

JUILLET 2013

Extrait du livre de **Dr Frank Ros**, «*L'acupuncture ayurvédique*», éditions Véga, 2005 :

«*L'Ayurvéda* considère que le corps est divisé en deux moitiés opposées mais interdépendantes, une moitié gauche et une moitié droite. La moitié gauche sous le contrôle de l'**Ida Nadi** (canal), est en général fraîche. La moitié droite, sous le contrôle de **Surya Nadi** (canal du **soleil**), est généralement tiède. Naturellement la différence de température entre les deux côtés n'est pas normalement perceptible.

Le canal **Ida** prend naissance dans la **narine gauche** et est influencé par l'énergie lunaire qui est de nature froide. Grâce à ce canal l'air frais pénètre dans le corps. D'autre part, le canal **Surya** (ou **Pingala**), est influencé par le soleil et est chaud de nature. Ce canal prend son origine dans la narine droite. Grâce à lui, l'air tiède pénètre dans le corps.» (page 108)

«Le côté **gauche** du corps est relié à l'énergie **négative** qui possède des caractéristiques **Kapha** et **Vata**. Aussi de nombreuses maladies en rapport avec ces deux humeurs affectent-elles le côté gauche du corps. Étant donné qu'une **femme** est en relation directe avec les humeurs **kapha/Vata**, elle est également sous l'influence de la **lune**, tout comme l'**Eau**.

Le côté **droit** du corps est relié à l'énergie **positive** qui possède des caractéristiques **Pitta**. De nombreuses maladies de type **Pitta** frappent l'**homme** (qui est plus **Pitta** que la femme) et le côté droit du corps.

La **rate**, organe **Kapha**, exerce une influence d'ordre physique sur le côté gauche du corps et **Kapha**. Le **foie**, étant en relation avec **Pitta**, exerce une influence semblable sur le comportement de **Pitta**.

Quand une personne est couchée sur un côté du corps, cela a tendance à neutraliser un des deux organes mentionnés ci-dessus et permet à l'autre côté, contrôlé par l'organe opposé de manifester avec plus de force ses qualités.

Ainsi, quand on se **couche sur le côté droit**, cela neutralise la fonction du **foie** (et **Pitta**), ce qui permet à la **rate** et à **Kapha** de renforcer leur action. En conséquence un dysfonctionnement de type **kapha** peut être aggravé. De même une aggravation de type **Pitta** peut se produire quand on **se couche sur le côté gauche**, car on neutralise **Kapha** et on permet à **Pitta** de se renforcer.

Selon l'**Ayurvéda**, l'**homme** est relié à l'énergie **positive**. Ce qui implique un lien avec **Pitta**, le **feu**, l'**éther** et le **côté droit** du corps. Voilà sans doute pourquoi les hommes sont plus souvent victimes de crises cardiaques (dysfonctionnement de **Pitta** en règle générale).

Selon l'**Ayurvéda**, la **femme** est concernée par l'énergie **négative** à laquelle elle est reliée. L'énergie **négative (féminine)** n'est pas moins important que l'énergie **positive (masculine)**. Toutes deux sont essentielles.» (Page 110)

**N.B.** :

- 1- Féminin est «yin», magnétique, pôle réceptif, gauche, bas, devant
  - 2- Masculin est «yang», électrique, pôle émissif, droit, haut, derrière
- Le caractère **gras** du texte a été ajouté à la transcription pour la clarté du texte