

Les Cinq Substances

Les cinq principales Substances de base et leur traduction approximative sont répertoriées dans le tableau suivant:

Mot chinois	Traduction approximative
Jing	Essence, Energie Ancestrale
Shen	Esprit
Qi	Energie
Xue	Sang
Jin Ye	Liquides Organiques

Le mot Qi est préférable à celui d'Energie car ce dernier renvoie à l'énergie par opposition à la matière. En MTC, le couple énergie/matière forme un continuum. Le Qi possède à la fois des propriétés de l'énergie et des propriétés de la matière.

De la même façon, le terme de Shen a été préféré à celui d'Esprit, car ce dernier signifie l'esprit en tant qu'opposé au corps, le spirituel opposé au matériel, alors qu'en MTC, le Shen possède également certains aspects matériels.

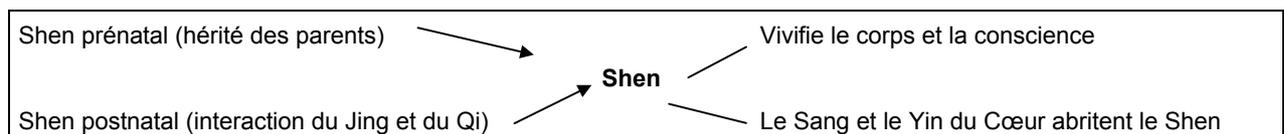
Le tableau suivant présente les principales fonctions des cinq Substances de base, leur localisation et les principaux organes (Zang) qui leur sont associés.

Les fonctions des Substances

Substance	Principaux Zang associés	Fonctions	Localisation
Jing	Rein	Active les transformations, contrôle la croissance, le développement et la reproduction	Dans les 8 Méridiens Curieux et les Jing Luo, stocké dans Shen
Shen	Cœur	Vivifie le corps et la conscience	Réside au Cœur
Qi	Poumon, Rein, Rate	Circule, réchauffe, transforme, protège, retient et nourrit	A l'intérieur et à l'extérieur des Jing Luo et Xue Mai
Sang	Cœur, Foie, Rate	Nourrit et humidifie	Dans les Xue Mai et Jing Luo
Liquides Organiques	Rein, Poumon, Rate	Humidifient et nourrissent	Dans tout le corps

San Bao (Trois Trésors) : Shen, Jing et Qi

Le Shen



Le Shen prénatal est hérité des parents et le Shen postnatal provient de l'interaction du Jing et du Qi dont il est la manifestation. Le Sang du Cœur et le Yin du Cœur lui fournissent un logis, car en MTC la conscience réside non tant dans le Cerveau que dans Xin (le Cœur). Shen donne de la vie au Corps et à la conscience et constitue la force de la personnalité.

Ensemble, Jing, Qi et Shen forment San Bao ou les Trois Trésors

Dans la médecine chinoise, la vie repose sur ces 3 concepts.

Shen

Le mot Shen peut avoir différents sens, et en médecine chinoise il est au moins utilisé dans deux contextes différents.

- Premièrement, Shen indique l'ensemble des facultés mentales qui sont supposées "résider" au Cœur. Dans ce sens là, le Shen correspond à l'esprit et il est spécifiquement associé au Cœur.
- Deuxièmement, Shen s'utilise aussi pour évoquer toute la sphère des aspects émotionnels, mentaux et spirituels de l'être humain. Dans ce sens, il n'est pas seulement associé au Cœur, mais il englobe tous les phénomènes émotionnels, mentaux et spirituels associés à tous les autres viscères et plus particulièrement aux viscères yin.

Voyons maintenant la nature et les fonctions de l'esprit, pris dans le premier sens évoqué ci-dessus.

Selon la médecine chinoise, l'activité mentale et la conscience "résident" au Cœur, ce qui signifie que l'état du Cœur (et du sang) a des répercussions sur les activités mentales, y compris sur l'état émotionnel de l'individu. Cinq fonctions sont plus particulièrement affectées par l'état du Cœur :

- (i) l'activité mentale (y compris les émotions),
- (ii) la conscience,
- (iii) la mémoire,
- (iv) la pensée,
- (v) le sommeil.

