

Jacques Staehle

# L'ÉNERGIE QUI GUÉRIT

Traité de digitopuncture

*Dangles*  
ÉDITIONS 



# *Table des matières*

---

<b>À propos de l'auteur</b> .....	2
<b>Avant-propos</b> .....	11
<b>1. Introduction</b> .....	13
. Ce qu'est la Digito-Puncture .....	
. But de la Digito-Puncture et ses possibilités .....	13
. L'étude de la véritable Digito-Puncture.....	
transformera votre vie.....	15
<b>2. Principes de base</b> .....	17
. Qu'est-ce que l'énergie ? .....	17
. Les modalités de traitement par la Digito-Puncture .....	19
. La stimulation des points .....	21
. Agir des deux côtés.....	23
. Le nombre de séances requis .....	23
. Le yin et le yang .....	24
. Tableau simplifié du rapport yin-yang .....	25

. Le meilleur moyen d'y croire, c'est de l'expérimenter	26
. L'évolution du yin et du yang	27
. Définition des Méridiens Principaux	29
. Les méridiens yang	29
. Les méridiens yin	30
. Le couplage énergétique	31
. Le rôle du système digestif	32
. La loi des cinq éléments	33
. Élément Terre	33
. Élément Métal	34
. Élément Eau	35
. Élément Bois	36
. Élément Feu	37
. Tableau des cinq éléments	39
. Tableau des cinq éléments et leurs correspondances	40
. Tableau des cinq éléments et le psychisme	42
. La tonification et la dispersion	43
. Les points importants sur les Méridiens Principaux	44
. Les points spéciaux	46
. Informations importantes sur les points qui tonifient et qui dispersent	47
. Pour vous Mesdames	48

### **3. Méridiens Principaux** 49

. Poumons (P)	50
. Gros Intestin (GI)	60

. Estomac (E)	69
. Rate (Rt)	84
. Cœur (C)	97
. Intestin Grêle (IG)	106
. Vessie (V)	114
. Reins (Rn)	135
. Maître du Cœur (MC)	144
. Triple Réchauffeur (TR)	151
. Vésicule Biliaire (VB)	162
. Foie (F)	176
. Tableau des points de Tonification et de Dispersion suivant les saisons	185
. Rééquilibrage énergétique	186
<b>4. Merveilleux Vaisseaux</b>	<b>187</b>
. Définition des Merveilleux Vaisseaux	187
. Processus du traitement des Merveilleux Vaisseaux	188
. Les signes révélateurs des Merveilleux Vaisseaux	189
. Yang Keo	192
. Yin Keo	199
. Yang Oe	209
. Yin Oe	219
. Tae Mo	237
. Tchrong Mo	255
. MV Conception	270
. Vaisseau Conception	284

. MV Gouverneur	289
. Vaisseau Gouverneur	304
<b>5. Recettes</b>	<b>309</b>
<b>Index des points</b>	<b>477</b>
<b>Index principal</b>	<b>481</b>
<b>Ouvrages de l'auteur</b>	<b>493</b>

## *Avant-propos*

---

Cela faisait très longtemps que je voulais publier ce livre. En effet, le corps humain m'a toujours semblé être une entité spéciale, complexe et simple à la fois. Une grande beauté mélangée à une impression de mystère.

J'en ai parlé avec Jacques Staehle. Il fut étonné de mes remarques. L'énergie qui circule à travers le corps est pour lui aussi concrète que la peau qui le recouvre.

Les Chinois ont, depuis la nuit des temps, réussi à matérialiser cette énergie. Leurs traditions leur ont enseigné que le corps humain est tissé par des fils d'énergie. Que l'on peut agir, souvent avec un doigt, pour augmenter ou diminuer la circulation de cette énergie vitale.

Je connaissais les travaux de Jacques Staehle. J'ai assisté, puis organisé tous ses séminaires en Suisse. À chaque fois le même succès, à chaque fois la même magie.

Il m'a proposé un ouvrage pratique, descriptif, complet. Un travail de synthèse qui vous montre, vous explique et vous guide jusqu'au résultat final.

Ce livre, vous l'avez maintenant entre les mains. C'est certainement l'un des meilleurs ouvrages que nous ayons publiés.

Je sais déjà qu'il va vous rendre à vous et à votre entourage d'immenses services. N'hésitez pas à le faire connaître autour de vous.

Juste avec votre doigt, vous pourrez bientôt réaliser des miracles.

Avec tous mes vœux de santé,

Camille Dupré,  
Éditeur



# *1. Introduction*

---

## **Ce qu'est la Digito-Puncture**

La DIGITO-PUNCTURE peut être considérée comme l'art de vivre en bonne santé par la stimulation des points énergétiques du corps. En effet, il est possible de stimuler les points énergétiques de notre corps en massant ceux-ci avec le doigt, c'est la Digito-Puncture; avec des aiguilles, c'est l'Acupuncture; ou, mieux encore, à l'aide d'un appareil électronique, il s'agit alors d'Électro-Puncture.

