

**LES BIORYTHMES**

**EPURATION DU CORPS PAR  
LES MASSAGES (II)**

**LA CIGOGNE DÉPLOIE SES  
AILES**

La Philosophie Taoïste énonce que l'Homme est soumis aux lois de l'Univers et qu'il doit s'y conformer.

L'Humanité, observant le Ciel et la succession des modifications apparaissant sur Terre, a vite compris qu'il s'agissait de cycles et de rythmes à base 6.

- L'origine du cycle duodénaire provient vraisemblablement de l'observation des planètes, en particulier de celle de la planète Jupiter. Jupiter a une durée de révolution de 11 ans et 314 jours, soit près de 12 ans. Même chose pour le cycle sexagésimal (Saturne effectue sa révolution complète en 29 ans et 167 jours, soit près de 30 ans), les conjonctions Saturne Jupiter ont lieu tous les 59,6 ans. Bref, à rapprocher du cycle de 60 ans du calendrier chinois.
- (Un siècle chinois = 60ans). 2006 est l'année 4706 du calendrier luni-solaire, décompté depuis l'année 2700 avant J.C.(selon RICCI).

Le Vivant est animé par une succession de biorhythmes que la Biomédecine actuelle a mis en évidence :

#### Cardiologie:

*L'hypertension artérielle* : L'acrophase des pressions systolique et diastolique se situe respectivement à 18 et 22 heures.

La mortalité par infarctus du myocarde ou par accident vasculaire cérébral, en rapport avec une thrombose ou une embolie, suit un rythme circannuel avec une acrophase en hiver (janvier, février).

#### Neurologie:

*Accidents vasculaires cérébraux* : un pic de fréquence maximale est observé entre 6 heures et midi.

*Hémorragies intracérébrales* : Le pic du plus grand nombre de cas a été retrouvé chaque année en janvier et février. L'acrophase se situe le 24 janvier.( début de l'année énergétique)

#### Obstétrique :

la répartition des naissances représente une courbe sinusoïde, avec une acrophase au printemps (en mai), et une bathyphase en automne (début novembre).

#### Psychiatrie:

*L'insomnie* : Ainsi, les horaires les plus propices à l'endormissement correspondent à la 3<sup>ème</sup> ou 8<sup>ème</sup> heure avant le minimum thermique. En règle générale, le minimum thermique, étant entre 5 et 8 heures du matin, entraîne donc un endormissement physiologique vers 23 heures ou 3 heures du matin.

*Dépressions endogènes* : les études épidémiologiques portant sur les variations saisonnières des suicides montrent que les taux sont plus élevés au printemps et en automne, avec une bathyphase hivernale. Ces périodes, printemps et automne, coïncident avec les équinoxes.

#### L'allergie:

*Asthme* : La majorité des crises d'asthme se produit habituellement pendant la nuit ou le matin. Elles sont observées à 75 % entre 2 heures et 7 heures du matin, avec une acrophase des dyspnées vers 4 heures. Les décès par crise asthmatique sont plus fréquents de mai à octobre, avec une acrophase en été.

*Rhinites allergiques* : Une acrophase à 6 heures du matin a été retrouvée dans les rhinites allergiques concernant les symptômes suivants: éternuements, obstruction nasale. Une étude épidémiologique concernant 765 patients a montré une acrophase au début du printemps (mars et avril), en ce qui concerne les éternuements et en janvier et février pour les rhinorrhées et les obstructions nasales, bref un pic annuel de janvier à avril.