Si le Cœur est vigoureux et le sang abondant, l'activité mentale est normale, la vie émotionnelle équilibrée, la conscience claire, la mémoire bonne, la pensée vive et le sommeil bon. Un Cœur faible et un sang insuffisant entraînent des problèmes mentaux (comme la dépression), une mauvaise mémoire, une pensée émoussée, des insomnies ou de la somnolence, et dans les cas extrêmes, des pertes de connaissance. Au chapitre 9 des questions simples, énonce: "le Cœur a le contrôle de l'esprit". Au chapitre 71 de l'axe spirituel, il est dit : "le Cœur ... est la résidence de l'esprit".

Ainsi, certaines des fonctions du Cœur qui sont associées à l'esprit (comme la mémoire et l'intelligence), correspondent aux activités mentales du cerveau, envisagées selon la médecine moderne. Par exemple, les capacités intellectuelles des enfants souffrant de retard mental peuvent, dans une certaine mesure, être améliorées lorsque l'on tonifie le Cœur.

La fonction que possède le Cœur d'abriter l'esprit dépend d'une nutrition correcte du sang et réciproquement, sa fonction de gouverneur du sang est liée à l'esprit. Ainsi, il existe une relation de dépendance mutuelle entre la fonction qui consiste à gouverner le sang et celle qui consiste à abriter l'esprit. Le sang est la racine de l'esprit. Ce concept a son importance en pratique car le sang du Cœur étant la racine de l'esprit, il le contient et le stabilise, de sorte que l'esprit peut alors être calme et heureux. Si le sang du Cœur est insuffisant et ne peut stabiliser l'esprit, apparaissent l'agitation mentale, la dépression, l'anxiété et l'insomnie. Inversement, l'agitation mentale, les problèmes émotionnels et la tristesse peuvent entraîner un vide de sang du Cœur avec palpitations, teint pâle, pouls faible et irrégulier.

En plus de cet aspect de l'activité mentale, l'esprit influence également l'état émotionnel de l'individu. Si le Cœur est vigoureux, l'esprit l'est aussi et l'individu est heureux. Si le Cœur est faible, l'esprit manque de vitalité et l'individu est triste, déprimé et n'a goût à rien. Si le Cœur souffre de plénitude, l'esprit en est affecté et l'individu peut présenter des signes de maladie mentale tels que des symptômes d'un état maniaco-dépressif. Bien entendu, tout ceci est schématique et simplifié, car l'état émotionnel d'une personne est également en relation avec l'état de tous les autres viscères.

Sur le plan émotionnel, l'état du Cœur détermine la capacité d'une personne à entretenir des relations humaines positives. Un Cœur et un esprit vigoureux ont une influence bénéfique sur notre capacité à entretenir de bonnes relations avec les autres et, inversement, des problèmes émotionnels dus à des difficultés relationnelles peuvent affaiblir le Cœur et l'esprit.

La médecine chinoise considère que l'esprit entretient des liens très étroits avec le corps. L'essence et le Qi fournissent une base matérielle à l'esprit. Si l'essence est florissante et le Qi vigoureux, l'esprit est heureux et calme. Inversement, si l'essence est faible et le Qi insuffisant, l'esprit souffre. C'est pourquoi l'éclat des yeux reflète à la fois l'état de l'essence et celui de l'esprit. L'essence, le Qi et l'esprit sont appelés les "trois trésors".

Envisageons à présent le deuxième sens que l'on donne au mot Shen, autrement dit non plus l'esprit qui réside au Cœur, mais l'ensemble des aspects émotionnels, mentaux et spirituels de l'être humain. Dans ce

sens, le Shen n'est pas uniquement associé au Cœur, mais il englobe les aspects mentaux et spirituels associés aux autres viscères, et plus particulièrement aux viscères yin. Il serait donc faux de limiter notre vie mentale et spirituelle à son identification avec le Cœur. Les 5 viscères yin influencent les émotions, l'esprit et la pensée d'une façon ou d'une autre.

