

LES CORPS ENERGETIQUES

Tous comme notre corps a une peau, des organes et des veines, le corps énergétique de l'homme est composé de différentes couches. La plus extérieure est l'aura. Elle est notre peau énergétique. Ensuite, il y a les chakras, ils sont nos poumons énergétiques. En fin, il y a les méridiens. Ils remplissent le même rôle que les veines et les artères de notre corps physique : ils acheminent l'énergie dans toute notre enveloppe corporelle.

Les méridiens

Les méridiens sont des canaux énergétiques par lesquelles l'énergie circule dans le corps humain. Ils sont un peu les veines et les artères du corps subtil. Les méridiens principaux parcourent le corps de haut en bas. Ils passent de la surface de la peau vers l'intérieur du corps pour rejoindre un organe.



Les méridiens principaux gouvernent une fonction spécifique du métabolisme. Lorsqu'ils fonctionnent bien, la partie du corps qu'ils parcourent ainsi que l'organe et la fonction associée sont en bonne santé. Si l'énergie circule mal dans un de ces canaux énergétiques, l'organe peut être perturbé et, très souvent, des douleurs apparaissent sur le trajet du méridien.



Il existe 12 méridiens principaux liés aux organes. Il y a celui du cœur, des poumons, de la rate, du foie, des reins, de l'intestin grêle, du gros intestin, de l'estomac, de la vésicule biliaire, et de la vessie. Il y a huit méridiens extraordinaires, deux d'entre eux sont considérés comme principaux ce sont les méridiens appelés vaisseau gouverneur et vaisseau conception. Il existe aussi des méridiens LUO qui sont de fins canaux et qui parcourent l'ensemble du corps.



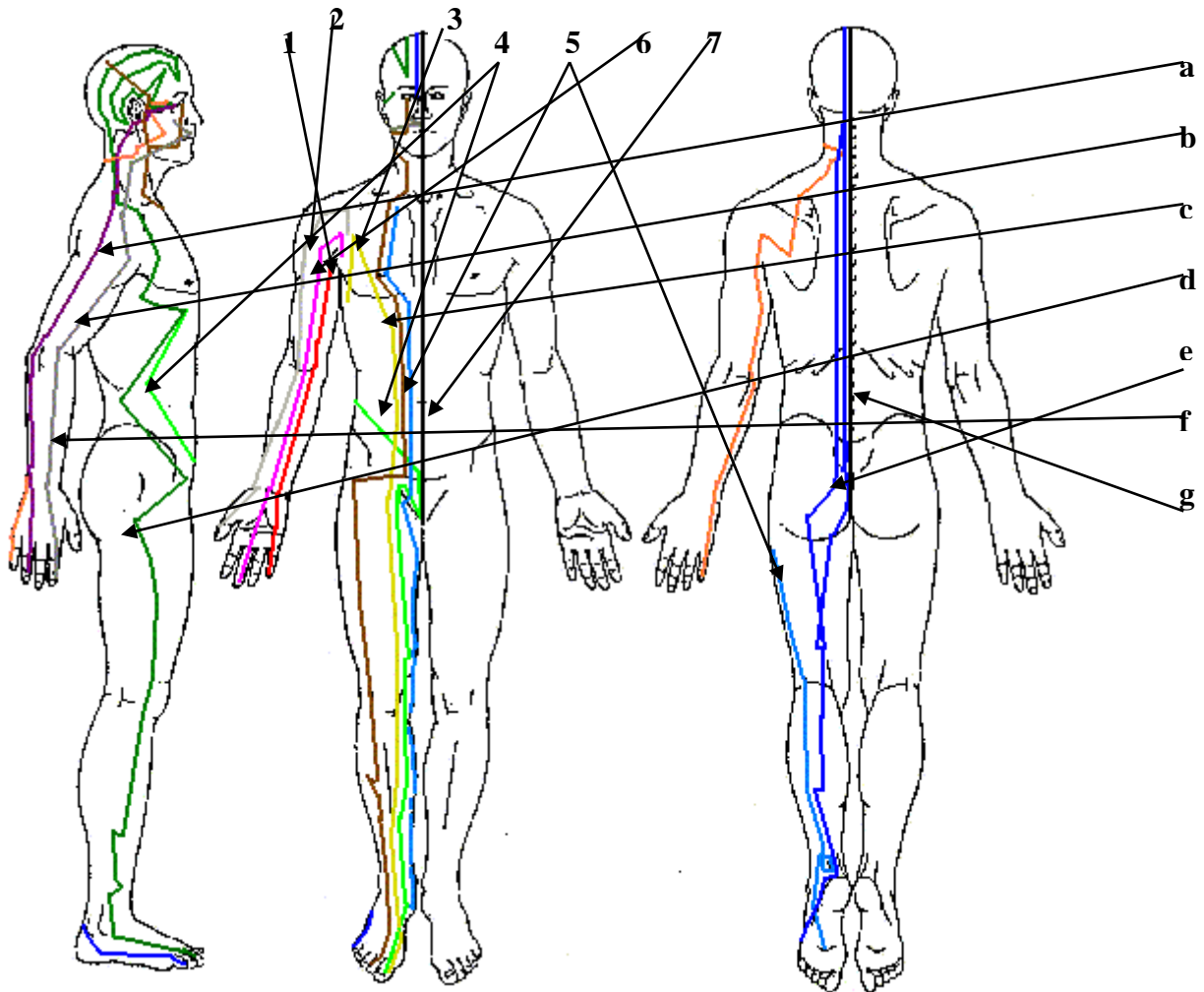
En tous il y a 14 méridiens principaux. Ils sont couplés deux par deux. Dans une paire, il y a un de qualité Yang et un de qualité Yin. Si le méridien Yang est surchargé, son complémentaire Yin est en manque. L'action thérapeutique consiste principalement à débloquer l'énergie et à équilibrer le couple Yin Yang.