## **Le but de la Digito-Puncture et ses possibilités**

La stimulation des points énergétiques permet d'harmoniser notre énergie en favorisant sa circulation dans l'organisme.

Un soulagement rapide est souvent obtenu sur les douleurs récentes, que celles-ci soient articulaires, musculaires ou d'origine rhumatismale, traumatique, digestive, nerveuse, météorologique ou même psychique. Il en va de même pour la plupart des troubles fonctionnels.

Si les petits troubles qui perturbent la vie de tous les jours trouvent solution dans cette merveilleuse technique, des résultats non moins négligeables peuvent également être obtenus sur des perturbations plus anciennes.

Le cas de l'auteur du présent ouvrage confirme l'efficacité de cette technique. *"Je souffrais de lombalgie depuis 18 ans, lorsque j'ai découvert la Digito-Puncture chinoise et ses méthodes curatives. Après avoir mis en pratique certains points spécifiques à mon état, j'ai enfin pu me débarrasser de mes maux qui n'avaient pu jusque là être soulagés par le biais de l'arsenal thérapeutique habituel."*

Cette technique s'est avérée également efficace pour des milliers d'autres personnes qui ont retrouvé la joie de vivre.

Bien qu'elle ne soit pas une panacée universelle, la Digito-Puncture offre des possibilités curatives et préventives, car plus tôt le mal est dépisté, plus tôt il peut être enrayé.

La Digito-Puncture ne se limite pas à effacer les douleurs, elle a prouvé son efficacité dans les soins esthétiques, tels que pour améliorer l'état de la peau si celle-ci est trop sèche ou trop grasse, soigner l'acné, traiter les poches sous les yeux, stopper la chute des cheveux, enrayer les pellicules...

La Digito-Puncture, c'est l'art de vivre en pleine forme grâce à la stimulation de points énergétiques spécifiques qui suppriment la fatigue et aident à combattre le stress et les maladies. C'est un excellent moyen d'éviter la grippe, les angines, la sinusite. C'est aussi la science du contrôle de soi qui permet de conserver le calme en toutes circonstances et d'acquérir un meilleur équilibre dans la vie.

La Digito-Puncture nous apprend le langage du corps. C'est ainsi que nous pourrions comprendre que les douleurs sont des sonnettes d'alarme nous renseignant sur des troubles fonctionnels, biologiques ou psychiques. Il suffira alors de tenir compte de cet avertissement pour remettre de l'ordre dans notre système, en stimulant des points spécifiques et en y associant éventuellement l'hygiène alimentaire et l'usage des plantes et de leurs huiles essentielles aromatiques. On peut donc dire que la Digito-Puncture, en supprimant les douleurs, soigne aussi la cause et prévient d'éventuelles maladies.

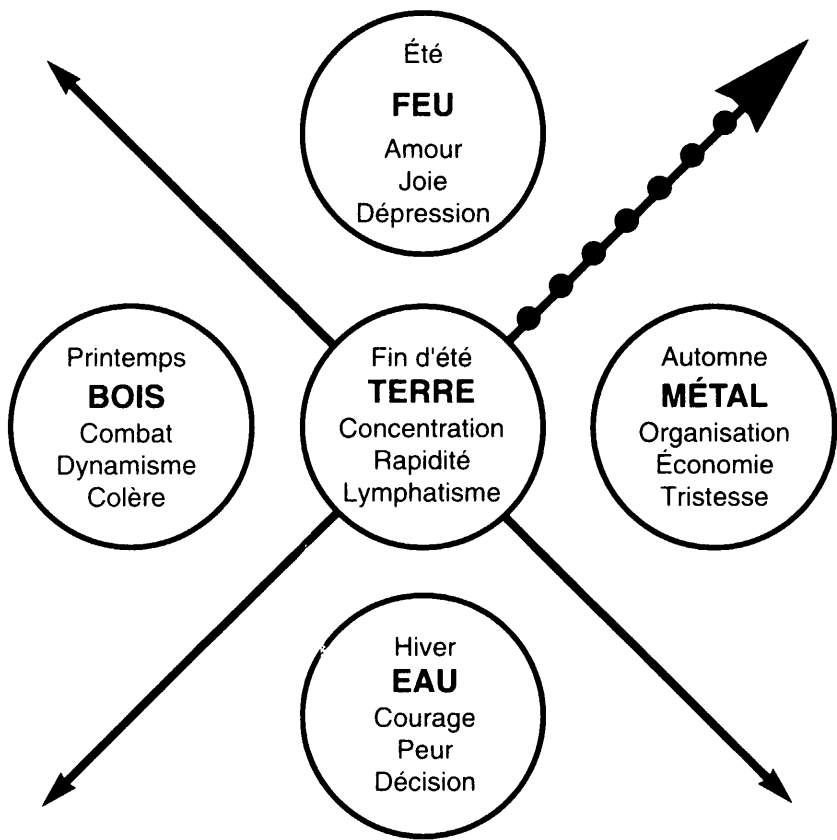
### **L'étude de la véritable Digito-Puncture transformera votre vie**