Chacun des 5 viscères Yin est associé à un aspect mental précis :

- L'esprit (Shen) est associé au Cœur.
- L'âme éthérée (Hun) est associée au Foie.
- L'âme corporelle (Po) est associée au Poumon.
- La volonté (Zhi) est associée au Rein.
- La pensée (Yi) est associée à la Rate.

Au chapitre 23 des questions simples, il est écrit : "Le Cœur abrite l'esprit (Shen), le poumon abrite l'âme corporelle (Po), le foie abrite l'âme éthérée (Hun), la rate abrite la pensée (Yi) et le rein abrite la volonté (Zhi). Le commentaire, inspiré également par des extraits de l'axe spirituel, ajoute : "L'esprit est une transformation de l'essence et du Qi ; les deux essences (c'est-à-dire l'essence du ciel antérieur et l'essence du ciel postérieur), contribuent à la formation de l'esprit. L'âme corporelle est l'assistante de l'essence et du Qi: elle est fort proche de l'essence mais elle entre et sort. L'âme éthérée complète l'esprit et le Qi: elle est fort proche de l'esprit, mais elle va et vient. La pensée correspond à la mémoire: c'est la mémoire qui dépend du Cœur. La volonté est comme un esprit qui aurait un but et une visée: le rein stocke l'essence ... Et grâce à la volonté il peut réaliser notre destinée ".

Cet ensemble de cinq phénomènes mentaux et spirituels représente la façon dont la médecine chinoise conçoit le corps et l'esprit. Chacun de ces phénomènes sera détaillé dans le chapitre consacré au viscère qui lui correspond.

L'âme éthérée, appelée Hun

L'âme éthérée (Hun) qui est associée au foie correspond globalement à notre concept occidental "d'âme". Selon d'anciennes croyances chinoises, elle entre dans le corps peu de temps après la naissance. Elle est éthérée par nature, par opposition à l'âme corporelle qui est physique, et elle survit au corps après la mort. L'âme éthérée peut être décrite comme "cette partie de l'âme qui [contrairement à l'âme corporelle] quitte le corps lorsqu'il meurt et prend alors une espèce de forme physique". Ceci est fort proche de la conception des grecs de l'antiquité qui considéraient l'esprit en tant que pneuma (qui signifie "souffle") et "l'âme" en tant que psyché (qui signifie "vent" ou "souffle Vital").

L'âme éthérée, appelée Hun en chinois, représente l'aspect mental et spirituel du foie. Au chapitre 9 des questions simples, on lit: "Le foie est la résidence de l'âme éthérée". Le concept d'Ame Éthérée est étroitement lié aux anciennes croyances chinoises dans les "esprits" et les "démons". Selon ces croyances, les esprits et les démons sont des créatures qui, par certains côtés, sont proches de l'âme, qui ont conservé une apparence physique mais qui errent de par le monde des âmes. Certains sont bons, d'autres mauvais. Avant l'époque des royaumes combattants (476-221 av. J.C.), ces esprits étaient tenus pour les principaux responsables des maladies. Après les royaumes combattants, les origines naturelles des maladies (comme les facteurs climatiques) ont supplanté ces croyances qui néanmoins, n'ont jamais vraiment disparu, même aujourd'hui. L'idéogramme qui représente Hun comporte le radical Gui, qui signifie "esprit", pris dans le sens mentionné ci-dessus, et le radical Yun, qui signifie "nuage". L'association de ces deux radicaux traduit la nature même de l'âme éthérée: elle est comme un «esprit», mais elle est de nature yang et éthérée, et elle est essentiellement inoffensive, c'est-à-dire qu'elle ne fait pas partie des esprits du mal (d'où la présence du radical "nuage").

L'âme éthérée est donc yang par nature (par opposition à l'âme corporelle) et, à la mort, elle survit au corps et retourne à un monde d'énergies subtiles et immatérielles.

