La notion de Yin/Yang

Quand on pense aux cultures d'Extrême-Orient et au symbolisme qui leur est associé, l'un des premiers symboles qui vient à l'esprit est certainement le **Yin Yang**.

Faisant partie intégrante de la **philosophie chinoise**, le symbole Yin Yang est considéré comme la représentation de la double nature des choses, comme le bien et le mal, le clair et l'obscurité, le positif et le négatif.

La signification et le symbole du yin yang remontent à la Chine antique. Le symbole représente la croyance que tout dans l'univers est constitué de **deux forces opposées mais complémentaires**.

Selon la philosophie du yin yang, l'univers et tout ce qu'il contient sont à la fois constants et cycliques. Dans ce cycle infini, une force domine et est ensuite remplacée par la force opposée.

Voici des exemples illustrant la philosophie du yin yang

1. La vie et la mort
2. Le ciel et la terre
3. La nuit et le jour
4. LA bonne santé et la maladie
5. La pauvreté et la richesse
6. Le cycle des saisons du printemps à l'hiver
7. Le froid et le chaud
8. Le positif et le négatif
9. Etc...

1. Ying et Yang ne sont pas absolus

Le premier principe suggère que rien n'est complètement Yin ou Yang, ou en d'autres termes, rien n'est 100% sombre ou clair.
Le Yin et le Yang contiennent tout deux le point de départ de l'autre.
Le Yin et le Yang dépendent de la définition du contraire pour être vrai et complet. Le jour se transformant en nuit et la nuit se transformant en jour en est le parfait exemple.

2. Yin et Yang forment un tout

Ni le Yin ni le Yang ne peuvent exister ou être complets sans l'autre.
Lorsqu'un aspect de l'un augmente ou diminue, l'autre sera affecté de la manière opposée .

Symbole du Yin Yang : Signification et symbolisme

Avec ses moitiés blanches et noires en contraste total, le symbole Yin Yang représente le bien et le mal, la lumière et les ténèbres dans le monde. Il montre comment des forces telles que le bien et le mal, qui sont apparemment opposées, sont en fait profondément entrelacées, interconnectées et **complémentaires**, tout en étant des entités indépendantes dans le monde naturel.

Quand on pense aux cultures d'Extrême-Orient et au symbolisme qui leur est associé, l'un des premiers symboles qui vient à l'esprit est certainement le **Yin Yang**.

Faisant partie intégrante de la **philosophie chinoise**, le symbole Yin Yang est considéré comme la représentation de la double nature des choses, comme le bien et le mal, le clair et l'obscurité, le positif et le négatif.

La signification et le symbole du yin yang remontent à la Chine antique. Le symbole représente la croyance que tout dans l'univers est constitué de **deux forces opposées mais complémentaires**.

Selon la philosophie du yin yang, l'univers et tout ce qu'il contient sont à la fois constants et cycliques. Dans ce cycle infini, une force domine et est ensuite remplacée par la force opposée.

Le symbole du yin yang, également connu sous le nom de **Tai Chi** ou **Taiqi**, est constitué d'un cercle divisé en deux parties égales en noir et blanc par un S inversé.

Dans la section noire se trouve un petit cercle de blanc. À l'intérieur de la section blanche se trouve un petit cercle de noir.

Chacun des aspects individuels du symbole du yin yang a une signification significative, tout comme l'ensemble du yin yang.

Vous pouvez être témoin de la perfection du yin et du yang dans la nature. Il y a la naissance (printemps), la croissance (été), le vieillissement (automne) et la mort (hiver). Le cycle recommence alors avec le printemps. C'est le cycle d'existence de la nature dans l'équilibre et l'harmonie.

Les marées océaniques diurnes et nocturnes qui sont cycliques et s'élèvent et tombent dans un mouvement continu sans fin.

Jour et nuit : la rotation de la Terre génère le modèle du soleil levant et du soleil couchant. Cela génère jour et nuit.

Pluie : C'est le cycle de l'eau de la Terre. La pluie est générée par la chaleur, l'humidité et le mouvement ascendant des gouttelettes qui deviennent lourdes et tombent ensuite dans un mouvement descendant.

Le Qigong est basé sur les schémas de respiration et de mouvement physique. La connaissance des schémas corporels forme la base de cette pratique taoïste pour garder un corps sain. Le corps humain et ses mouvements sont divisés selon les catégories Yin et Yang. Ainsi, le haut du corps correspond au Yang, tandis que le bas du corps s'enracine dans le Yin. Le centre du corps est l'endroit où le Yin et le Yang se rencontrent.

Les exercices de Qi Gong sont regroupés et expliqués en termes de Yin et Yang pour aider à classer les harmonies du corps dans une pratique de travail. La connaissance du Yin ou du Yang n'est pas nécessaire pour pratiquer le Qi Gong. Il s'agit plutôt d'un filtre supplémentaire qui aide les gens à se connecter à la pratique.