Tableau des médians couplés

Yin	Yang
(1) Cœur (rouge vif ○)	(a) Intestin grêle (rouge pal ○)
(2) Poumon (gris claire ○)	(b) Gros intestin (gris foncé ○)
(3) Rate (jaune claire ○)	(c) Estomac (jaune foncé ○)
(4) Foie (vert claire ○)	(d) Vésicule biliaire (vert foncé ○)
(5) Reins (bleu claire ○)	(e) Vessie (bleu foncé ○)
(6) Péricarde (gris claire ○)	(f) Triple réchauffeur (gris foncé ○)
(7) Vaisseau conception (noir face du corps)	(g) Vaisseau gouverneur (noir dos du corps)

Les couleurs entre parenthèse indique la couleur dans la quelle ils ont été tracés sur le schéma ci-dessous.



Sur chaque méridien, il y a des points de contrôle de son fonctionnement. Ils peuvent stimuler, modérer ou équilibrer l'écoulement de l'énergie vitale. La médecine chinoise classique a répertorié 365 points environs. Chacun d'eux ayant une indication particulière. Sur chaque canal énergétique principal on retrouve des points particulièrement importants.



Le point source permet de tonifier ou de disperser l'énergie.

Le point de dispersion permet de diminuer la quantité d'énergie de type Yang.

Le point d'équilibre - LO - permet d'équilibrer l'énergie Yin et Yang le méridien sur lequel il se trouve et le complémentaire.

Le point - TSRI - permet de débloquer l'énergie stagnant.

Le point MO agit directement sur l'organe associé au méridien.



Il existe plusieurs grands moyens pour agir sur les méridiens. Il y a d'abord la stimulation directe des points par des aiguilles ou par un massage très localisé. Il y a l'étirement des muscles situés sur le parcours. Il existe aussi des moyens plus indirects, comme l'utilisation de saveurs, d'odeurs ou de couleur spécifique.



L'acupuncture consiste à stimuler les points des méridiens par des aiguilles.

La digitopuncture permet de stimuler les points mais à l'aide des doigts.

La diététhérapie et la phytothérapie chinoise agissent sur les méridiens en utilisant les saveurs Ces disciplines sont peu connues en Europe.



La Shiatsu travaille sur les méridiens et l'ensemble du corps par des massages et des étirements.

Le Do-In est une auto thérapie par le massage des points d'acupuncture et par l'étirement des méridiens.

Le chi gong est une stimulation des méridiens par le positionnement du corps et par stimulation mentale.

Le tai chi est une forme de chi gong en mouvement. Il permet de faire circuler l'énergie dans les méridiens.



Les descriptions que je donne de chacune des disciplines ci-dessus sont forcément réductive, mais cela les situe bien les une par rapport aux autres.