
Le Yin et le Yang

Les concepts du Yin et du Yang font partie des concepts les plus importants de la médecine chinoise.

De tout temps le concept Yin/Yang tout comme celui du Qi a imprégné la philosophie chinoise.

Généralement la logique occidentale repose sur l'opposition des contraires.

Dans la philosophie et la médecine chinoise, non seulement le yin et yang sont complémentaires, mais ils s'influencent et s'engendrent. Et chaque chose, chaque événement peuvent être à la fois eux même et leur contraire.

De plus, le Yin porte en lui le germe du Yang et inversement.

Les plus anciennes mentions du Yin et du Yang figurent dans le Livre des mutations (Yi Jing)

Qui remonte à plus de 700 ans av JC

Dans cet ouvrage le Yin et le Yang sont représentés par des lignes continues et discontinues.

Les huit trigrammes



Les 4 couples de diagramme du Yin et du Yang



Les 8 trigrammes



Les diverses combinaisons possibles donnent les 64 hexagrammes.

Ces derniers sont supposés représenter toutes les transformations et manifestations du Yin et du Yang.

Que nous apprennent les idéogrammes ?

陰

YIN

陽

YANG

阝

Représente une « Butte » ou une « Colline »

云

Représente un « Nuage »

日

Représente un « Soleil »

旦

Représente le « Soleil au-dessus de l'horizon »

勿

Représente les « Rayons de la lumière »



Symbole graphique du
Yin-Yang

Le Yin indique le côté ombragé d'une colline et le yang le côté ensoleillé.

On retrouve l'ombre et la lumière, l'idée d'alternance et de cycle présent constamment dans la nature.

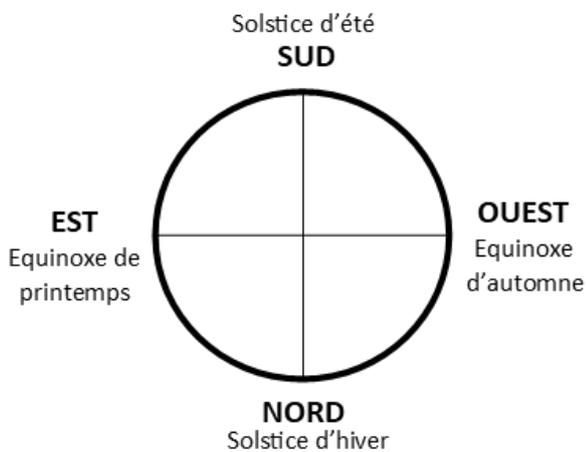
Le caractère changeant est une notion importante qu'il faut intégrer dans notre pratique.

Alternance permanente de tous les phénomènes dont l'un fait référence à la lumière, au soleil, à l'activité, etc. et l'autre, à l'obscurité, la lune, ombre, le repos, etc.

Nous avons donc 2 phases d'un même mouvement, cyclique, qui se transforment de l'un en l'autre. Comme le jour cède la place à la nuit qui est remplacé par le jour, etc.

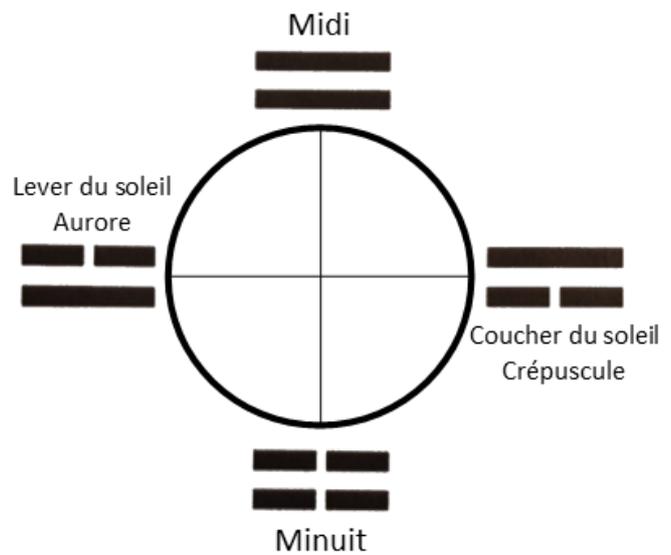
- Le Ciel est Yang, il est lié au temps
- La Terre est Yin, elle est liée à l'espace.

Dans les 4 points cardinaux



Le Yin et le Yang dans le cycle annuel

Le Yin et le Yang dans le cycle quotidien



Exemple de classification Yin et yang dans notre corps :

- Les organes / les entrailles forment un couple Yin / Yang
 - Intérieur du corps : Qi nourricier - Yin
 - Surface du corps : Qi protecteur - Yang
- } Couple Yin / Yang