On ne peut présenter correctement l'âme éthérée sans évoquer l'âme corporelle car en fait, elles sont les pôles opposés d'un même phénomène. L'âme corporelle représente un aspect très physique de l'âme, la partie indissociable du corps. A la mort, elle retourne à la terre. Le concept chinois "d'âme" englobe donc les deux notions d'âme éthérée et d'âme corporelle.

Le concept d'âme éthérée n'est pas particulièrement important en médecine chinoise comparé aux quatre autres aspects spirituels de l'individu (l'âme corporelle, l'esprit, la volonté et la pensée).

On dit que l'âme éthérée influence notre faculté à organiser notre vie et à lui trouver un sens. Lorsqu'une personne souffre de confusion mentale et que sa vie n'a plus de sens, on la compare à l'âme éthérée qui erre sans but dans l'espace et le temps. Ainsi donc, si le foie (et plus particulièrement le sang du foie) est resplendissant, l'âme éthérée a une base solide et peut nous aider à organiser notre vie avec sagesse et

perspicacité. Si le sang du foie est insuffisant, l'âme éthérée n'a pas de base solide et ne peut donner un sens à notre vie. Si le sang du foie ou le yin du foie sont très faibles, l'âme éthérée peut, à certains moments, quitter temporairement le corps la nuit, pendant le sommeil ou dans la phase d'endormissement. Les personnes qui souffrent d'un vide de yin important peuvent avoir la sensation de flotter pendant quelques instants, juste avant de s'endormir: on dit que cela provient de l'âme éthérée qui "flotte" car elle n'est pas enracinée dans le Sang et le Yin.

L'âme éthérée étant également en liaison avec l'esprit de décision, on dit qu'un sentiment vague de peur, la nuit, avant l'endormissement, est aussi le fait de la faiblesse des racines de l'âme éthérée.

Dans les discussions sur les maladies du sang, il est écrit: "Si le sang du foie est insuffisant, le feu agite l'âme éthérée et entraîne des pollutions nocturnes accompagnées de rêves". Ceci confirme le fait que l'âme éthérée peut se trouver sans racine, la nuit, lorsque le sang et le yin sont insuffisants.

L'âme corporelle (Po)

L'âme corporelle (Po) peut se définir comme "cette partie de l'âme qui (contrairement à l'âme éthérée), est indissolublement attachée au corps et retourne à la terre avec lui après la mort". L'âme corporelle est étroitement liée au corps et pourrait s'envisager en tant qu'expression de l'aspect somatique de l'âme. Comme il est fait mention dans la citation ci-dessus extraite des questions simples, l'âme corporelle est proche de l'essence et du Qi. Le classique des catégories (1624) dit: "L'âme corporelle bouge et agit, et (lorsqu'elle est active) on peut ressentir de la douleur et des démangeaisons". Cette citation souligne bien le côté physique de l'âme corporelle. C'est à elle que nous devons les sensations liées au toucher, à l'ouïe et à la vue.

Le poumon est considéré comme la résidence de l'âme corporelle (Po), qui est l'équivalent yin ou physique, de l'âme éthérée (Hun). Tout comme l'idéogramme de Hun, l'idéogramme de po contient le radical gui, qui signifie "esprit" ou "démon".

L'âme corporelle est la partie la plus physique et la plus matérielle de l'âme de l'être humain. On pourrait affirmer qu'elle est la manifestation somatique de l'âme. Dans le classique des catégories, Zhang Jie Bing dit : "L'âme corporelle bouge et agit... C'est grâce à elle que l'on ressent la douleur et les démangeaisons". Ceci revient à dire que c'est l'âme corporelle qui permet les sentiments, les sensations, l'ouïe et la vue. C'est elle qui nous permet de sentir le froid ou le chaud, les démangeaisons ou les douleurs. C'est également elle qui est responsable de l'instinct humain. Ainsi, grâce à l'âme corporelle, un nouveau-né peut spontanément pleurer et prendre le sein.

L'âme corporelle est étroitement liée à l'essence, elle pourrait être une manifestation de l'essence dans la sphère des sentiments et des sensations. L'essence est la base d'un corps sain, l'âme corporelle permet des sensations et des mouvements fins et justes.