Non seulement éviterez-vous de nombreux inconforts et d'éventuelles maladies, mais vous comprendrez mieux le sens de la vie et vous obtiendrez réponse à de multiples questions telles que: Pourquoi le cœur est-il le symbole de l'amour ? Pourquoi dit-on, "avoir le cœur gros" ? Ou encore "avoir le cœur sur la main" ? Vous ne serez alors pas étonné qu'il existe des points sur le méridien du cœur susceptibles de vous faire retrouver la joie de vivre que vous avez peut-être perdue à la suite d'un choc psycho-affectif. Vous comprendrez aussi pourquoi les émotions affectives peuvent avoir une large influence sur les battements du cœur et vous en conviendrez dès lors qu'il est facile de supprimer une douleur nerveuse au niveau du cœur par la simple stimulation d'un ou de deux points énergétiques.

La Digito-Puncture, c'est aussi l'explication des raisons de nos goûts tels que : pourquoi l'on aime plus volontiers le sucré ou le salé, le piquant ou l'acide, l'amer ..., pourquoi l'on préfère telle couleur à telle autre, pourquoi l'on se sent mieux ou moins bien pendant une certaine saison, etc. Vous apprendrez que tout a une raison d'être, que rien n'est là par hasard.

La Digito-Puncture vous aidera à vaincre l'insomnie, l'anxiété... Elle s'avèrera aussi un moyen étonnant de réanimer une personne évanouie en quelques secondes.

Cet ouvrage traitera du rôle de l'énergie et de sa circulation à travers les méridiens. Nous aborderons l'étude des points énergétiques et nous verrons ensuite comment les associer.



**Les cinq éléments et le psychisme**

## La tonification et la dispersion

Trois possibilités s'offrent à nous, soit :

1. tonifier ou disperser l'ensemble du corps;
2. tonifier ou disperser simplement une région du corps ou une fonction définie;
3. tonifier ou disperser un méridien.

Pour cela, nous disposons :

1. de points spécifiques qui agissent sur l'ensemble du corps;
2. de points qui agissent sur une région ou une fonction définie;
3. de points de commande sur le méridien qui agissent sur celui-ci.

Pour tonifier l'ensemble du corps, nous utilisons des points à action générale qu'il faudra tonifier tels les *points antifatigue* suivants :

6Rt, 36E, 6VC, 4VG, 12VC et 38V.

Pour disperser l'ensemble du corps, comme dans le cas d'*un excès de yang* chez un sujet trop excité, nous disperserons des points qui ont une action générale relaxante comme les :

6MC, 3F, 4GI, 40VB et 17VC.

Pour tonifier un méridien, nous stimulerons le point de tonification du méridien ou son point source.

Pour disperser un méridien, nous stimulerons le point de dispersion du méridien ou son point source.

**NOTE :** Les points de tonification et de dispersion de chaque méridien changent en fonction des saisons. Les indications nécessaires à cet effet vous seront communiquées au fur et à mesure de l'étude des méridiens principaux.

### **Les points les plus importants sur les Méridiens Principaux**

Les cinq points suivants sont toujours présents sur chaque Méridien Principal et se situent à l'extrémité des membres, entre orteils et genou ou doigts et coude.

#### *Le point de Tonification*

Il augmente la quantité de yang dans le méridien correspondant.



#### *Le point de Dispersion*

Il diminue la quantité de yang dans le méridien correspondant.



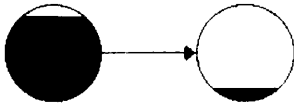
#### *Le point Source*

Il peut tonifier ou disperser le méridien correspondant suivant le besoin.

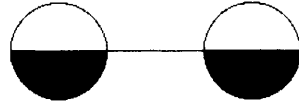


### *Le point Lo*

C'est un point qui favorise l'harmonie dans le couple yin-yang en permettant de faire passer le trop-plein d'énergie d'un méridien dans son méridien couplé en insuffisance d'énergie.



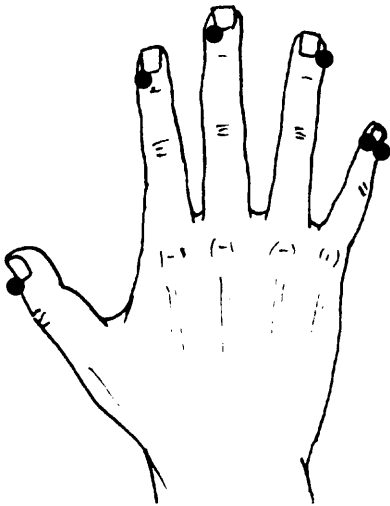
Vue en coupe de 2  
Méridiens Principaux  
déséquilibrés



Vue en coupe de 2  
Méridiens Principaux  
équilibrés

### *Le point Ting*

Le point Ting est situé à la base de l'ongle, que l'on appelle angle unguéal, comme montré dans les schémas ci-dessous. C'est le premier ou le dernier point du méridien principal. Tous les méridiens commencent ou se terminent à la base d'un ongle, sauf pour le MP Reins qui commence sous le pied.





