

## SU WEN

**Q.B.** : Le **Cœur** a la fonction souveraine : prestige spirituel.

Le **Poumon** a la fonction de ministre d'état : administration.

Le **Foie** a celle de l'état-major : calcul et réflexion.

La **Vésicule Biliaire** a celle d'un arbitre : décision.

Le **Médiastin** (*Tan Zhong*) a celle d'un délégué ministériel aux réjouissances.

La **Rate** et l'**Estomac** ont une fonction de ravitaillement.

Le **Gros Intestin** transite les produits de la digestion.

L'**Intestin Grêle** a une fonction chimique : digestion.

Le **Rein** a une fonction dans l'érection et l'habilité à créer.

Le **San Jiao** a une fonction d'irrigation.

La **Vessie** a une fonction subalterne et locale de retenue des humeurs et d'émission du souffle transformé.

*"Si le souverain est lucide et prestigieux, le peuple vit pacifiquement, bien et longtemps, à l'abri des périls, la société s'épanouit.*

*Si le souverain manque de prestige, les 12 fonctionnaires deviennent dangereux, ils engorgent les voies, les sujets lésés meurent tôt et les dynasties sont en grand danger. C'est à éviter. Attention !"*

## HE WEI JIAN PI GONG

### Harmoniser l'estomac et renforcer la rate (2<sup>ème</sup> série)

- 1) « La Mer reçoit les cent fleuves »
- 2) « Le cerf sacré recueille le bonheur »
- 3) « Le tigre blanc soutient la poutre faîtière »
- 4) « Nourrir la Grande harmonie »
- 5) « Le Cerf et la grue profitent du même printemps »
- 6) « Les trois yang fêtent ensemble le nouvel An »
- 7) « Le marteau d'or frappe le point Shu de l'estomac »
- 8) « Le phénix vient saluer »

Wudang Xuanwu  
Pai ©



## SU WEN

**Q.B.** : Le **Cœur** a la fonction souveraine : prestige spirituel.

Le **Poumon** a la fonction de ministre d'état : administration.

Le **Foie** a celle de l'état-major : calcul et réflexion.

La **Vésicule Biliaire** a celle d'un arbitre : décision.

Le **Médiastin** (*Tan Zhong*) a celle d'un délégué ministériel aux réjouissances.

La **Rate** et l'**Estomac** ont une fonction de ravitaillement.

Le **Gros Intestin** transite les produits de la digestion.

L'**Intestin Grêle** a une fonction chimique : digestion.

Le **Rein** a une fonction dans l'érection et l'habilité à créer.

Le **San Jiao** a une fonction d'irrigation.

La **Vessie** a une fonction subalterne et locale de retenue des humeurs et d'émission du souffle transformé.

*"Si le souverain est lucide et prestigieux, le peuple vit pacifiquement, bien et longtemps, à l'abri des périls, la société s'épanouit.*

*Si le souverain manque de prestige, les 12 fonctionnaires deviennent dangereux, ils engorgent les voies, les sujets lésés meurent tôt et les dynasties sont en grand danger. C'est à éviter. Attention !"*

## SHU GAN LI DAN GONG

### Détendre le foie et stimuler la vésicule biliaire (2<sup>ème</sup> série)

- 1) « Le dragon vert crache sa perle »
- 2) « Le dragon vert sort ses griffes »
- 3) « Le pêcheur demande son chemin »
- 4) « La queue de l'hirondelle noire touche l'eau »
- 5) « Le tigre blanc garde la montagne du printemps »
- 6) « Le dragon vole au dessus de la mer »
- 7) « Peng Ju travaille avec ardeur »
- 8) « La respiration fine retourne à l'origine »