Eu égard à sa relation avec le poumon, l'âme corporelle entretient de même une relation étroite avec la respiration. Les grecs de l'antiquité appelaient l'âme anima, ce qui veut également dire "vent ou souffle vital" et l'esprit, pneuma, ce qui veut également dire "souffle". L'âme corporelle, qui réside au poumon, est la manifestation même du souffle de la vie.

Sur le plan émotionnel, l'âme corporelle est directement affectée par des émotions telles que la tristesse ou le chagrin, qui répriment ses sentiments et bloquent ses mouvements. Comme l'âme corporelle réside au poumon, ces émotions ont des effets puissants et immédiats sur la respiration, que l'on peut considérer comme le battement de l'âme corporelle. La tristesse et le chagrin gênent l'âme corporelle, dispersent le Qi du poumon, et retiennent la respiration. Le souffle court et superficiel de la personne qui est triste et déprimée en est l'illustration. De la même façon, la respiration superficielle et rapide qui semble ne provenir que de la partie supérieure de la poitrine, presque de la gorge, est l'expression d'un blocage au niveau de l'âme corporelle et du Qi du poumon. C'est pourquoi il est souvent important de traiter le poumon en cas de problèmes émotionnels dus à la dépression, à la tristesse, au chagrin, à l'anxiété ou au deuil. Lie Que, P7, a un effet libérateur puissant sur les émotions refoulées, tandis que Po Hu, V 42, tonifie le Qi du poumon et raffermi l'âme corporelle (voir le chapitre sur la fonction des points). Ainsi donc, en pratique clinique, l'importance de l'âme corporelle est plus grande que celle de l'âme éthérée.

La volonté (Zhi)

La volonté (Zhi) réside au rein, c'est l'élan mental qui nous donne de la détermination et de la fermeté dans la poursuite de nos objectifs.

On dit, en médecine chinoise, que le rein est la "résidence" de la volonté (Zhi). Au chapitre 23 des questions simples, il est dit : "... Le rein abrite la volonté..... ce qui signifie que c'est le rein qui détermine la force de notre volonté. Si le rein est fort, la volonté l'est également, l'esprit est bien concentré sur les buts

qu'il s'est fixé et il les poursuit de façon déterminée. Par contre, si le rein est faible, l'individu va manquer de volonté, l'esprit sera facilement découragé et s'écartera des objectifs fixés.

Le manque de volonté et de motivation sont souvent des aspects importants de la dépression nerveuse, et le fait de tonifier le rein donne bien souvent de très bons résultats.

Pensée (Yi)

La pensée (Yi) réside à la rate et correspond à notre capacité de penser, étudier, nous concentrer et mémoriser. Bien que la pensée réside à la rate, le Cœur exerce également une influence sur la pensée et la mémoire, comme nous l'avons vu plus haut dans la citation tirée des questions simples (chapitre 23).

On dit que la rate est la résidence de la pensée, ce qui revient à dire que la rate influence notre capacité à penser, à étudier, à nous concentrer, à fixer notre attention et à mémoriser.

Si le Qi de la rate est vigoureux, notre pensée est claire et nous sommes capables de nous concentrer et de mémoriser facilement. Si le Qi de la rate est faible, la pensée est lente, la concentration relâchée, la mémoire défaillante. Inversement, trop étudier, trop travailler intellectuellement, ou devoir se concentrer de façon continue et prolongée peut affaiblir la rate.