**NOTE :** Le nombre de points varie d'un méridien à un autre. Par exemple, le MP Maître du Cœur en compte 9 et le MP Vessie, 67. Mais tous les méridiens ont un point pour tonifier le méridien, un point pour le disperser, un point Source qui peut compléter l'action du point de Tonification ou de Dispersion et un point Lo qui équilibre le couple. Tous ces points se trouvent aux extrémités des membres, en dessous des genoux ou des coudes, ainsi que les points Clé qui agissent sur les Merveilleux Vaisseaux. Les autres points agissent sur une fonction ou une région spécifique du corps.

## **Les points spéciaux**

### *Le point Clé*

Il existe 8 points Clé de chaque côté du corps. Quatre se situent sur le pied et quatre sur la main. Ce sont des points très importants car ils ouvrent des Merveilleux Vaisseaux et régulent plusieurs Méridiens Principaux d'un seul coup et soignent plusieurs troubles en une seule fois.

### *Le point Mo*

C'est un point situé sur le tronc. Il agit directement sur l'organe correspondant auquel il se rapporte. On le stimule généralement en association avec le point lu correspondant.

### *Le point lu*

C'est un point que l'on retrouve dans le dos, sur le MP Vessie, de chaque côté des muscles de la colonne vertébrale. C'est un point réflexe à action directe sur l'organe qu'il représente.

## **Informations importantes sur les points qui tonifient et qui dispersent**

Il ne faut pas confondre tonifier ou disperser un méridien et tonifier ou disperser un point.

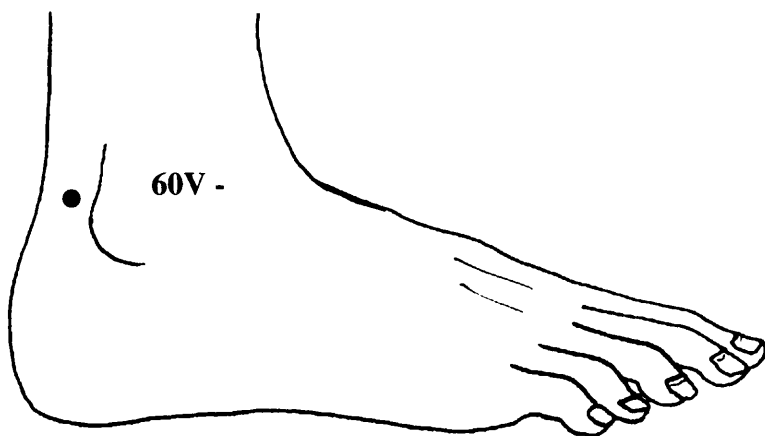
Seuls les points Source, de Tonification ou de Dispersion peuvent tonifier ou disperser le méridien. Tous les autres points du méridien peuvent tonifier ou disperser une fonction ou la région avec laquelle ils sont en rapport.

D'autre part, seuls les points de Tonification et de Dispersion sont influencés par les saisons et, de ce fait, pourront tonifier le méridien durant une certaine saison et pourront le disperser durant une autre. Par exemple, le 9P tonifie surtout dans sa saison, c'est-à-dire l'automne, mais comme il est point Source, il peut également tonifier durant les autres saisons, sauf en été où il est dispersant. Autrement dit, si l'on veut disperser le méridien en été, on utilisera le 9P et, si l'on veut le tonifier, on stimulera le 11P qui tonifie à cette saison.

Il est intéressant de noter que tous les points de Tonification et de Dispersion sont toujours situés aux extrémités des membres, sous le coude ou le genou. Il n'y a pas de point de Tonification ou de Dispersion du méridien sur le tronc. On peut toutefois tonifier ou disperser un point sur le tronc pour son propre compte tel le 2P qui a une action dans son secteur, c'est-à-dire sous la clavicule, ou l'organe poumons.

## Pour vous Mesdames

Ne stimulez jamais les points durant les règles. Le 60V est le seul point autorisé (en dispersion). Il calme les douleurs.



**60V** : Situé juste derrière la malléole externe.

Certains points sont également déconseillés pendant la grossesse. Ils sont alors indiqués sous "*Précaution*".

