

S y n t h è s e d e s c o r r e s p o n d a n c e s P o u r I , I N T E R - S A I S O N	FEU	Elément	TERRE	S y n t h è s e d e s c o r r e s p o n d a n c e s P o u r I , I N T E R - S A I S O N	<p>Cette fois-ci, l'INTER-SAISON (17 avril - 5 mai) offre l'occasion exceptionnelle de se recentrer sur le Ciel-Terre, en confiance, avec douceur et de considérer sans jugement les perturbations du confinement commencé avant l'équinoxe. Raison de plus pour calmer l'agitation du cœur avant le 6 mai (début de l'ETE « chinois »), d'autant qu'au plan <i>Yun Qi</i>, la chaleur -installée brutalement et en avance- contribue aussi à exciter les émotions. Vers la 2^e quinzaine de juillet, cette vague de 'feu' cédera la place à la pluie.</p> <p>Il convient donc de porter particulièrement attention aux 2 jours chauds (<i>geng</i>) de la saison : 16 et 26 juillet (ce dernier tombant un dimanche, il est permutable avec le lundi 6 juillet en cas de RdV). Il y aura encore le 15 août à l'automne. Vous êtes ainsi invités à (faire) stimuler P.8, P.9 et VC.12 mais aussi -si besoin- à évacuer la chaleur avec C.8, F.2, 41.E, P.10, 5.GI, V.60 ou bien 7.C, F.3, 36.E, P.9, 11.GI, 40.V. Au solstice (21/6), le soleil aura fortement accéléré la croissance et la maturation des végétaux, mais le manque d'eau les aura aussi largement mis à l'épreuve.</p> <p>« Le palais de l'Empereur est vide » dit un classique. C'est dire que le cœur-esprit <i>shen</i> accueille les émotions sans les retenir, garde l'ineffable Joie de vivre, contemple le cours des événements sans altérer son aptitude à faire les bons choix. Les projets se développent avec la sueur, l'euphorie et l'ardeur du 'cœur', et se fêtent en fin d'été mais attention : en excès la joie exubérante disperse l'énergie et la vie trop austère perd de son intérêt. Profitez de ces 18 jours pour drainer votre organisme et boire la tisane dépurative pissenlit artichaut (2/j). <u>Continuez de manger et boire chaud</u> (Covid-19 n'aime pas ça !). Si besoin, consommez porridge, gruau, bouillie insipide (1/j). Favorisez votre digestion avec la saveur douce et mangez du riz (plutôt rincé et grillé en pilaf).</p> <p>Allez consulter les fiches diététiques sur qigong79-germtc.com</p> <p>Bonne fin de confinement !</p>
	SHEN	Esprit	YI (intellect – pensée)		
	Chaleur / Canicule	Climat	Humidité		
	Sud	Point cardinal	Centre		
	Mai-Juin-Juillet	Mois	Fin d'été		
	Matinée-Midi (soleil au zénith)	Course du jour	Après-midi		
	Croissance Apogée	Evolution	Transformer		
	Rouge/orange	Couleur	Jaune - Ocre		
	Cœur « Empereur » & Constricteur du Cœur	Organe	Rate/Pancréas « Ministre de l'Intérieur »		
	Intestin grêle & Triple Foyer	Entraîlles	Estomac		
	13-15h Intestin grêle 11-13h Cœur	Heures des « Marées d'énergie »	7-9h Estomac		
	19-21h Maître Cœur 21-23h Triple Foyer		9-11h Rate-Pancréas		
	Langue (parole) « bourgeon du Cœur »	Organe de sens Ouverture naturelle	Lèvres - Goût		
	Sueur	Sécrétion	Salive (bave)		
	Teint du visage	Manifestation	Lèvres		
	Amer	Saveur	Fade (doux/sucré/insipide)		
	Grillé Brûlé	Odeur	Parfumé		
	Phénix	Animal Totem	Ours		
	Mouton	Viande	Bœuf		
	Riz	Céréales	Maïs		
	Joie extatique	Emotion	Réflexion extrême		
	Vitalité – Sincérité Générosité	Pulsion positive	Compassion Confiance Réflexion Stabilité		
	Charisme Altruisme Prosperité	Résultat	Sollicitude Douceur Modération Bonhomie		
	Rire	Energie vocale	Chant		
	HA (HEE)	Son de saison	HOU (ROU)		
	Bienséance	Vertu	Honnêteté		
	Haine Cruauté Arrogance	Pulsion négative	Inquiétude Anxiété Apitoiement Idée fixe		
	Rouge 'Sanguin'	Teint	Charnu / Bajoues		
Vaisseaux	Tissu	Chair des muscles			
Ample	Pouls	Relâché			
Majeur (le + grand)	Doigt	Pouce (charnu)			
Poing	Main martiale	Paume (charnue)			
Frapper	Tactique	Bloquer			
Lance	Arme	Bâton			
Mars	Planète	Saturne			