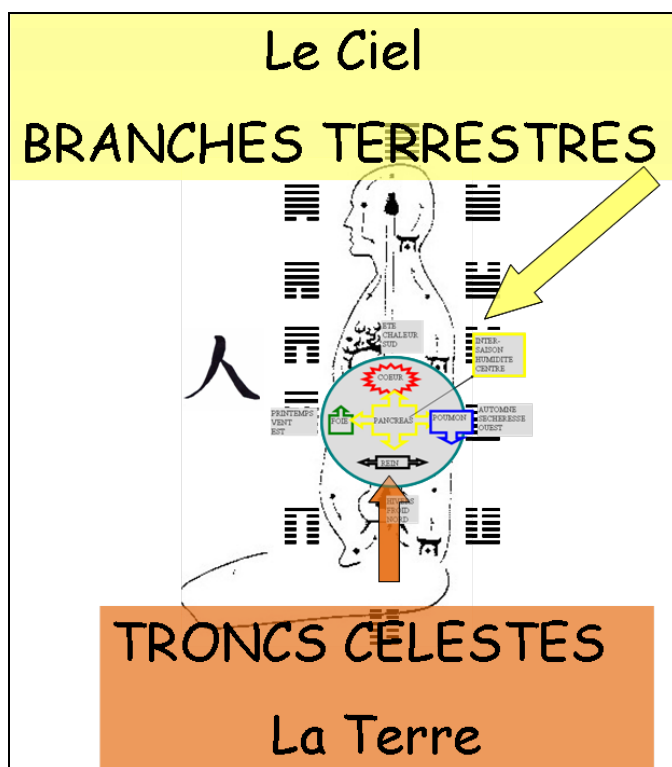
Le Diabète: Les nouveaux cas de diabète insulino-dépendant ont un pic d'incidence accrue en automne et en hiver, et la bathyphase est toujours retrouvée en été.

Voici quelques exemples de rythmes biologiques au travers de certaines pathologies. Ces rythmes sont soumis aux cycles circadiens, circannuels, solaire, lunaire, planétaires....

**Selon la Pensée Chinoise, tous les phénomènes de la Nature ne sont que le produit des oscillations cycliques de deux énergies contradictoires mais aussi complémentaires: le Yin et le Yang.**

Les chinois ont élaboré une explication énergétique de ces phénomènes: un double courant énergétique : celui des **Branches Terrestres** et des **Troncs Célestes**.

**Les Branches Terrestres** sont 12 particules Yin et Yang, avec un nom spécifique et une numérotation en chiffre romain (n° impair= Yang ; n° pair = Yin). Ces Branches Terrestres viennent de l'Univers à la rencontre des énergies de la Terre au travers de zones représentées par les hexagrammes géodésiques des êtres vivants. Chaque année l'apparition d'une particule Yin ou Yang, induit une énergie particulière qui agit avec un maximum d'activité (Yin ou Yang), en influençant les structures énergétiques des êtres vivants. La 1<sup>o</sup> année débute avec la Branche Terrestre Zi (I) et ensuite l'apparition des Branches Terrestres se succède pendant les 11 années suivantes, comme le montre le tableau ci-dessous.



Branches Terrestres	Année	Energie	Climats
Zi I	1(1996)	Shao Yin	Feu Maître (Yang)
Chou II	2	Tai Yin	Humidité (Yin)
Yin III	3	Shao Yang	Feu Ministre(Yang)
Mao IV	4	Yang Ming	Sécheresse(Yin)
Chen V	5	Tai Yang	Froid(Yang)
Si VI	6	Jue yin	Vent(Yin)
Wu VII	7	Shao Yin	Feu Maître(Yang)
Wei VIII	8	Tai Yin	Humidité(Yin)
Shen IX	9	Shao Yang	Feu Ministre(Yang)
You X	10	Yang Ming	Sécheresse(Yin)
Xu XI	11	Tai Yang	Froid(Yang)
Hai XII	12(2007)	Jue yin	Vent(Yin)