### ***3. Méridiens Principaux*** ***Physiologie énergétique et*** ***points les plus importants***

---

## **MP Poumons**

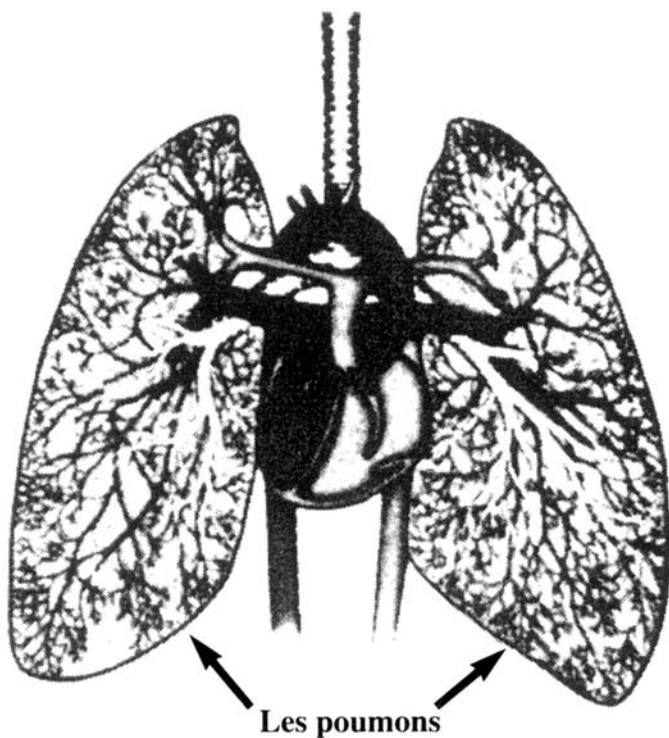
<b>Polarité :</b>	Yin.
<b>Méridien couplé :</b>	MP Gros Intestin.
<b>Élément :</b>	Métal.
<b>Saison :</b>	Automne.
<b>Couleur :</b>	Blanc.
<b>Situation :</b>	Ouest.
<b>Tissu organique :</b>	Peau.
<b>Fonction organique :</b>	Récupération de l'oxygène et évacuation des déchets gazeux.
<b>Énergie psychique :</b>	Romantisme, tristesse.
<b>Magnitude énergétique :</b>	Entre 3 et 5 h 00 du matin.

### **Physiologie des poumons**

Le rôle des poumons est de laisser pénétrer l'oxygène dans le sang et de permettre l'évacuation de l'acide carbonique.

L'oxygène est absolument nécessaire aux réactions chimiques cellulaires qui entretiennent la vie. Mais ces mêmes réactions chimiques produisent du gaz carbonique qu'il faut éliminer au plus vite.

Ce passage à double sens est réalisé au niveau des alvéoles pulmonaires grâce à une différence de pression entre l'intérieur et l'extérieur ainsi que des différences de potentiel électro-ionique.



Les poumons

## **Le rapport poumons-cœur**

Le rythme cardiaque est influencé par le rythme respiratoire et inversement. En effet, il est possible de ralentir les battements rapides d'un cœur qui auraient été accélérés pendant un exercice ou une course par plusieurs respirations profondes contrôlées. C'est ce que font les yogis qui, grâce à cette technique, maîtrisent bien des fonctions principales. Ce rapport entre le cœur et les poumons explique pourquoi certains points du MP Poumons agissent sur les artères et la tension artérielle, tel le 9P.

## **Physiologie énergétique du MP Poumons**

Le couple Poumons-Gros Intestin appartient à l'élément Métal situé en automne, saison d'inspiration romantique par l'ambiance qui s'en dégage : les magnifiques teintes de la nature, le climat plus doux, le temps des récoltes, de la mise en conserves. Il convient donc de s'organiser en fonction de l'hiver qui approche. À la fin de l'automne, les feuilles nous quittent, les jours sont de plus en plus courts et le froid s'installe. La tristesse aussi : "Les feuilles mortes se ramassent à la pelle, les souvenirs et les chagrins aussi". C'est ainsi que le romantisme peut faire place à la mélancolie.

Et ce n'est pas pour rien que l'on peut noter chez les personnes dont les MP Poumons et Gros Intestin sont en insuffisance énergétique, une note de pessimisme dans leur comportement d'où l'intérêt de tonifier ces méridiens chez elles qui profitent de toutes les occasions pour se plaindre.

En regard de ce qui précède, voilà donc pourquoi il y a intérêt à équilibrer ce potentiel électro-ionique par la stimulation des points d'harmonisation. Le 9P est un excellent point à stimuler car il est à la fois un point de Tonification en automne, période de l'année la plus délicate, et point Source pendant toute l'année, lui conférant la propriété d'améliorer la physiologie respiratoire non seulement au niveau des Poumons, mais également et surtout au niveau cellulaire. Ceci explique ses actions bienfaisantes sur l'ensemble du corps composé de milliards de cellules vivantes.

Le 9P agit sur :

1. La nervosité et le sommeil, car n'oublions pas que les cellules nerveuses ont besoin de 5 fois plus d'oxygène que les autres cellules.
2. Les artères, la qualité du sang et la pression artérielle. (Le sang plus fluide car étant plus riche en oxygène et plus pauvre en gaz carbonique permet d'éviter les agglomérats. Il se dynamise donc et circule beaucoup mieux, d'où plus grande vitalité.)
3. La tristesse, le pessimisme et la mélancolie. (Nous avons vu auparavant dans la Loi des 5 éléments que les insuffisances énergétiques au niveau du MP Poumons inclinaient à la tristesse. Dès lors, on comprend pourquoi la tonification du 9P est tout indiquée chez les sujets plaintifs, mélancoliques et tristes. Il serait également souhaitable d'y ajouter la stimulation du point de la *Joie de vivre*, le 3C, que nous étudierons avec le MP Cœur.

