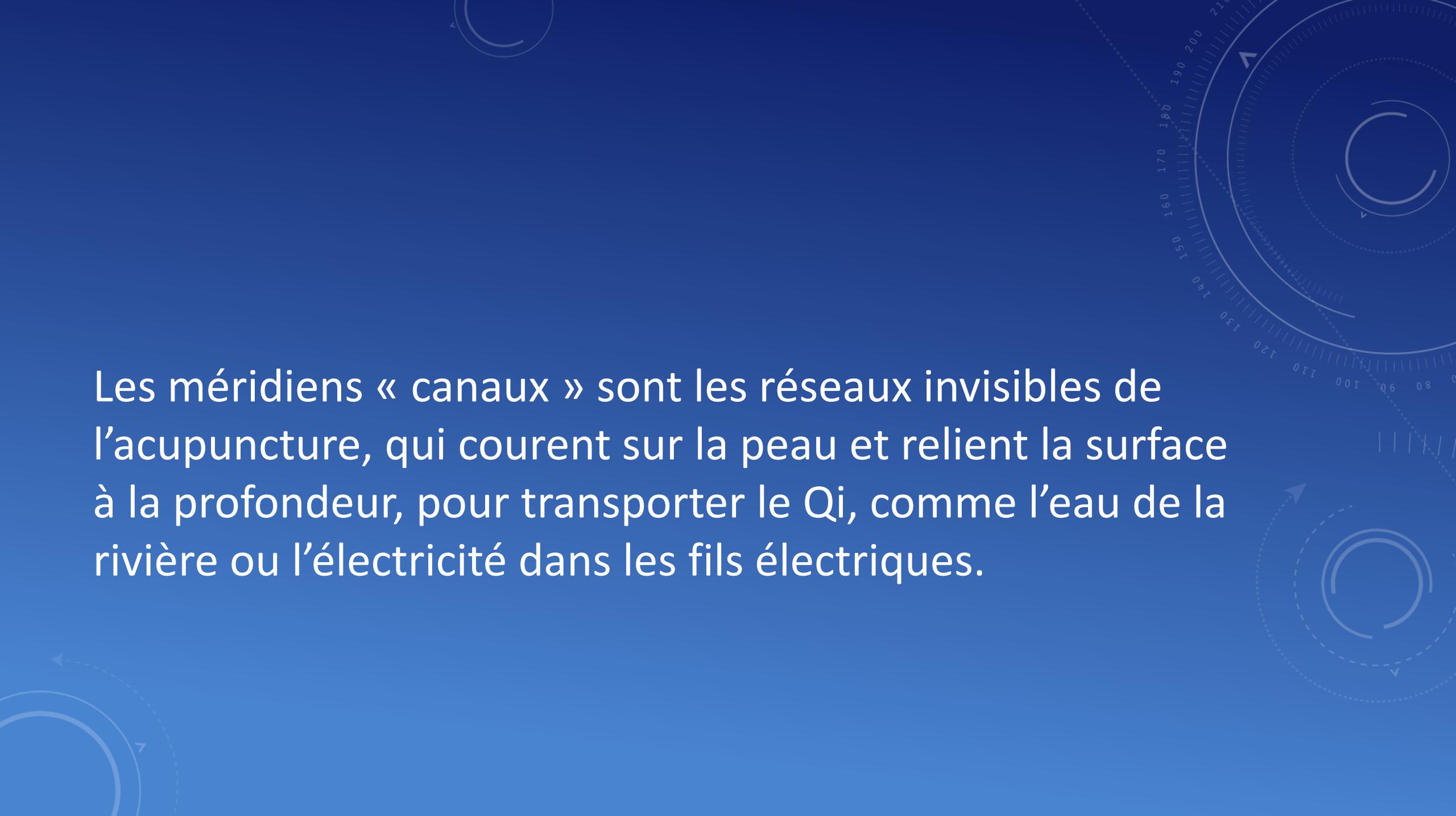


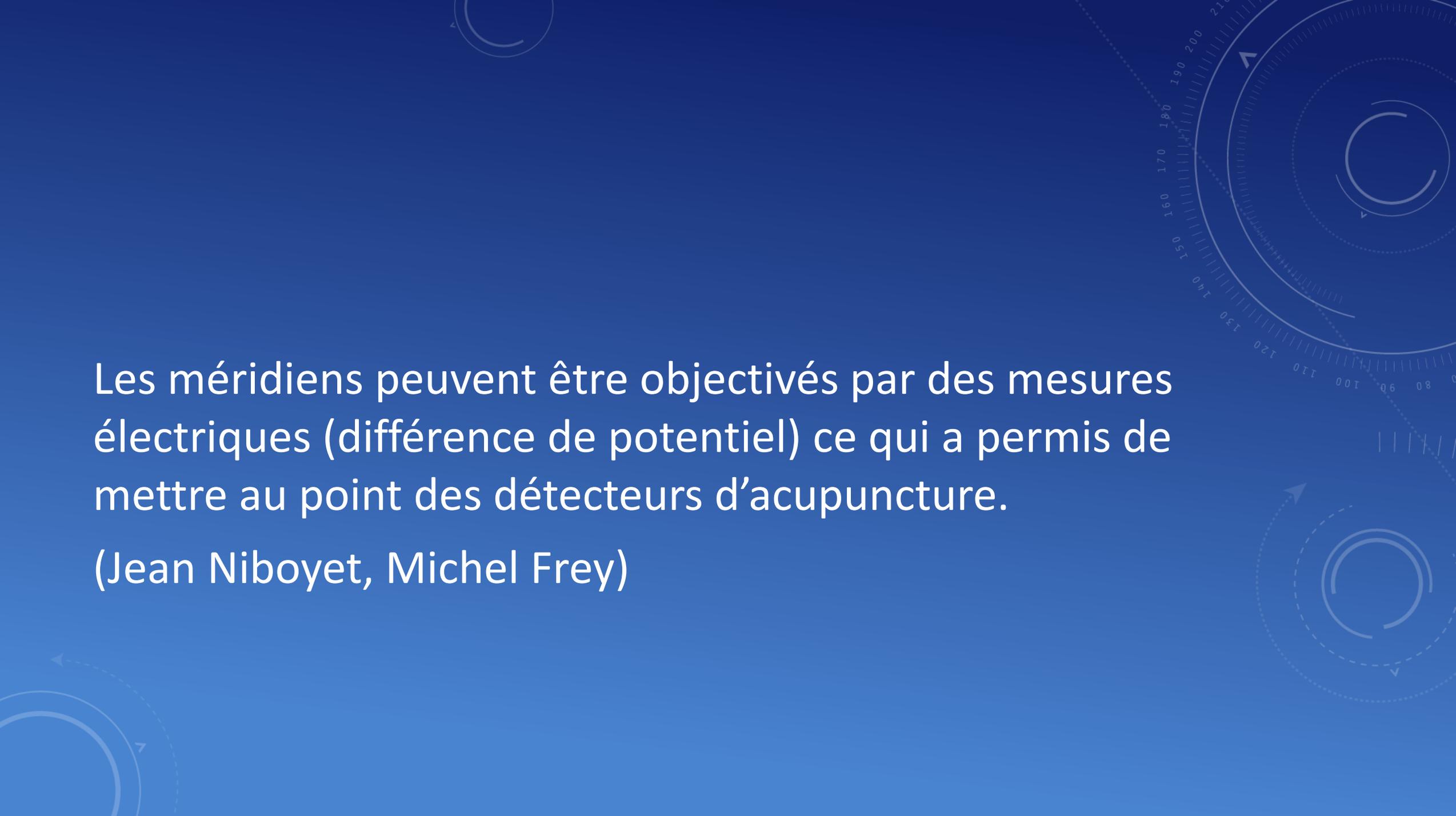
The background features a dark blue gradient with several light blue circular and semi-circular patterns. A prominent scale on the left side ranges from 140 to 260 in increments of 10, with tick marks and labels. Other elements include concentric circles, dashed lines, and arrows, suggesting a technical or scientific theme.