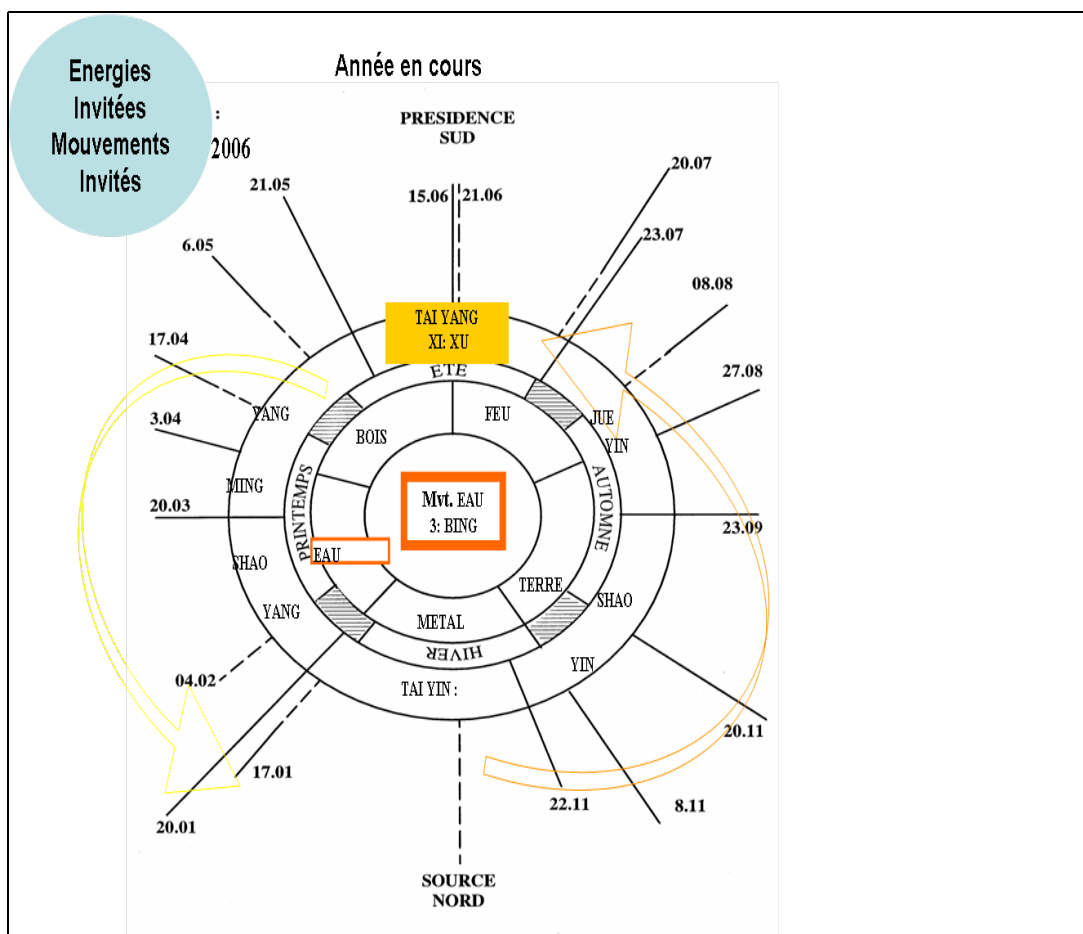
Lorsqu'un sujet présente une énergie endogène défaillante, elle se trouvera aggravée, soit directement soit indirectement, par la pénétration d'une énergie externe déterminée par la Branche Terrestre en pleine activité à certaine période. Connaissant ces différents cycles énergétiques, nous pouvons avoir une action préventive soit par une hygiène de vie adaptée, soit par le recours à une action médicale.

**Les Troncs Célestes** sont 10 particules Yin et Yang, avec un nom spécifique et une numérotation en chiffre arabe (impair = Yang, pair = Yin). Ces Troncs Célestes viennent de la Terre à la rencontre des Branches Terrestres et en passant par les êtres vivants. L'apparition d'une particule Yin ou Yang induit un mouvement énergétique (qui sera Yin ou Yang selon la polarité de la particule) au sein de la nature et au sein des êtres vivants. Chacun de ces 5 mouvements se produit selon un cycle d'apparition annuel, et journalier. Chacun de ces 5 mouvements est spécifique de l'élément ou de l'organe correspondant.

On obtient donc une relation entre un tronc céleste et une année. Et chaque année sera sous le contrôle d'un mouvement énergétique selon un cycle de 10 ans. C'est le Grand Mouvement Annuel ou Grand Gouvernement Annuel. Ce cycle débute par le Tronc Céleste n° 1 (Jia) qui correspond au mouvement énergétique Terre, les autres se classent dans l'ordre de production des 5 mouvements (Terre; Métal; Eau; Bois et Feu).

Si le Mouvement Maître est très puissant il peut engendrer des perturbations sur l'élément ou l'organe directement ou qu'il domine. (Loi de domination des 5 éléments) (cf. page 25).

Par exemple, un mouvement Eau (Rein) excédentaire va trop dominer le mouvement Feu qui ne pourra pas s'exprimer facilement.