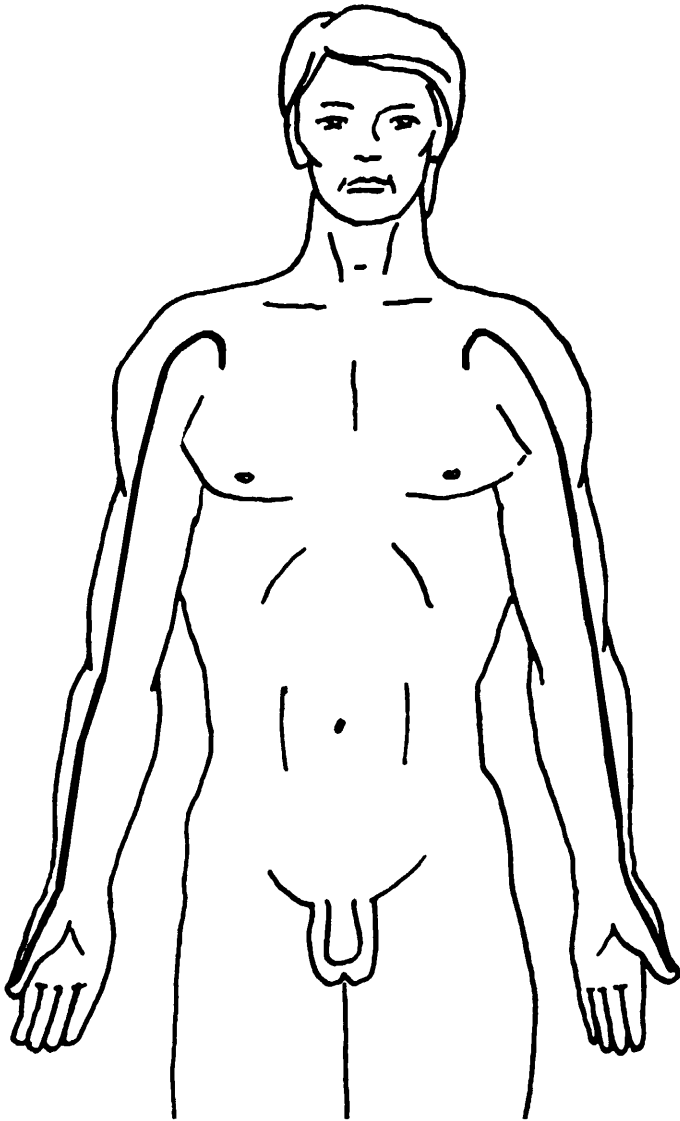
## **Trajet du MP Poumons**

Le MP Poumons commence sur le thorax entre la première et la deuxième côte et se termine au pouce au niveau de l'angle unguéal, du côté externe.

## **Douleurs sur le trajet du MP Poumons**

Douleur au pouce, au poignet du côté pouce, à l'avant-bras antérieur, au centre du coude antérieur, au bras au niveau du biceps, à l'épaule antérieure.





**Le trajet du MP Poumons**

## **Que faire s'il y a douleur sur le trajet du MP Poumons**

Tonifier le point Ting des 2 côtés :	11P +
Tonifier le point de Tonification du côté de la douleur :	9P +
Disperser les points encadrant la douleur :	-
Tonifier le point de Rencontre des 2 côtés :	22VB +

## **Manifestations d'excès énergétique du MP Poumons**

Toux, éternuement, sécheresse et irritation de la gorge, sécheresse du nez, conformisme outrancier.

## **Comment disperser le MP Poumons en cas d'excès**

Au printemps :	10P -	En automne :	5P -
En été :	9P -	En hiver :	1P -
En fin d'été :	8P -		

## **Manifestations d'insuffisance énergétique du MP Poumons**

Maux de gorge fréquents, teint pâle, hypotension, voix faible, mélancolie.

## **Comment tonifier le MP Poumons en cas d'insuffisance**

Au printemps :	5P +	En automne :	9P +
En été :	11P +	En hiver :	8P +
En fin d'été :	10P +		

## Points les plus importants du MP Poumons

### 1P : *Point Mo*

Situé sur le bord supérieur de la deuxième côte, sous le 2P dont il est séparé par la première côte.

Agit directement sur les Poumons.

En cas de froid, pour éviter la grippe (+).

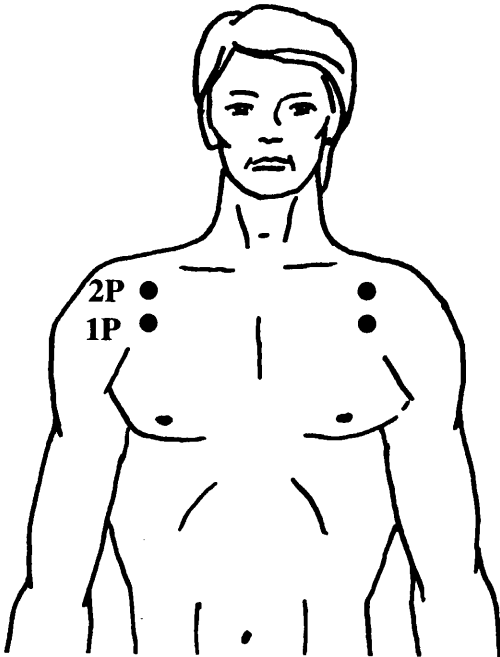
Toux avec inflammation des poumons (-).