LES MÉRIDIDIENS

YVES RÉQUÉNA

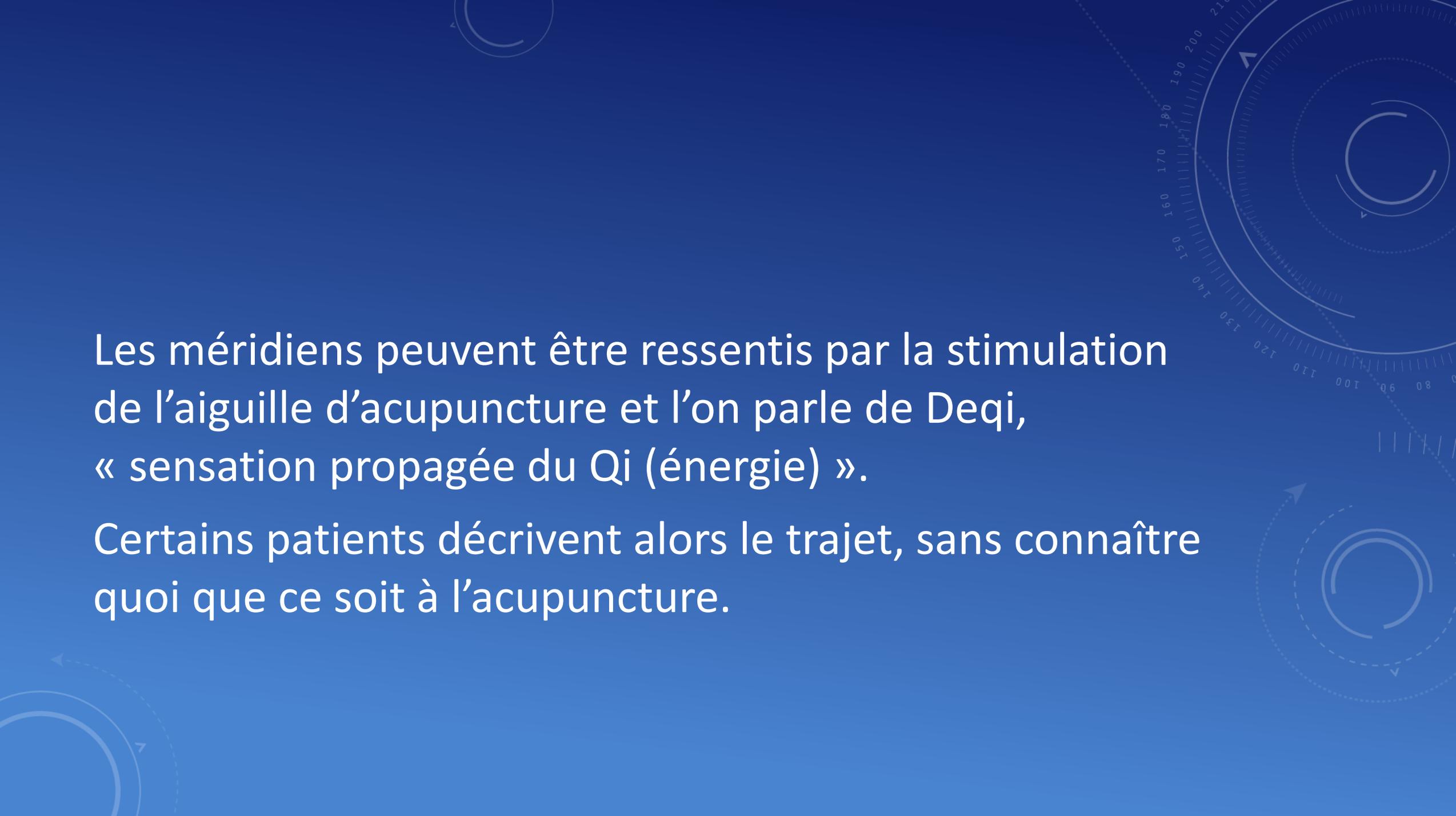
The background is a solid blue color with several faint, light blue circular diagrams. One large diagram on the right side features concentric circles and radial lines, resembling a circular scale or a complex diagram. Other smaller diagrams are scattered in the corners, some showing partial circles or dashed lines with arrows.

Les méridiens « canaux » sont les réseaux invisibles de l'acupuncture, qui courent sur la peau et relient la surface à la profondeur, pour transporter le Qi, comme l'eau de la rivière ou l'électricité dans les fils électriques.

The background is a solid blue color with several faint, light blue circular patterns. These patterns include concentric circles, dashed lines, and arrows, suggesting a technical or scientific theme. One prominent pattern on the right side features a circular scale with numerical markings from 80 to 210 and an arrow pointing counter-clockwise.

Les méridiens peuvent être objectivés par des mesures électriques (différence de potentiel) ce qui a permis de mettre au point des détecteurs d'acupuncture.

(Jean Niboyet, Michel Frey)

The background is a solid blue color with several faint, light blue circular patterns. These patterns include concentric circles, dashed lines, and arrows, some of which are arranged in a circular scale with numerical markings (e.g., 100, 110, 120, 130, 140, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210).

