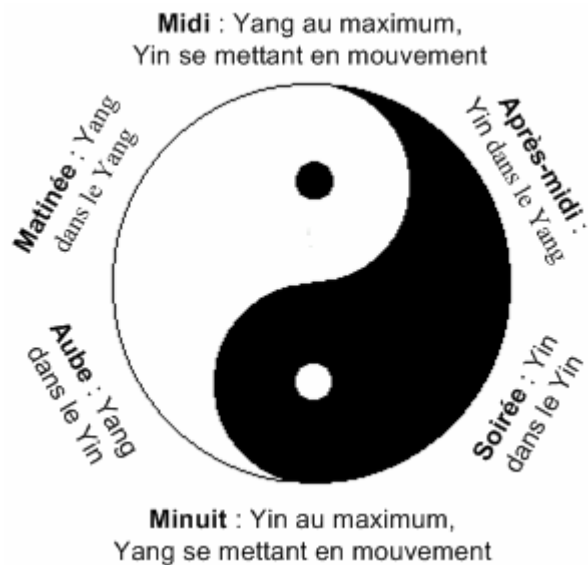


# Yin/Yang 阴阳

## Les modifications de l'énergie Yang Yin dans le cycle jour-nuit



## Correspondances générales du Yin/Yang

|                 | Yang 阳  | Yin 阴   |
|-----------------|---|---|
| Localisation    | Haut, Extérieur, Gauche, Sud, Ciel                                      | Bas, Intérieur, Droit, Nord, Terre  |
| Cycle jour-nuit | Jour  | Nuit  |
| Saisons         | Printemps, Eté  | Automne, Hiver  |
| Température     | Tiède, Chaud  | Froid, Frais  |
| Humidité        | Sec, Desséché   | Humide, Humecté   |
| Luminosité      | Lumineux  | Sombre, obscur  |
| Mouvement       | Ascendant, mobile, agité.   | Descendant, inerte, calme.  |
| Fonctionnement  | Excitation, hyperfonctionnement et transformation de l'Energie (Qi Hua) | Inhibition, récession, et parachèvement de la Forme corporelle (Cheng Xing) |

## Principaux éléments de la théorie du Yin/Yang

- 1) Yin Yang Dui Li 阴阳对立 : Opposition du Yin et du Yang
- 2) Yin Yang Hu Gen 阴阳互根 : Interdépendance du Yin/Yang
- 3) Yin Yang Xiao Zhang 阴阳消长 : Réduction et croissance du Yin/Yang
- 4) Yin Yang Zhuan Hua 阴阳转化 : Transformation du Yin et du Yang

## Le Yin/Yang dans la médecine chinoise

La bonne santé correspond à l'état d'équilibre dynamique du Yin/Yang, c'est-à-dire Yin Ping Yang Bi 阴平阳秘 (Yin équilibré et Yang secret)

- Correspondances de Yin/Yang dans les différentes parties du corps :

|                         | <b>Yang</b>   | <b>Yin</b>   |
|-------------------------|---|--|
| Haut - bas              | Partie haute  | Partie basse   |
| Extérieure - Intérieure | Parties extérieures : dos - ventre et quatre membres                      | Parties intérieures : viscères   |
| Dos - ventre            | Dos   | Ventre   |
| Quatre membres          | Partie externe  | Partie interne   |
| Viscères                | Six Entrailles  | Cinq Organes   |
| Organes                 | Cœur et Poumon  | Foie, Rate et Rein   |
| Méridiens               | Méridiens Yang qui circulent dans les parties externes des quatre membres | Méridiens Yin qui circulent dans les parties internes des quatre membres |

- Yin/Yang dans les Quatre Examens cliniques

| <b>Quatre Examens</b>       |                       | <b>Yang</b>   | <b>Yin</b>   |
|-----------------------------|-----------------------|---|--|
| <b>Observation 望</b>        | Coloration            | Jaune (Huang 黄)<br>Rouge (Chi 赤)  | Blanc (Bai 白)<br>Bleu-vert (Qing 青)                                |
|                             | <b>Auscultation 闻</b> | Voix  | Forte et puissante   |
| <b>Interrogatoire 问</b>     | Respiration           | Profonde, forte   | Faible, superficielle  |
|                             | Froid et Chaleur      | Chaud et crainte de la chaleur  | Froid et crainte du froid  |
| <b>Palpation du Pouls 切</b> | Soif                  | Soif avec préférence pour les boissons froides                          | Soif avec préférence pour les boissons chaudes                     |
|                             | Localisation          | Pouce (Cun 寸)   | Pied (Ci 尺)  |
|                             | Fréquence             | Rapide (Shu 数)  | Lent (Chi 迟)   |
|                             | Forme                 | Flottant (Fu 浮)<br>Long (Chang 长)<br>Vaste (Hong 洪)<br>Glissant (Hua 滑) | Profond (Chen 沉)<br>Court (Duan 短)<br>Fin (Xi 细)<br>Rugueux (Se 涩) |

- Correspondances de Yin/Yang dans l'évolution de d'un état pathologique

|                  | <b>Yang</b>                               | <b>Yin</b>                                   |
|------------------|---|--|
| <b>Plénitude</b> | Chaleur Plénitude<br>Vide de Yin associé  | Froid Plénitude<br>Vide de Yang associé      |
| <b>Vide</b>      | Froid Interne Vide<br>Vide de Yin associé | Chaleur Interne Vide<br>Vide de Yang associé |

- Yin/Yang dans la pharmacopée

|                              | <i>Yang</i>                                | <i>Yin</i>                                       |
|------------------------------|--|--|
| Quatre Natures<br>(Si Qi 四气) | Chaud (Re 热)<br>Tiède (Wen 温)              | Froid (Han 寒)<br>Frais (Liang 凉)                 |
| Cinq Saveurs<br>(Wu Wei 五味)  | Piquant (Xin 辛),<br>Doux (Gan 甘)           | Acide (Suan 酸), Amer (Ku 苦)<br>et Salé (Xian 咸). |
| Mouvements                   | Montée (Sheng 升)<br>Extériorisation (Fu 浮) | Descente (Jiang 降)<br>Intériorisation (Chen 沉)   |

- Yin/Yang en thérapeutique

|                  | <b>Yang</b>  | <b>Yin</b>  |
|------------------|--|---|
| <b>Plénitude</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chaleur Plénitude : rafraîchir par la méthode froide</li> <li>• Vide de Yin associé : nourrir le Yin</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Froid Plénitude : réchauffer par la méthode chaude</li> <li>• Vide de Yang associé : réchauffer le Yang</li> </ul> |
| <b>Vide</b>      | Tonifier le Yang   | Tonifier le Yin   |