**2P :** Situé dans la concavité inférieure de la clavicule, dans le creux qui s'accroît en portant l'épaule vers l'avant.

Agit directement sur les Poumons.

En cas de froid, pour éviter la grippe (+).

Toux avec inflammation des poumons (-).



**5P :** Situé au milieu du pli de flexion du coude, contre le tendon du biceps.

Ce point disperse le méridien Poumons dans sa saison, l'automne, et le tonifie au printemps.

En toutes saisons, il peut agir sur les cas suivants :

Éternuement (-).

Douleur au coude (-).

**7P :** *Point Clé Important*

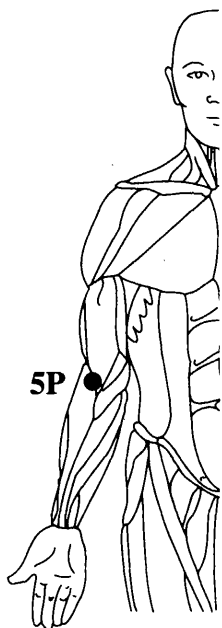
*Point Lo*

Situé dans la gouttière radiale où l'on sent battre l'artère, à 3 travers de doigts au-dessus du pli du poignet, c'est-à-dire au-dessus de la styloïde radiale.

Pour faire avorter une crise d'asthme (-).

Pour stopper une toux (-).

Pour calmer une brûlure, un coup de soleil (-).



**8P :** Situé dans la gouttière radiale, au niveau de la styloïde radiale.

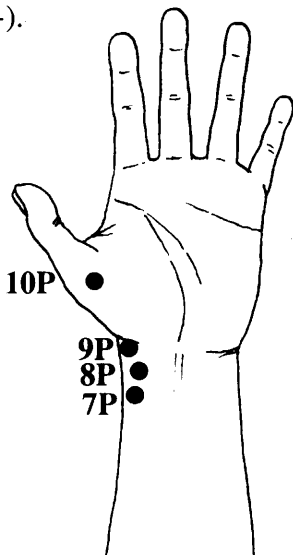
Ce point tonifie le méridien Poumons en hiver et le disperse en fin d'été.

En toutes saisons, il peut agir sur les cas suivants :

Douleur à la main, au poignet, au pouce (-).

Laryngite (-).

Nez sec (-).



**9P :** *Point Source*

*Point Starter du Sommeil*

Situé dans la gouttière radiale, sur le pli du poignet, c'est-à-dire avant la styloïde radiale.

Ce point tonifie le méridien Poumons dans sa saison, l'automne, et le disperse en été.

En toutes saisons, il peut agir sur les cas suivants :

A une action favorable sur les artères.

Pour redonner du tonus en cas d'hypotension (+).

Pour redonner du tonus en cas de tristesse (+) associé aux 36E (+), 6Rt (+) et 3C (-).

**10P :** Situé en plein milieu du premier métacarpien, sur l'éminence thénar, au niveau de l'insertion du bord interne du muscle du court abducteur du pouce.

Ce point tonifie le méridien Poumons en fin d'été et le disperse au printemps.

En toutes saisons, il peut agir sur les cas suivants :

Douleur au pouce (-).

Aphonie par irritation de la gorge (-).

Intoxication alcoolique (-).

**11P :** *Point Ting*

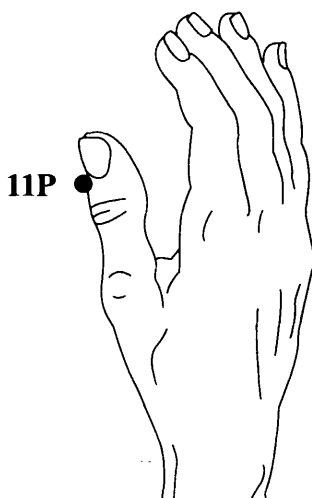
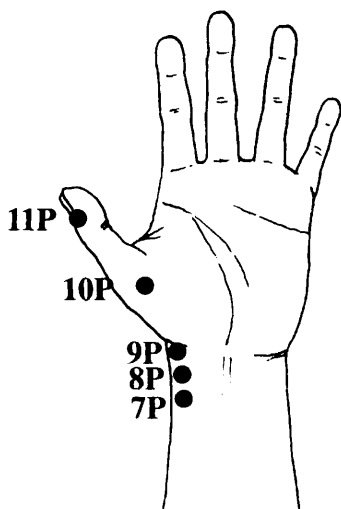
Situé à l'angle unguéal du pouce.

Ce point tonifie le méridien Poumons en été et le disperse en hiver.

En toutes saisons, il peut agir sur le cas suivant :

Mal de gorge (+).