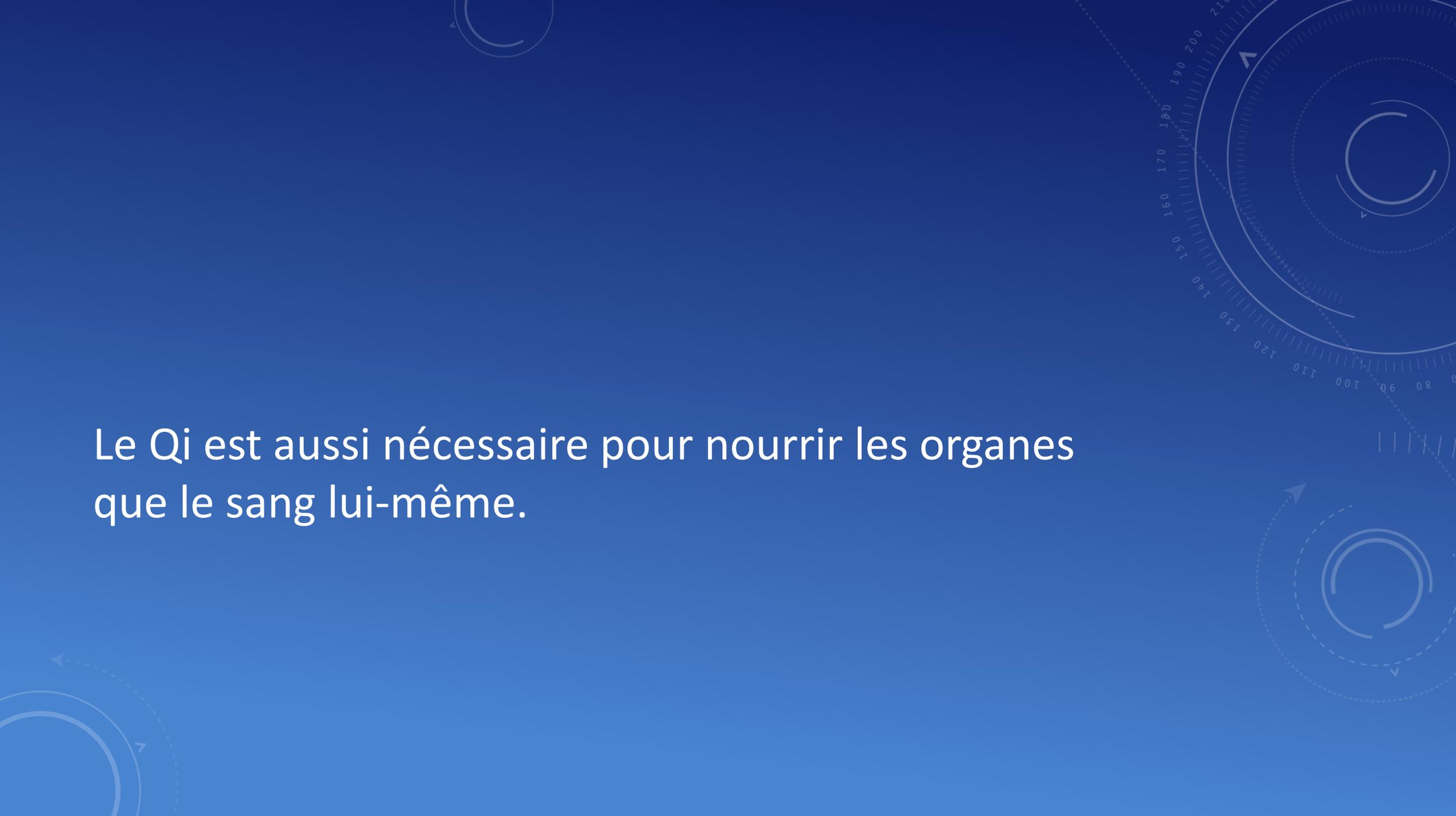
Les méridiens peuvent être ressentis par la stimulation de l'aiguille d'acupuncture et l'on parle de Deqi, « sensation propagée du Qi (énergie) ».

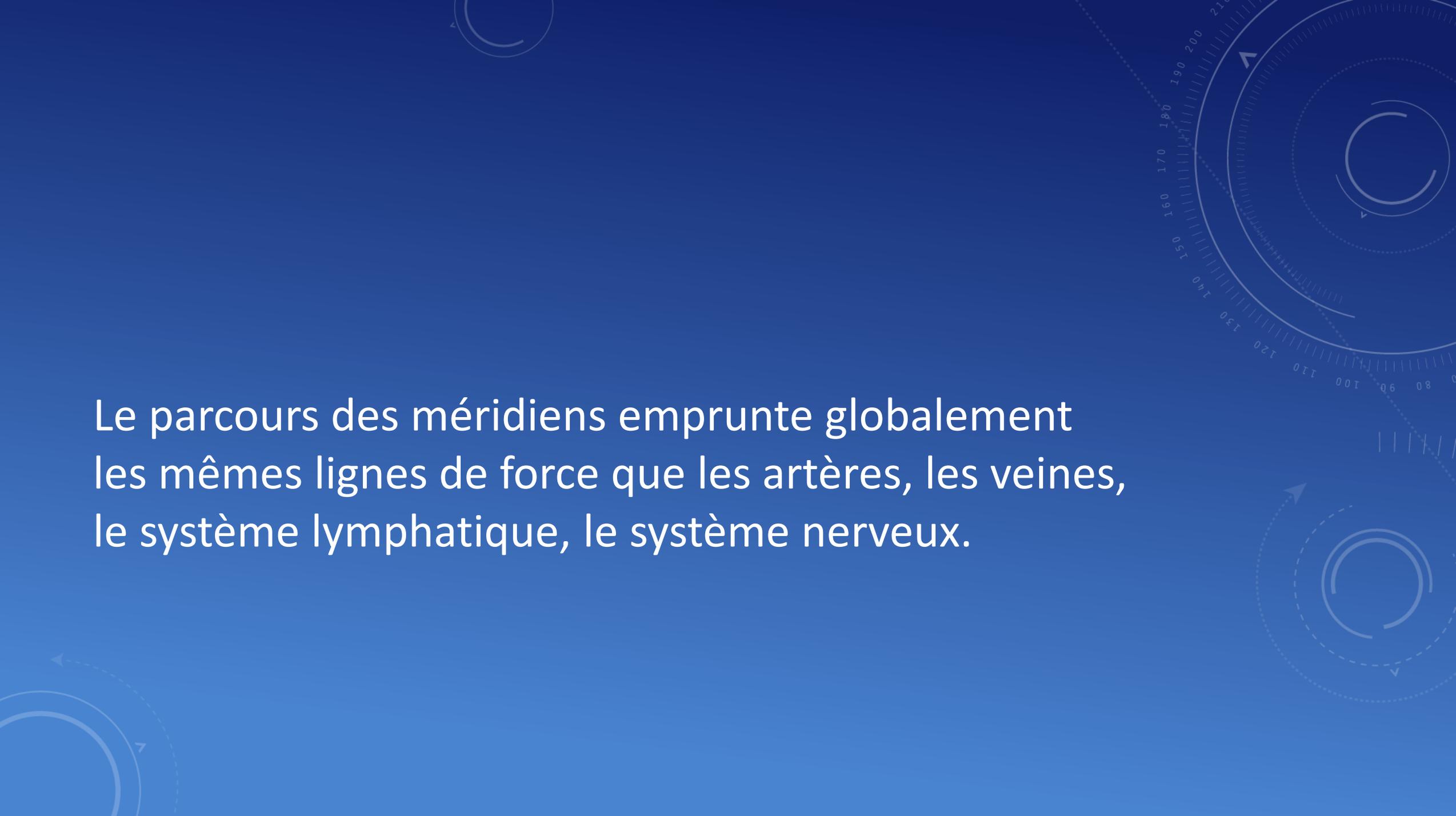
Certains patients décrivent alors le trajet, sans connaître quoi que ce soit à l'acupuncture.

