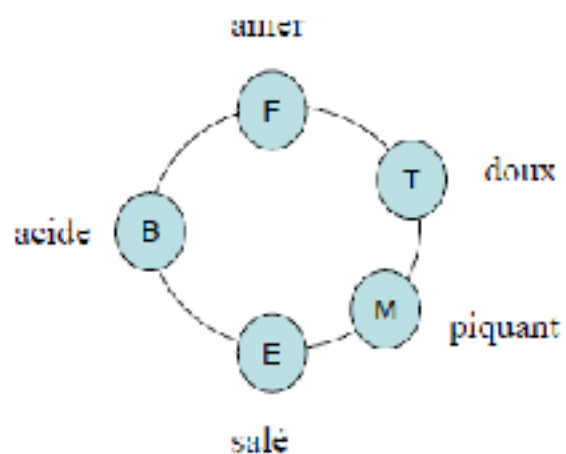
Les relations entre les 5 mouvements forment une sorte de **modèle relationnel** qui peut s'appliquer aux organes de même qu'aux relations qu'entretiennent les organes avec les différents tissus, les organes sensoriels, les saveurs, les couleurs, etc.



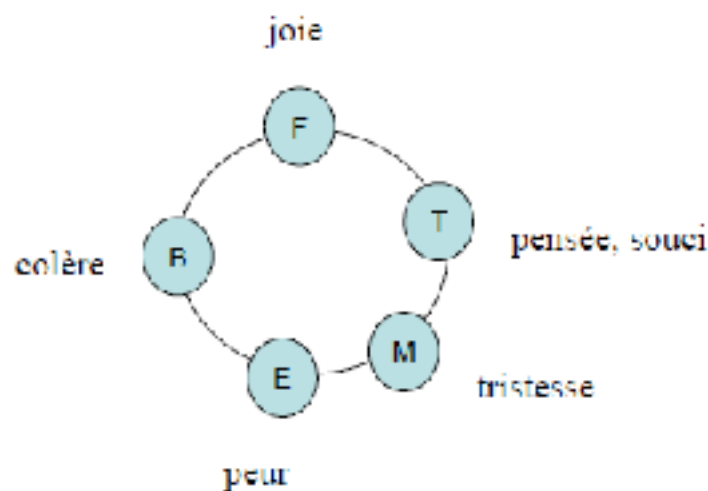
5 mouvements et facteurs climatiques



5 mouvements et saveurs



5 mouvements et émotions



BOIS

- Mouvement d'instabilité, de changement, de croissance; « pousser » (croissance des végétaux) : le Bois rythme toutes les mises en mouvement du Monde et de l'Homme
- Notion de pulsion (psychologie : mouvements les plus secrets de l'être désirant)
- Montée du Yin vers le Yang (montée expansive de la vie, ascension enroulée (cf végétaux ou DNA) vers le haut – extériorisation.
- Couleur = bleu-vert : nature contemplée loin à l'horizon (forêt, océan, ...).
- Vent – associé à tous les mouvements du Qi à la surface de la terre.
- Le Bois rythme les muscles et les tendons, fléchit dans les ongles (attaque !), rythme les mises en mouvements rapides (–Vent !): colère, haine, amour, coït, gripes, attaques cérébrales.
- Le Bois rythme le Foie, organe du projet et du devenir, général des armées qui élabore les plans et la Vésicule Biliaire, ministre de la décision, ce qui en nous juge et condamne.
- Le Foie fabrique et emmagasine le glycogène, combustible essentiel des muscles.
- Le Bois rythme les yeux (la vision) : stocke la vitamine A (précurseur du pourpre rétinien)
- Il est le logis du HUIJN (imagination, rêve, les arts), *l'âme éthérée*

FEU

Expression totale, **culmination du Yang, de la lumière, de la chaleur, du mouvement**

- Le mouvement du Feu monte du sol, se nourrit du Bois, rythme tous les mouvements d'expansion et resplendit dans toutes les directions (*éclaire, révèle, réchauffe et active l'espace, les objets et leurs relations mutuelles*).
 - Mise en lumière (*conception, conscience, esprit des choses*), rayonnement (*sensorialité, lien intérieur extérieur, cohésion générale*), souplesse (*chaleur, mouvement, production intense d'énergie, pouvoir transformateur, amour, don du verbe et de la parole*)
 - Esprit du Mouvement Feu = *conception, expression d'ensemble, conscience de la globalité, pouvoir de mutation.*
 - Saison de la maturité, mouvement de diffusion, d'extériorisation, régit le Sang et les circulations et répartit l'énergie vers les régions superficielles (*le Feu rythme les vaisseaux qui permettent l'expansion de l'Énergie et du Sang : le teint en est la manifestation extérieure*).
- Le Feu rythme le tact et le parler (moyens de communication les plus étendus).
- Le Feu rythme le Cœur (ministre de la communication et de l'expansion) et l'Intestin Grêle (expansion dans l'organisme des produits de la digestion) ; il rythme MC et TR dans le système d'entretien.
- Le Feu se dédouble en Feu impérial et Feu ministre.

