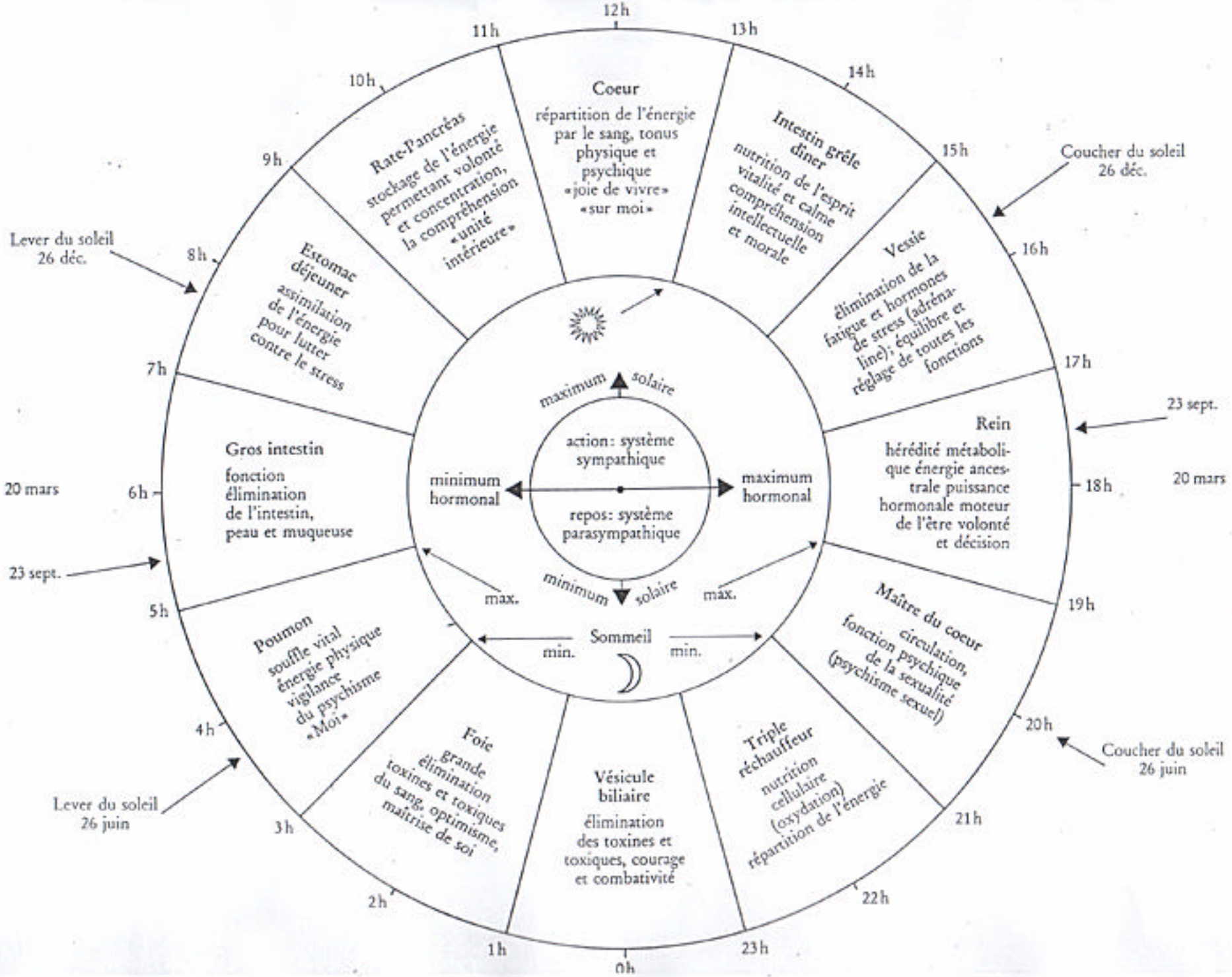
12h
13h
14h
15h
16h
17h
18h
19h
20h
21h
22h
23h
0h
1h
2h
3h
4h
5h
6h
7h
8h
9h
10h
11h
Coeur
répartition de l'énergie par le sang, tonus physique et psychique «joie de vivre» «sur moi»
Intestin grêle dîner
nutrition de l'esprit vitalité et calme compréhension intellectuelle et morale
Vessie
élimination de la fatigue et hormones de stress (adrénaline); équilibre et réglage de toutes les fonctions
Rein
hérédité métabolique énergie ancestrale puissance hormonale moteur de l'être volonté et décision
Maître du coeur
circulation, fonction psychique de la sexualité (psychisme sexuel)
Triple réchauffeur
nutrition cellulaire (oxydation) répartition de l'énergie
Vésicule biliaire
élimination des toxines et toxiques, courage et combativité
Foie
grande élimination toxines et toxiques du sang, optimisme, maîtrise de soi
Poumon
souffle vital énergie physique vigilance du psychisme «Moi»
Gros intestin
fonction élimination de l'intestin, peau et muqueuse
Estomac déjeuner
assimilation de l'énergie pour lutter contre le stress
Rate-Pancréas
stockage de l'énergie permettant volonté et concentration, la compréhension «unité intérieure»
maximum solaire
action: système sympathique
minimum hormonal
maximum hormonal
repos: système parasympathique
minimum solaire
max.
max.
Sommeil
min.
min.
Coucher du soleil 26 déc.
23 sept.
20 mars
Coucher du soleil 26 juin
Lever du soleil 26 juin
23 sept.
20 mars
Lever du soleil 26 déc.