

## ***Moxibustion\* sur nombril, compagnon de votre santé et longévité***

Dans la médecine occidentale, le nombril est une cicatrice après la naissance. Nous savons que le fœtus est nourri par le cordon ombilical, nous pouvons dire que sans ce cordon, la vie n'existe pas.

La médecine traditionnelle chinoise appelle le nombril "**ShenQue**"

"*Shen*" est la vitalité de l'âme, et "*Que*" est la porte de la ville de l'Empereur. Cela montre l'importance du nombril.

***ShenQue est un point important dans le corps humain d'après la médecine chinoise, c'est également le point le plus important dans la recherche de longévité.***

*ShenQue* est relié à tous les organes internes de notre corps, il se situe sur le méridien Ren Mai (Vaisseau Conception, sur le devant du corps) et est en regard avec le point *MingMen* situé sur le méridien Du Mai (Vaisseau Gouverneur, sur méridien dans le dos).

Ces deux points montrent que le Yin et le Yang sont reliés ensemble. C'est l'endroit de l'énergie et de la vitalité. Ainsi, en pratiquant la moxibustion au niveau du nombril, c'est construire un approvisionnement en l'énergie et vitalité. Cela permet de nourrir l'énergie de notre corps, pour que le Qi et le Sang circulent parfaitement dans notre corps et que le Yin et le Yang soient équilibrés. Nous serons alors plein d'énergie, très en forme.

### **VC 8 - Shen Jue 神闕 - Palais de l'Esprit ou Porte de la Vitalité -**

Un traitement à travers ce point peut

- restaurer le Yang,
- **fortifier et renforcer le Yang de la Rate** (froid dans l'abdomen, diarrhées chroniques dues à un vide de Yang de la Rate, borborygmes, douleurs abdominales, diarrhée chez les personnes âgées et les enfants, prolapsus du rectum, oedèmes)
- réchauffer et fortifier les Reins,
- régulariser l'intestin,
- réchauffer et tonifier le Yang
- stimuler la circulation de l'énergie vitale,
- favoriser l'élimination de l'humidité corporelle,
- éliminer la stagnation,
- régulariser la menstruation,
- perdre du poids,
- rajeuni des cellules,
- ralenti le vieillissement
- tonifier le Qi Originel - *Yuan Qi* (difficultés à concevoir)
- ...



***C'est une véritable protection de santé et de beauté.***

Le point Shen Jue est principalement traité par moxibustion dite indirecte, en utilisant des cônes de moxas placés sur une rondelle de gingembre, le tout posé sur le nombril.

*\*Pour plus d'information sur la moxibustion, se reporter sur la fiche correspondante.*