Parfois, dans des circonstances exceptionnelles le méridien devient visible.

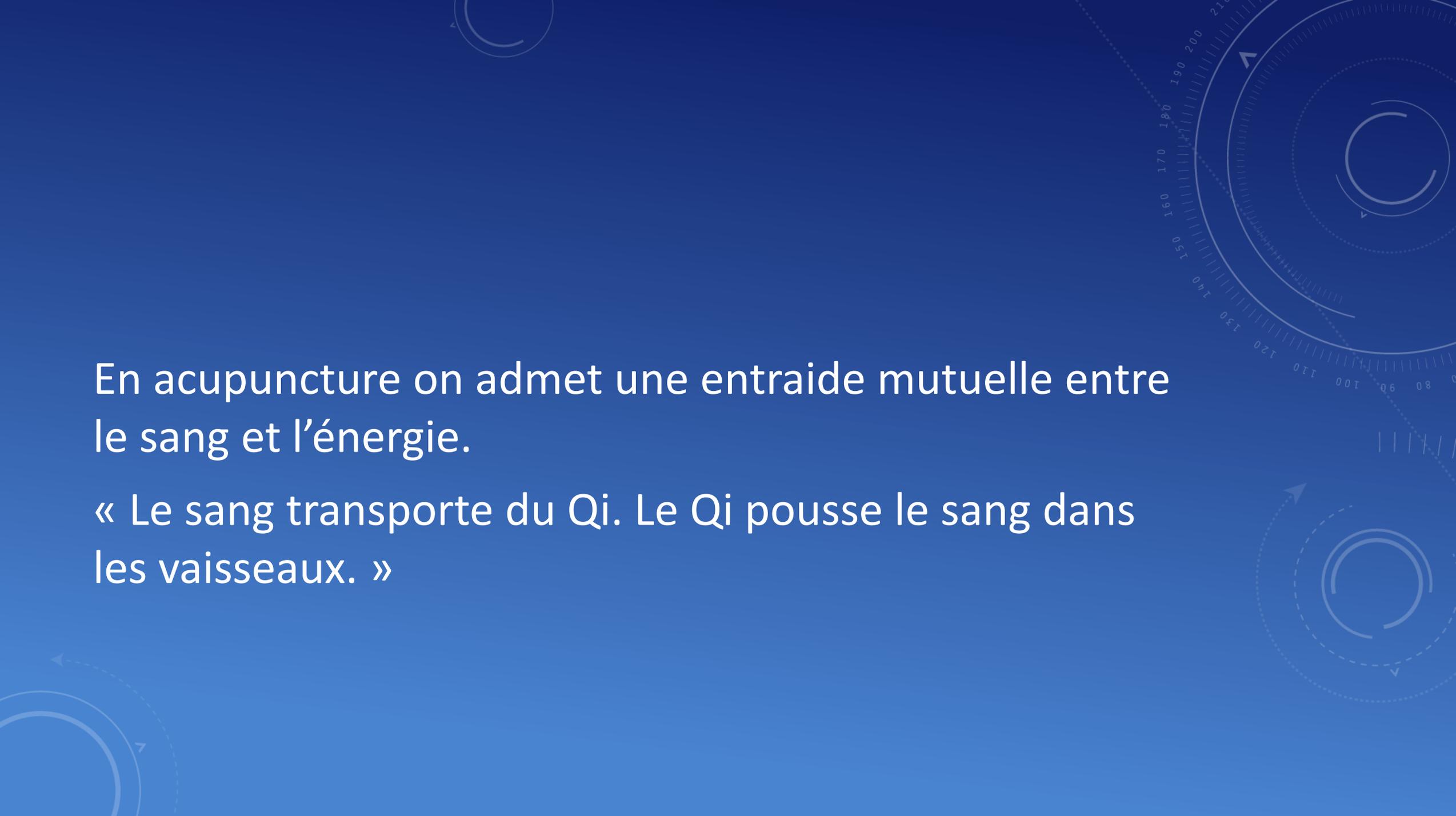
Le Qi est traduit par « souffle », élément dynamique contenant de l'information et délivrant de la vie aux organes et aux tissus.

Le Qi est aussi nécessaire pour nourrir les organes
que le sang lui-même.