Très efficace chez les enfants.

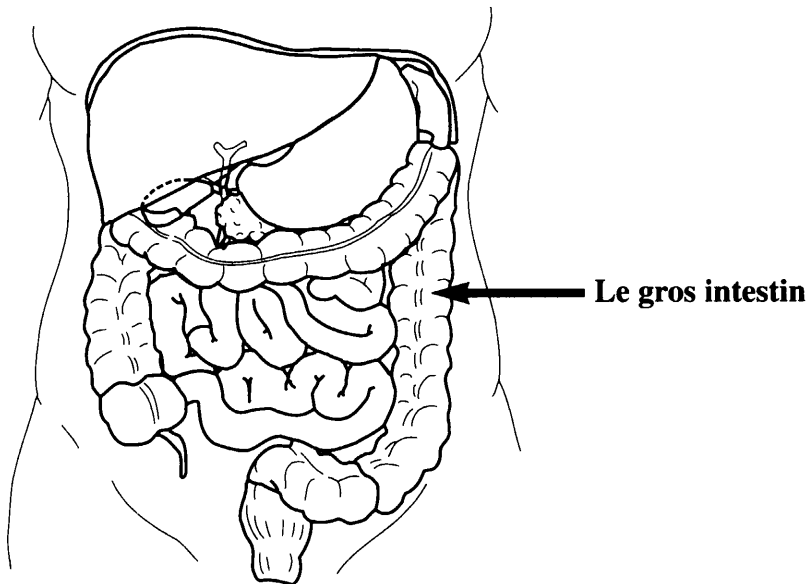


## MP Gros Intestin

<b>Polarité :</b>	Yang.
<b>Méridien couplé :</b>	MP Poumons.
<b>Élément :</b>	Métal.
<b>Saison :</b>	Automne.
<b>Couleur :</b>	Blanc.
<b>Situation :</b>	Ouest.
<b>Tissu organique :</b>	Peau.
<b>Fonction organique :</b>	Récupération et évacuation des déchets solides.
<b>Énergie psychique :</b>	Romantisme, tristesse.
<b>Magnitude énergétique :</b>	Entre 5 et 7 h 00 du matin.

### Physiologie du gros intestin

Les substances non absorbées durant la phase digestive se dirigent dans le gros intestin qui ne mesure que 1,5 mètre de long, mais dont le diamètre est trois fois plus gros que celui de l'intestin grêle. Le rôle du gros intestin n'est pas seulement celui de la défécation ; il s'y passe des phénomènes importants comme la production de certaines vitamines, notamment la vitamine K et les vitamines B. Une partie de l'eau et de sels minéraux contenue dans les déchets de cette digestion est réabsorbée au niveau du gros intestin. Les aliments n'ayant pas été digérés sont acheminés vers l'extérieur. C'est l'étape finale de la phase digestive.



## **Physiologie énergétique du MP Gros Intestin**

Nous avons vu que le MP Gros Intestin est couplé avec le MP Poumons appartenant à l'élément Métal, situé en automne, saison des récoltes (récupération, entrée) des conserves (organisation, prévoyance), des fumures (récupération de l'élimination, c'est-à-dire sortie = entrée). L'automne implique une organisation tenant compte de la comptabilité des entrées et des sorties. Tout comme le gros intestin qui récupère l'eau de la digestion, des sels minéraux, des vitamines et l'élimination des déchets qui peuvent servir aux fumures afin de générer la vie organique de la Terre.

Les individus en insuffisance énergétique Gros Intestin peuvent avoir de la difficulté à s'organiser, à faire de l'ordre dans leurs idées et dans leur mode de vie en général.



Les individus en excès, tout au contraire, risquent d'être des maniaques de l'organisation, d'avoir l'esprit critique outrancier et de vouloir imposer leurs idées aux autres.

Une insuffisance énergétique au niveau du Gros Intestin peut donc occasionner tout aussi bien de la constipation atonique par paresse des muscles intestinaux, que de la diarrhée, que des difficultés à s'organiser ou à faire des économies...

Le 11GI sera donc un excellent point à stimuler, étant le point de Tonification du Gros Intestin en automne, car il peut agir tout aussi bien sur une constipation atonique, une diarrhée banale, des troubles dermatologiques tels peau sèche, acné, urticaire, que sur le manque d'organisation ou une mauvaise gestion de son économie énergétique. En dehors de l'automne, nous utiliserons en hiver le 1GI, au printemps le 2GI et en été le 4GI.

## **Trajet du MP Gros Intestin**

Le MP Gros Intestin commence à l'angle unguéal de l'index, du côté du pouce, monte sur le bord externe de l'avant-bras, du bras, de l'épaule et du cou et se termine au nez.

## **Douleurs sur le trajet du MP Gros Intestin**

Ne soyons pas étonnés qu'une douleur au niveau de l'index, du poignet, du coude (tennis elbow), de l'épaule, de la gorge, des dents ou qu'un nez bouché puissent être en rapport avec un trouble du Gros Intestin et qu'ils puissent être traités par certains points du MP Gros Intestin.