La rate, le Cœur et le rein exercent tous une influence sur la pensée et la mémoire, sous des formes différentes. La rate influence notre capacité de penser prise au sens de l'étude, de la concentration et de la mémorisation nécessitées par le travail intellectuel ou les études. Le Cœur abrite l'esprit et influence notre pensée dans la mesure où il nous permet d'avoir une pensée claire lorsque nous devons affronter les problèmes de la vie. Il a également une influence sur la mémoire à long terme d'événements passés. Le rein nourrit le cerveau et influence notre mémoire immédiate, dans la vie quotidienne. Par exemple, au cours de la vieillesse, on note une diminution de l'essence du rein qui ne suffit plus à nourrir le cerveau. C'est pour cette raison que bon nombre de personnes âgées oublient souvent les événements récents (ce qui est dû à la faiblesse du rein), mais se souviennent d'événements très anciens (grâce à l'influence du Cœur). De la même façon, certaines personnes peuvent jouir d'une mémoire excellente dans leur travail ou leurs études (grâce à l'influence de la rate) et avoir une très mauvaise mémoire dans la vie de tous les jours (qui dépend du Rein).

Ainsi donc, alors que le Shen qui réside au Cœur correspond à l'esprit, le Shen qui renvoie à l'ensemble des aspects mentaux et spirituels de l'être humain correspond plus précisément à toute la "vie spirituelle".

Dans certains cas, le mot Shen est utilisé dans les classiques de la médecine chinoise pour évoquer l'aspect extérieur de quelque chose. Par exemple, le Shen du visage indique sa vitalité apparente. On dit qu'une langue a de "l'éclat" (Shen) lorsqu'elle paraît en bonne santé, qu'elle est brillante et resplendissante.

Avant de terminer ce paragraphe consacré à la relation entre le Cœur et l'esprit, il faut mentionner une autre interprétation qui a vu le jour pendant la période historique du développement de la médecine chinoise.

Dès l'époque de la dynastie des Ming (1368-1644), un petit nombre de médecins attribuaient l'intelligence et la mémoire au cerveau et non au Cœur, comme dans la médecine traditionnelle chinoise. Li Shi Zhen (1518-1593), phytothérapeute renommé de la dynastie des Ming, disait: "Le cerveau est la résidence de l'Esprit Originel".

Wang Qing Ren, au début de la dynastie des Qing (1644-1911), s'est longuement expliqué sur le rôle du cerveau dans l'intelligence et la mémoire. Il pensait que l'intelligence et la mémoire étaient des fonctions qui dépendaient du cerveau plutôt que du Cœur. Il disait: "L'intelligence et la mémoire résident au cerveau. La nourriture produit le Qi et le sang ... L'essence pure est transformée en moelle, elle monte le long de la colonne vertébrale, va jusqu'au cerveau et devient la moelle du cerveau, ou mer des moelles".

Ainsi, selon ces citations, à partir de la dynastie des Ming, une nouvelle théorie médicale s'est élaborée parallèlement à la théorie traditionnelle, théorie dans laquelle les fonctions intellectuelles étaient attribuées au cerveau plutôt qu'au Cœur. Il est intéressant de noter que cette nouvelle théorie a vu le jour avant l'introduction en Chine de la médecine occidentale.

Jing

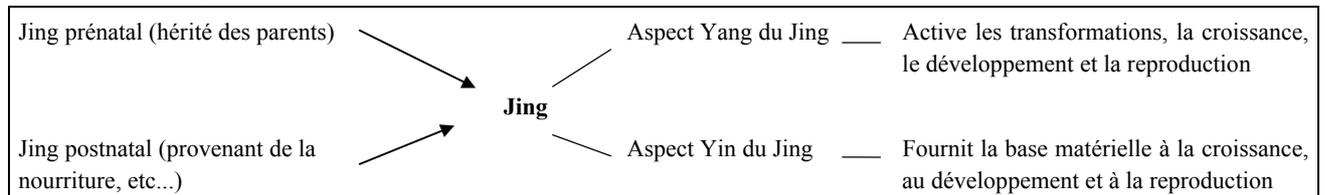
Étymologiquement, «graine de premier choix». Par extension, qualité supérieure, sélection noble, essence, produit d'un raffinage, d'une distillation ou d'une transformation.