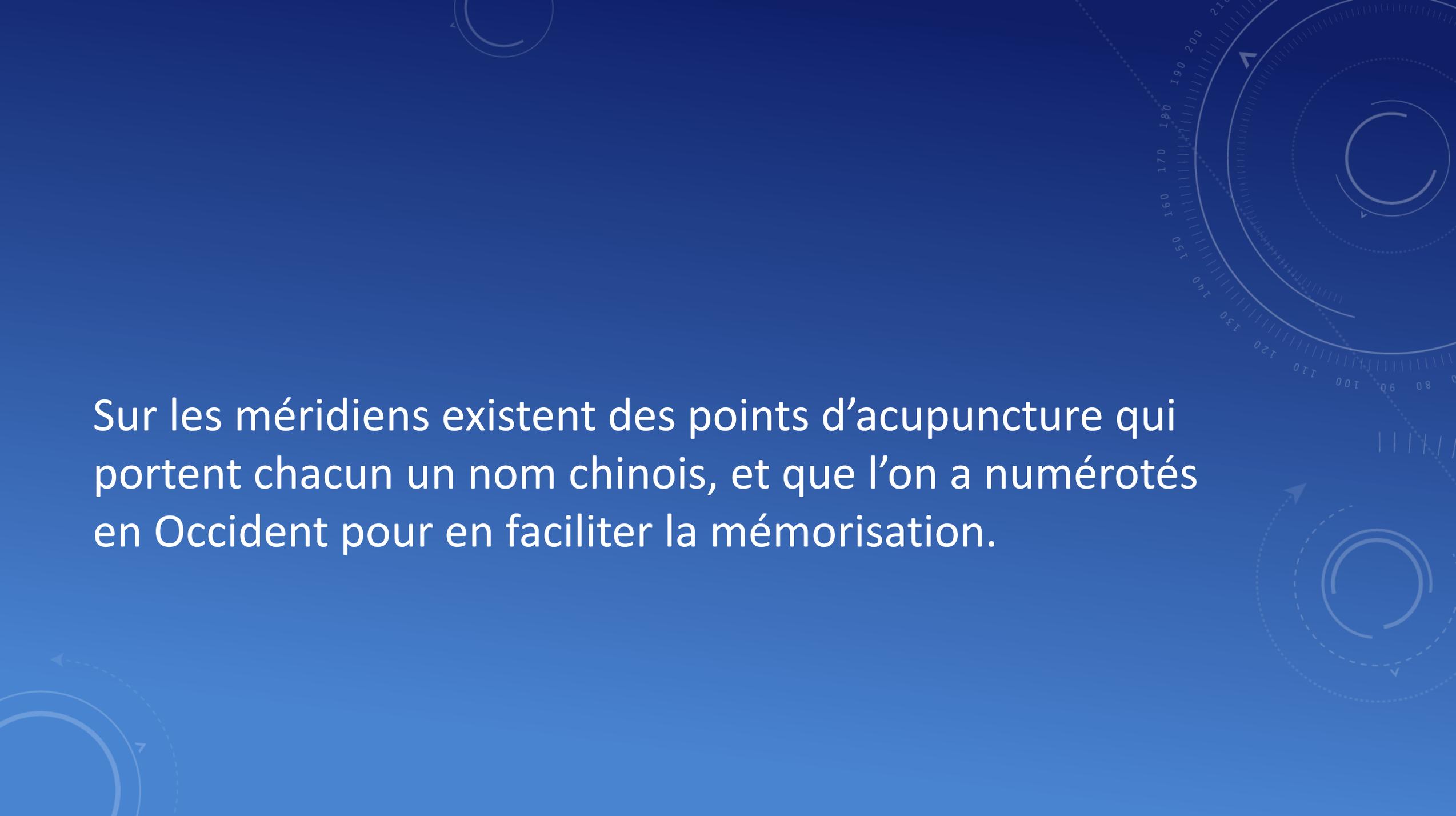
Le parcours des méridiens emprunte globalement les mêmes lignes de force que les artères, les veines, le système lymphatique, le système nerveux.



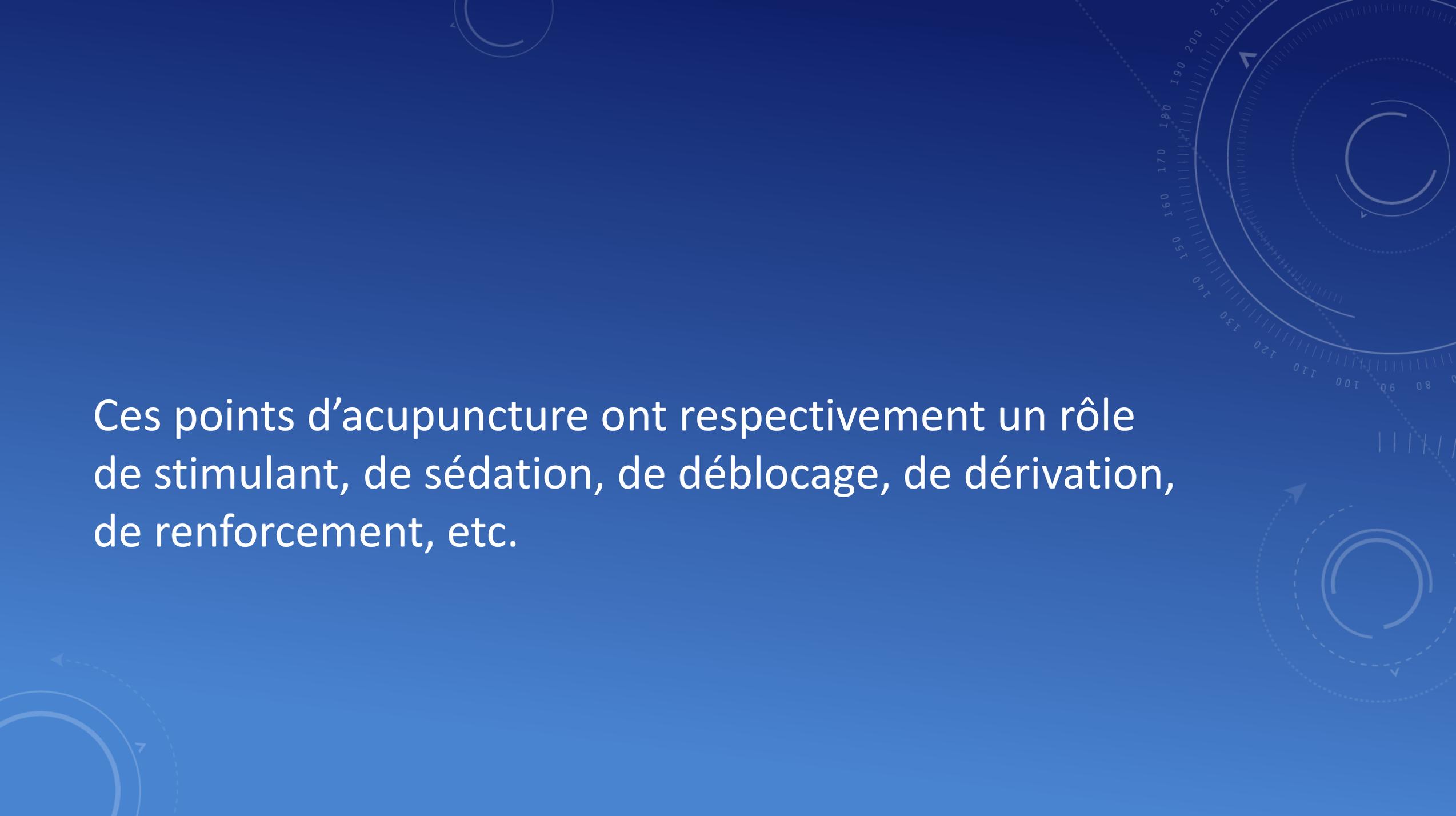
En acupuncture on admet une entraide mutuelle entre le sang et l'énergie.

« Le sang transporte du Qi. Le Qi pousse le sang dans les vaisseaux. »

Dans certains cas, on agit sur le sang dans le méridien en appliquant une saignée renforcée, le cas échéant, par une ventouse. (14VG, 40V)

The background is a solid blue color with several faint, light blue circular diagrams. One large diagram on the right side features concentric circles and radial lines, resembling a circular scale or a complex diagram. Other smaller diagrams are scattered across the background, some with arrows indicating direction.