TERRE

- Substance nutritive par excellence qui va former le terrain des êtres ou la matière des objets
 - Assure le remplissage des formes et les liaisons, comble les intervalles entre les différentes structures, assure l'occupation des volumes et le modelé des formes.
 - Bonne odeur équilibrée de céréales émanant d'une personne en bonne santé ou d'une fleur.
 - Saveur douce – saveur par excellence des céréales qui nourrissent le Yang.
- Vertu première – nuages et pluies, intempéries, inondations : Humidité essentielle à une équilibrage des influences énergétiques : transformation et maturation, recevoir les semences et donner les récoltes.
- 5^e saison – canicule; également liée aux intersaisons (9 jours avant et 9 jours après le début de chaque saison)
 - La Terre rythme la Rate qui entretient l'Humidité dans le corps (ministre des transports et de la distribution du ravitaillement) et l'Estomac (ministre des greniers).

MÉTAL

- C'est le mouvement de la concentration, d'intériorisation, de condensation : la nature du métal, c'est d'être malléable et de se laisser modifier par la main de l'homme.
 - Notion de rigueur (*crainte respectueuse d'un fonctionnaire*) : rôle de gestion, d'administration, de règlement des comptes et d'établissement des rapports : capacité à discriminer, à juger, à effectuer un tri, incarne la loi, la frustration, la dépression.
 - Automne, moment d'enranger les récoltes, de faire les comptes, de faire loi de l'expérience.
 - Le Métal, symbolisé par l'or et le fer, incarne la loi, la force dure, la rigueur, la justice rendue sans pitié : c'est la saison de la justice et de la répression (le métal sert à fabriquer les armes).
- Le Métal rythme tous les mouvements de prise de forme ainsi que les poils et la peau, frontière à partir de laquelle l'homme prend forme.
- Le Métal rythme le Poumon, ministre de l'ordre et Maître du Qi ainsi que le Gros Intestin, ministre des transmissions permettant l'intégration et la prise de forme des mutations.
 - Le Poumon est le logis du Po, de l'inné, instinct cellulaire, mémoire du futur, instinct de conservation, *l'âme maternelle*.
- Le Poumon incarne la sollicitude, la dépression, la mélancolie.

EAU

- Phénomènes de cohérence, de concentration, de coagulation, de solidification par le froid (l'eau relie les choses, les rend cohérentes, les cimente comme le froid solidifie l'eau)
- Retrait et recueil de l'eau des pluies dans les océans, mers, rivières, sources profondes, etc.
- L'Eau joue un rôle fondamental dans l'organisation générale et concrète de toutes les formes de la nature : jeu du Plein-Vide, dur-mou, solide-liquide.
 - L'Eau rythme l'os et les dents, structures les plus cohérentes, les plus durcies :
psychiquement, c'est la volonté, le désir de vivre (ou la peur s'il y a incohérence face à une situation)
 - L'Eau rythme le Rein qui répond à la force créatrice, à la puissance, à l'essence de l'être et à la Vessie, ministre assurant la cohésion du territoire comme les eaux délimitent les terres.
- Dans l'Eau réside le Zhi, le vouloir, l'exécution des intentions, la puissance énergétique, la mise en œuvre pour la réalisation d'un désir : c'est le talent, l'ingéniosité, l'habileté

LE GOUVERNEMENT DU CORPS

CŒUR	Empereur, commande l'ensemble des activités des autres organes, logis du Shen
POUMON	Premier ministre, Maître du Qi, gouverne la peau
RATE	Ministre des greniers, gouverne la digestion, transforme et transporte le Qi, régit le Jing acquis
FOIE	Ministre de la planification et du devenir, général des armées (rôle de défense et de stratège), conserve et régule le sang
REIN	Ministre de la création et de la recréation permanente, logis du Jing inné