Bai Hui (Paé Roé) 20 VG

Porte du ciel

Localisation :

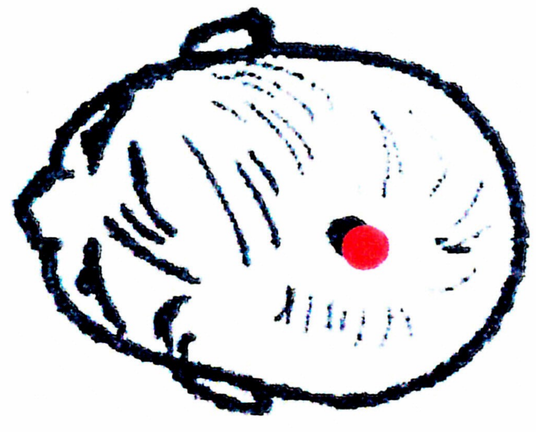
Sur la ligne médiane de la voûte crânienne, au sommet du crâne.

Commentaire :

Ce point situé au vertex entre en réunion avec de nombreux méridiens. C'est le point de connexion entre l'homme et l'énergie du ciel. La concentration sur ce point au cours de exercices favorise un mouvement ascendant de l'énergie.

Traduction :

Bai Hui est le nom d'un remède chinois qui traite certains symptômes "mentaux".



Shan Zhong (Trann Tchong) 17 VC

Centre du cœur Porte du souffle

Localisation :

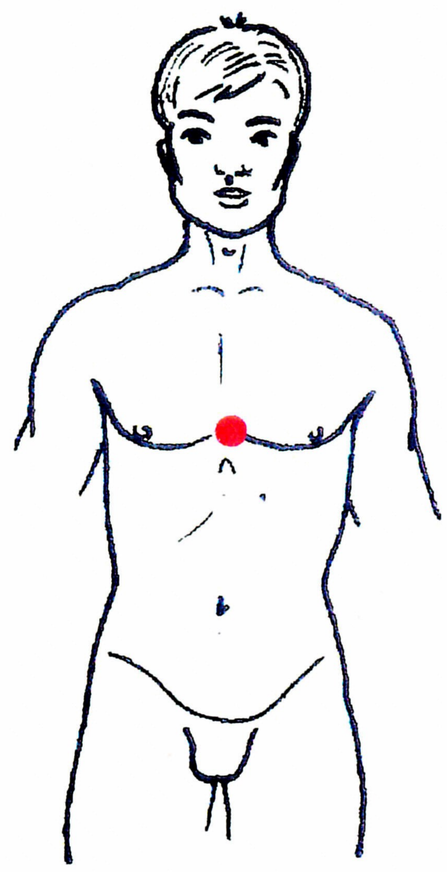
Milieu du thorax. Entre les deux seins, sur l'axe vertical médio-sternal, au niveau d'une ligne horizontale passant par le 4ième espace intercostal. (En rapport avec Shen Dao)

Commentaire :

Il correspond au **Dan Tian médian**. Il est logiquement en rapport avec le cœur et les poumons. C'est le point de commande de la respiration et de l'énergie.

Traduction :

Shan Zhong est un ancien titre donné à un fonctionnaire chargé de resserrer les liens par de bonnes paroles ou de bonnes choses.

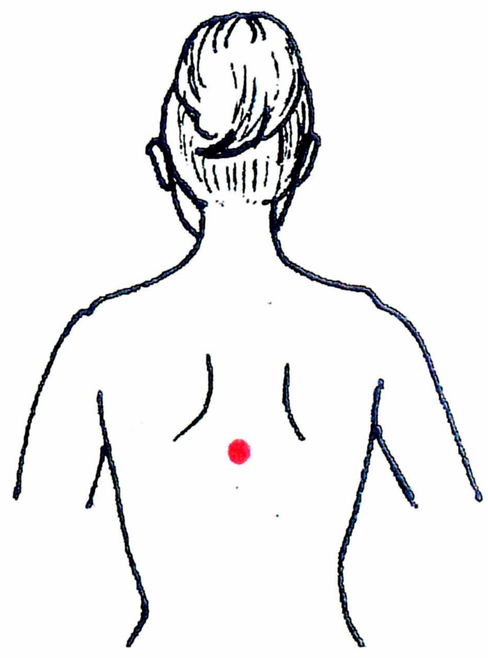


Shen Dao (Shen Tao) 11 VC

Porte du milieu

Localisation :

Milieu du dos. Sous l'apophyse épineuse de la 5ième vertèbre dorsale. (En rapport avec Shan Zong)

Commentaire :

Appui du dos.