Sur les méridiens existent des points d'acupuncture qui portent chacun un nom chinois, et que l'on a numérotés en Occident pour en faciliter la mémorisation.

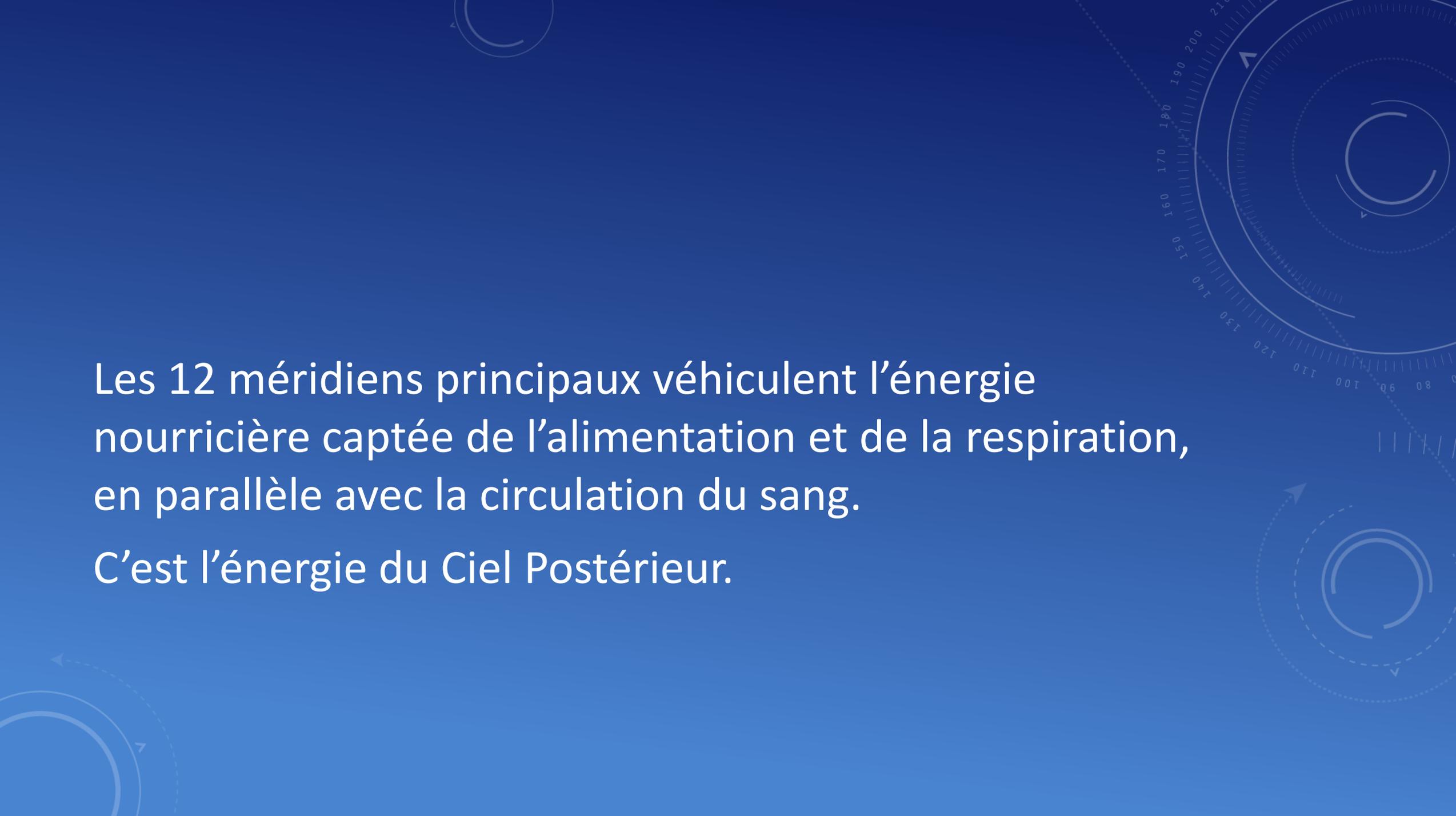
The background is a solid blue color with several faint, light blue circular patterns. These patterns include concentric circles, dashed lines, and arrows, suggesting a technical or scientific theme. One prominent pattern on the right side features a circular scale with numerical markings from 80 to 210 and an arrow pointing counter-clockwise.

Ces points d'acupuncture ont respectivement un rôle de stimulant, de sédation, de déblocage, de dérivation, de renforcement, etc.

Pour augmenter la stimulation ou le renforcement d'un organe, on peut choisir la méthode de cautérisation (moxas) sur un point spécifique.

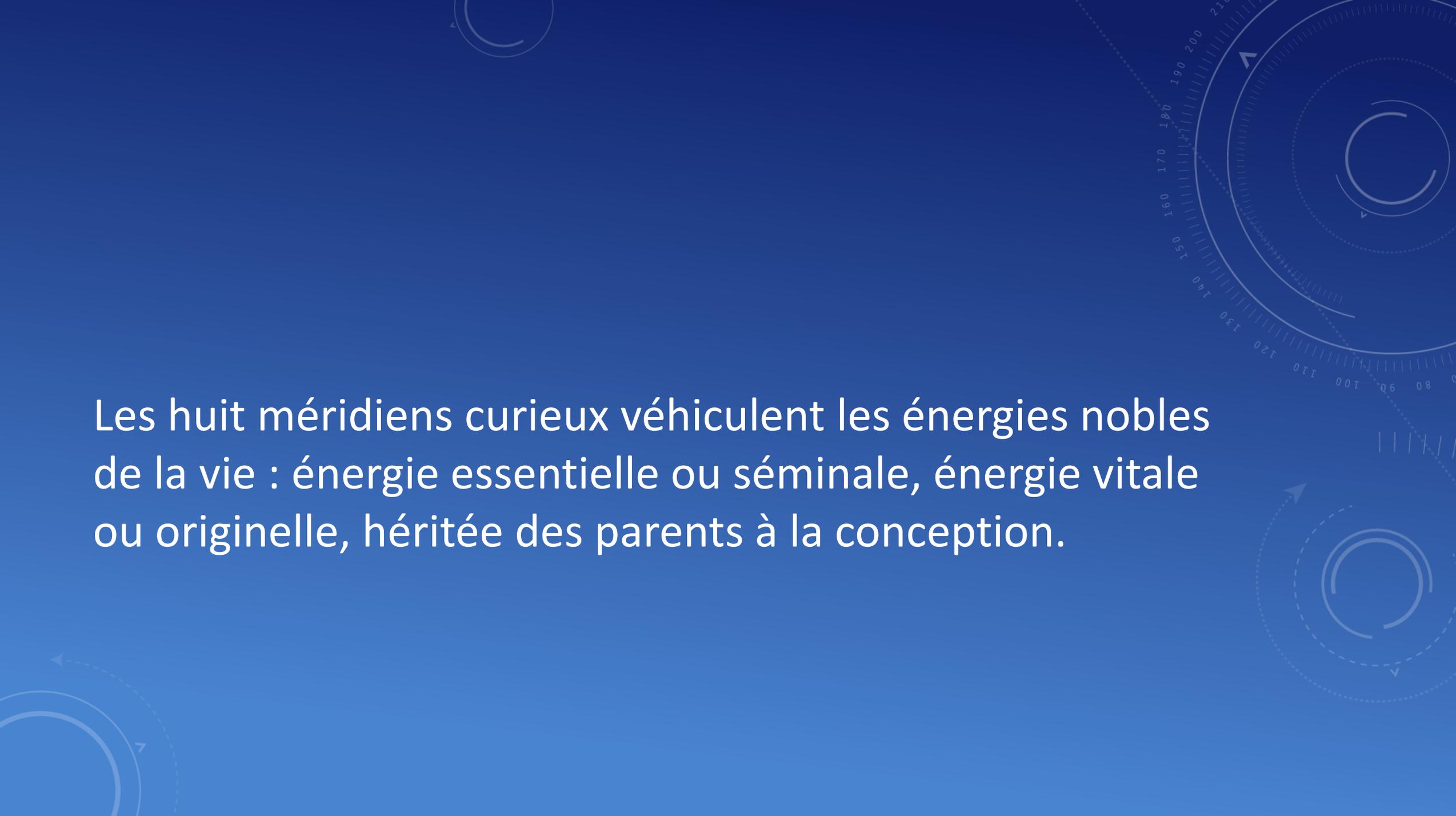
Il existe deux catégories de circulation des méridiens :