Mouvement	Saison (72 jours)	Organe	Mouvement	Troncs Célestes
Terre	5è saison / intersaison	Estomac Rate	Harmonisation	Jia 1(2004) Ji 6(2009)
Métal	Automne	G. Intestin Poumon	Ramassage de L'énergie vers l'intérieur	Yi 2 (2005) Geng 7(2010)
Eau	Hiver	Vessie Reins	Concentration de L'énergie en profondeur	Bing3 (2006) Xin 8(2011)
Bois	Printemps	V. Biliaire Foie	Mise en mouvement de L'énergie vers le haut	Ding 4(2007) Ren 9(2012)
Feu	Eté	Int. Grêle Cœur	Superficialisation de l'énergie	Wu 5(2008) Gui 10(2013)

En 2006 il existe un mouvement maître qui est l'Eau (Rein), qui induit un excès puissant (chiffre impair = yang) de concentration des énergies au sein de la nature et de l'Homme. L'énergie en présidence, en cette année 2006 est l'énergie Tai Yang (XI) (chiffre impair yang), en relation avec le Froid. Cette énergie sera dominante pendant l'année et surtout pendant les 6 premiers mois. Puis l'énergie à la source qui est Tai Yin en relation avec l'Humidité sera dominante pendant les 6 derniers mois. En 2006 nous serons sous l'influence du Froid et de l'Humidité.

# EPURATION PAR LES MASSAGES (II)

## Epuration des organes et Entrailles

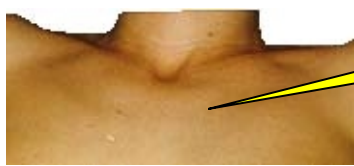
**27 Rein : Shu des Entrailles** ; situé à l'angle formé par le bord externe du Sternum et la Clavicule.

Le 27 Rn est le point d'action sur tous les viscères Yang: vésicule, vessie, estomac, intestin grêle, gros intestin, triple réchauffeur (l'usine chimique)

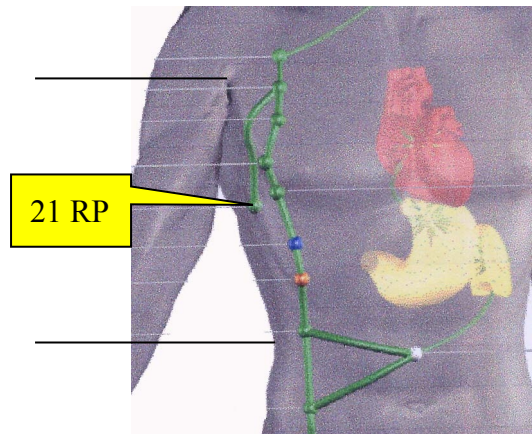
**21 rate-pancréas: Grande enveloppe**; situé dans le 6° espace intercostal, sur la ligne axillaire médiane. A mi chemin entre l'aisselle et la crête iliaque.

Le 21 RP distribue l'essence des aliments et les liquides organiques à tous les organes et leurs tissus respectifs.

Ces deux points permettent que l'énergie Zong Qi (cf. page 18) propulse le sang et les liquides organiques dans les vaisseaux sanguins et les méridiens.



27 Rn



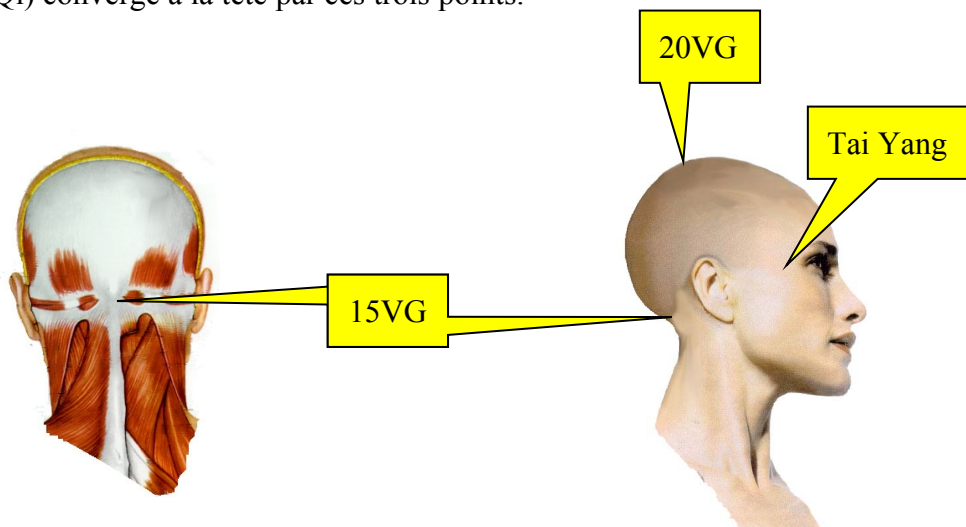
21 RP

## La Tête

**20 Vaisseaux Gouverneur ; Cent réunions** ; situé au sommet du crâne, à la verticale du sommet de la pointe des oreilles.

