

LE YIN - LE YANG - LES CINQ ELEMENTS

YIN et YANG, tout existe avec son contraire

Sont associés au Yin :

Lune, nuit, obscurité, froid, passif, féminin, nord, hiver, droite, terre, pair...

Sont associés au Yang :

Soleil, jour, lumière, chaud, actif, masculin, sud, été, gauche, ciel, impair...

« Pendant la vie l'homme dépense plus d'énergie et la femme plus de sang. On renforce l'énergie de l'homme en mettant la main gauche -Yang- sur la zone du Dantian et on tonifie le sang de la femme en mettant la main droite-Yin- sur la zone du Dantian » Pr Zhang Guangde - Dao yin yang sheng gong -

LES CINQ ELEMENTS

L'exagération ou l'inhibition des émotions est nuisible aux cinq organes et engendrent des maladies.

Éléments - Sentiments - Organes - Méridiens Yin - Yang - Cibles

Bois	-	la colère	-	foie	-	foie - vésicule biliaire	-	tendons
Feu	-	la joie	-	cœur	-	cœur - intestin grêle	-	vaisseaux
Terre	-	l'obsession	-	rate	-	rate-pancréas - estomac	-	chairs
Métal	-	la tristesse	-	poumons	-	poumon - gros intestin	-	peau
Eau	-	la peur	-	reins	-	rein - vessie	-	os