- ✓ les 12 méridiens principaux en relation avec les 12 fonctions viscérales et principales du corps;
- ✓ les huit méridiens curieux en relation avec les organes nobles : glandes endocrines, cerveau, moelle épinière et moelle osseuse.

The background is a solid blue color. It features several faint, light blue circular patterns. In the top right corner, there is a large circular scale with numerical markings from 80 to 210 in increments of 10. There are also smaller circular patterns with arrows indicating clockwise or counter-clockwise directions. The text is centered on the left side of the image.

Les 12 méridiens principaux véhiculent l'énergie
nourricière captée de l'alimentation et de la respiration,
en parallèle avec la circulation du sang.
C'est l'énergie du Ciel Postérieur.

Les méridiens sont en relation avec les cinq éléments et les six énergies dans le système de la médecine chinoise et par là avec un certain nombre de correspondances.

The background is a solid blue color. It features several faint, light blue circular patterns. On the right side, there is a large circular scale with numerical markings from 80 to 210 in increments of 10. The scale has an outer ring with tick marks and an inner ring with a dashed line. There are also some smaller circular patterns with arrows, suggesting a clockwise or counter-clockwise direction. The overall aesthetic is clean and technical.

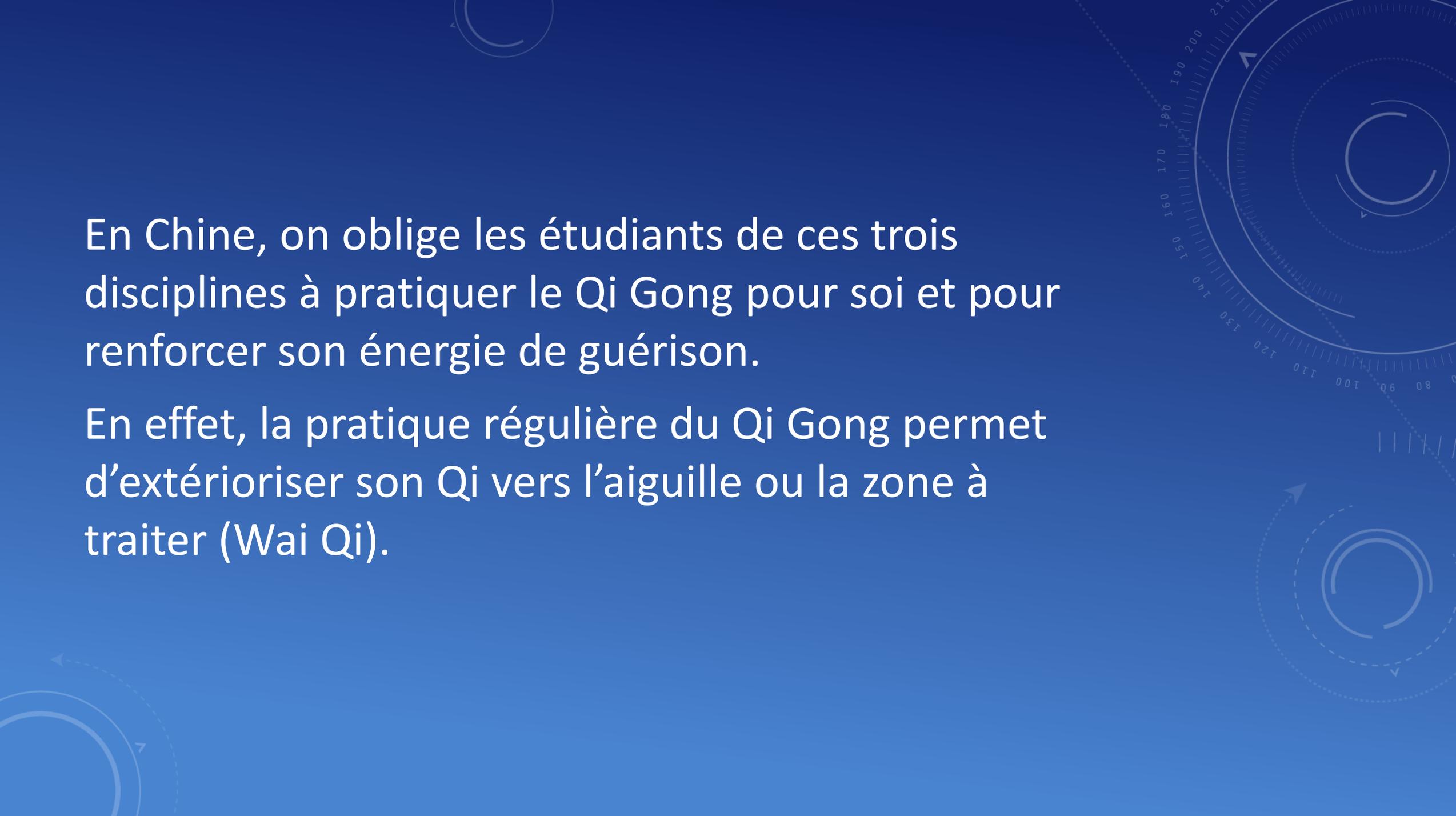
Les huit méridiens curieux véhiculent les énergies nobles de la vie : énergie essentielle ou séminale, énergie vitale ou originelle, héritée des parents à la conception.

