

Que se passe-t-il entre 15h00 et 17h00 ?

Si l'on regarde la chronobiologie chinoise cette phase correspond à la plénitude de l'énergie de la vessie

C'est un moment crucial où nos capacités de jugement sont le plus développées nous sommes particulièrement dynamiques et efficaces dans notre travail c'est le moment le plus important pour prendre des décisions.

Les fonctions de la vessie sur cette période seront plus actives nous pouvons nous permettre de boire plus qu'à l'accoutumée pour évacuer les déchets de l'organisme sans encombre.

Activer la zone entre les omoplates permet d'apaiser le cœur et l'esprit.

La Vessie selon la Médecine Traditionnelle Chinoise :

Elle régule la quantité de liquide en activité dans l'organisme : elle évite sécheresse ou inondation.

Elle garantit les masses musculaires (terreau du corps) : une bienveillance humidification pour que la force musculaire puisse se déployer.

C'est le méridien le plus long qui couvre tout l'arrière du corps de la tête au pied.