**15 Vaisseaux Gouverneur ; porte du mutisme** ; situé dans le creux sous le bord de l'occiput, au centre.

**Tai Yang (Grand Yang)**: situé sur la tempe, entre l'angle externe du sourcil et la commissure externe de la paupière, dans la dépression qui se forme à un travers de doigt en arrière d'eux. L'énergie (Qi) converge à la tête par ces trois points.



20VG

Tai Yang

15VG

# LA CIGOGNE DÉPLOIE SES AILES



*Ce mouvement est ainsi intitulé, car sa forme extérieure évoque un oiseau déployant ses ailes. De plus. La cigogne est un animal qui se replie et reste immobile pour cultiver son énergie. De même, dans ce mouvement, l'exécutant recueille et **entretient son énergie originelle (Jing)**.*

*Le mouvement est répété 3 fois. **Lors de son exécution, la force intérieure tourbillonne dans la poitrine, ce mouvement cessant avec l'immobilisation des pieds et des mains.***

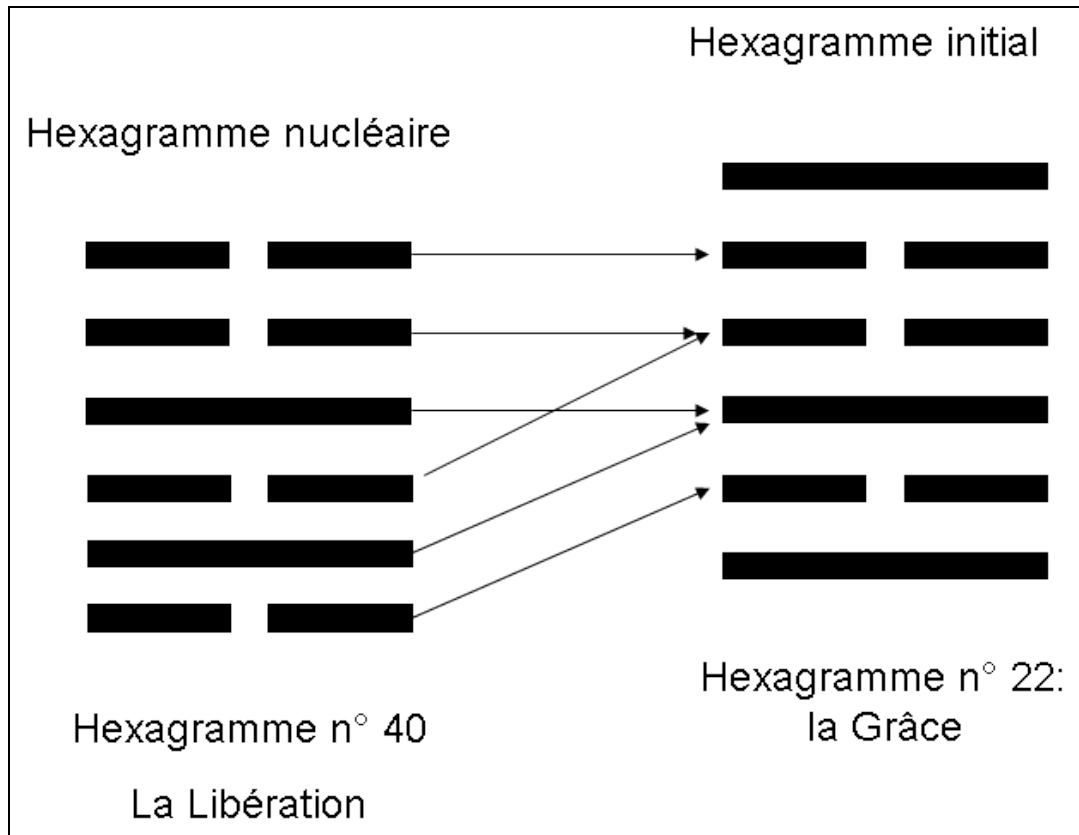
*Pivotez sur le talon droit pour tourner la pointe de ce pied et la poitrine vers l'ouest. En même temps, amenez la main droite au niveau du coude gauche et la main gauche au-dessus du coude droit. Le poids du corps étant sur la jambe droite, avancez d'un demi- pas le pied gauche, la pointe seule touchant le sol tournée vers le nord-ouest. Simultanément, séparez les mains, **la main droite venant se placer près de la tempe droite paume vers l'extérieur**, la main gauche étant baissée près de la hanche gauche, paume vers le bas.*