Pour agir sur les méridiens, sur les organes et fonctions du corps, la médecine chinoise dispose de trois stratégies possibles :

- ✓ l'acupuncture et les moxas;
- ✓ les massages An Mo, Tui Na;
- ✓ le Qi Gong.

Qi Gong, veut dire développer l'énergie et la régulariser par l'entraînement :

- ✓ auto-massages,
- ✓ postures statiques,
- ✓ mouvements,
- ✓ marches,
- ✓ respirations,
- ✓ sons thérapeutiques,
- ✓ concentrations – visualisation - méditations.

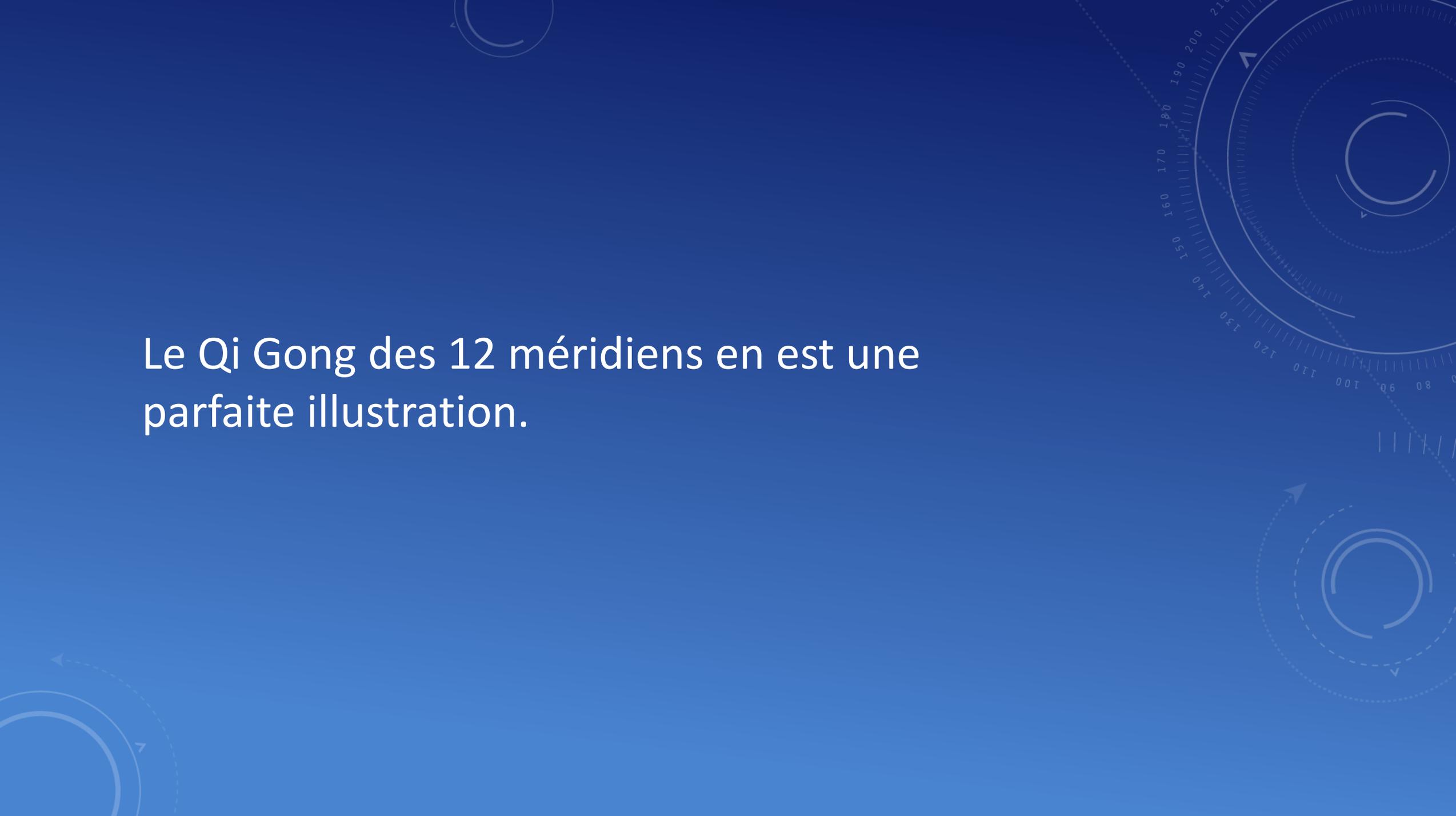
The background is a solid blue color with several faint, light blue circular patterns. One prominent pattern on the right side is a large circle with a scale from 0 to 210 degrees, marked every 10 degrees. There are also smaller circles and dashed lines scattered across the background, some with arrows indicating direction.

En Chine, on oblige les étudiants de ces trois disciplines à pratiquer le Qi Gong pour soi et pour renforcer son énergie de guérison.

En effet, la pratique régulière du Qi Gong permet d'extérioriser son Qi vers l'aiguille ou la zone à traiter (Wai Qi).

Le praticien de Qi Gong va en outre étendre ses connaissances à différents styles et enchaînements de Qi Gong pour les enseigner aux malades.

Le Qi Gong des 12 méridiens en est une parfaite illustration.



Mais on distinguera :

- ✓ le Qi Gong des cinq éléments,
- ✓ le Qi Gong des cinq animaux,
- ✓ l'Oie Sauvage,
- ✓ les huit pièces de brocard,
- ✓ le Qi Gong de renforcement des muscles et des tendons de Shao Lin,
- ✓ le Qi Gong des 12 méridiens,
- ✓ le Qi Gong anti-cancer de Guo Lin,
- ✓ le Qi Gong de la femme,
- ✓ le Qi Gong des six sons,
- ✓ le Qi Gong de l'intelligence du cœur,
- ✓ le Qi Gong de la Grande Ourse,
- ✓ le Qi Gong de Zhang Wang Di spécifique au poumon, au cœur, aux reins, aux os,
- ✓ le Qi Gong de santé des moines du mont Wu Dang,
- ✓ le Qi Gong de l'alchimie interne du mont Wu Dang.

Yves Réquena

Contacts :

site : www.yves-requena.com

courriel : info@yves-requena.com

et aussi : www.iiqg.com

www.ieqg.com

www.arreterdefumer.info