L'adversaire s'apprête à vous frapper la tempe droite de sa main gauche. Écartez sa main en levant votre main droite. S'il attaque à nouveau, visant votre ventre avec son poing droit, attrapez son poing, tirez-le de votre main gauche vers le bas et la gauche, tout en lui donnant un coup de pied gauche dans le bas ventre.

Après le Pipa, il y a un déploiement des membres supérieurs comme un oiseau déplie ses ailes, mouvement gracieux, rotation à 90°, puis arrêt fugace, mais arrêt. La main droite se place au-dessus des yeux. **Les pieds sont solidement ancrés au sol.**

Deux trigrammes peuvent symboliser ceci: Le Trigramme Feu et le Trigramme Montagne.



*La force intérieure tourbillonne dans la poitrine.*



*Ce mouvement cessant avec l'immobilisation des pieds et des mains.*



*Le mouvement s'écarte vivement du danger (Eau) ; le bas du corps est souple.*  
Le trigramme Eau est le plus Yin en rapport avec l'énergie originelle, Jing.



La main au-dessus de l'œil.  
Rotation du corps à 90°





## Que disent les textes:

Hexagramme n° 22 : la Grâce.

Le Feu illumine la Montagne et la rend belle.

La grâce se compose d'un arrêt et d'un mouvement sur place, celui du Feu.

Hexagramme n° 40, la Libération :

La situation possède une issue.

Les 4 trigrammes mettent en évidence une rencontre intérieure :

La Montagne s'ajoute à l'Eau pour aller vers le bas.

Le Feu est entraîné vers le haut par le Tonnerre.

Les 2 trigrammes ont des ambiances opposées dans la mesure où la Montagne est intériorisation et le Feu conscience du Monde, mais cela est compensé par le fait que la Montagne est en dehors et le feu en dedans.

« **Interprétation** (Schlumberger): la structure de cet hexagramme contient une signification essentiellement mystérieuse, celle du rapport entre la forme et le contenu, entre la conscience du monde et l'appréhension directe, non intellectuelle, des fondements métaphysiques. A la limite, la question qui se pose est celle du sujet, de ce qui perçoit. Ce n'est pas sans raison que le texte nous parle du domaine de l'art et de la beauté, car pour les hommes c'est un des « lieux » où cette étrange rencontre est sensible (William Blake a parfaitement résumé cela par son « proverbe » : « L'éternité est amoureuse des productions du temps. »). Cette sorte d'intuition à la fois heureuse et nostalgique nous vient par le sentiment de la beauté, mais aussi à d'autres niveaux, lorsque nous tentons de saisir ce qui peut seulement être vécu. En fait, la Grâce est, au sens le plus profond, la situation d'un effort voué à l'échec parce qu'il tente de réunir deux points de vue inconciliables (1). C'est en cela que la « libération » de l'artiste et le refuge que l'on peut rechercher dans ce qui est beau sont illusoire. Mais la Grâce n'en est pas moins un lieu de contact ; elle peut être un point de départ et le texte nous le suggère en opposant la « simplicité » à « l'ornement ». Le dépouillement (la « pièce de bois non travaillée » des taoïstes) nous rapproche de cette unité que notre appréciation recherchait tout en y faisant obstacle. Lorsque l'hexagramme vient en réponse à une situation psychologique, il suggère cette position d'empêchement intérieur qui ne permet que de réaliser « de petites choses », malgré son attrait. Dans des circonstances plus extérieures, il signifie que l'on ne va pas à l'essentiel, que l'on s'arrête à des formes secondaires au détriment d'une réalité plus substantielle. »

« C. Javary : Dans le cadre de l'hexagramme n° 22, la beauté n'est pas posée comme gracieuse en elle-même ou comme une grâce venue du Ciel, mais comme l'émanation de l'authenticité intérieure de chacun. »