En médecine: Essence vitale, trame de vie, contenue dans la graine ou la semence d'un être, qui lui permet de se développer selon les critères de son espèce. Par exemple, c'est le Jing qui fait qu'un gland ne peut produire qu'un chêne et que tout le développement de l'arbre est présent, à l'état latent et invisible,

dans sa semence. On définit, d'une part, le Jing inné, transmis par les parents au moment de la conception, qui est à l'origine des phénomènes de transformation qui permettront la formation et l'individualisation du Qi. D'autre part, le Jing acquis est produit, tout au long de la vie, par les transformations métaboliques qui dépendent du Qi. Ainsi, le Jing (inné) est-il indispensable à la formation, à l'individualisation et à l'activité du Qi qui est lui-même nécessaire à la production du Jing (acquis), lequel complète, entretient et compense, dans une certaine mesure, le Jing inné.

«Le Qi revient au Jing (...), la transformation engendre le Jing (...), la transformation du Jing produit le Qi » (Su Wen, 5).

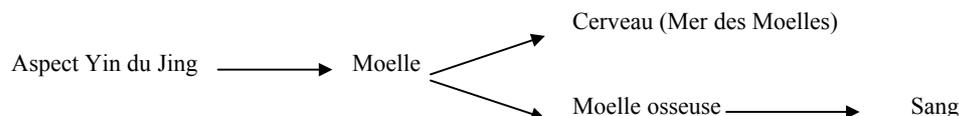
□ Formation du Jing



La terminologie a été simplifiée ici; le mot Jing est utilisé comme un terme général qui englobe un certain nombre de concepts proches les uns des autres. Le Jing prénatal est hérité des parents. Le Jing postnatal est fait des fractions pures obtenues par la transformation des aliments et des boissons.

L'aspect Yang du Jing, qui correspond globalement (voir Rein du Zang Fu) à l'aspect Yang du Qi de Shen (le Rein), ou au Yuan Qi, a pour fonction de réchauffer, d'activer, de transformer, de faire circuler. Il intervient de même dans les transformations impliquées dans la formation du Qi, du Sang, et des Liquides Organiques ainsi que dans celles qui régissent la croissance, le développement et la reproduction.

L'aspect Yin du Jing fournit une base matérielle aux activités dynamiques de l'aspect Yang. En fait, ces deux aspects sont complémentaires et indissociables. L'aspect Yin fournit le substratum indispensable à la formation des composantes matérielles du Jing: la Moelle, le Sang, etc...



□ Conclusion sur San Bao

- Ces trois concepts, Shen, Jing et Qi, sont difficiles à définir sommairement et leur champ sémantique se réduit considérablement lorsqu'on tente de les traduire en un mot ou une expression succincte. Ils permettent et nécessitent l'introduction d'autres termes tels que Xing (la forme corporelle, l'aspect matériel de l'être) et Hua (la transformation, la métamorphose, les changements d'état qui sont la conséquence du caractère impermanent du monde manifesté et qui reposent sur l'activité du Qi).

• Relation entre Shen, Jing et Qi :

- 1) Les notions de Shen, Jing et Qi sont indissociables.
- 2) Sans Shen, conscience organisatrice, la vie ne peut se manifester.
- 3) D'une façon globale, le Qi a deux origines: le Jing inné, ou Jing du Ciel Antérieur, qui provient des parents, et le Jing acquis, ou Jing du Ciel Postérieur, qui provient de l'Essence subtile des aliments. Il faut y ajouter Qing Qi (Qi Pur) qui provient de l'air.
Le Jing est indispensable à la présence du Shen dans le corps, comme l'exprime le principe taoïste :«La transformation du Jing fait le Shen» .
Cependant, le Jing en lui-même n'a ni forme, ni mouvement. Il a donc besoin du Qi pour entrer en activité.
- 4) Le Qi est nécessaire pour produire et entretenir la présence du Shen qui ne pourrait se maintenir sans que le Sang, les Viscères et les Méridiens, contrôlés et parcourus par le Qi, ne soient régulés et entretenus.

Qi, Xue et Jin Ye

Alors que les Viscères et les Méridiens représentent la base structurelle de l'organisme, l'Energie (Qi), le Sang (Xue) et les Liquides organiques (Jin Ye) en constituent la base substantielle. Avec le Jing, dont nous avons déjà parlé à plusieurs reprises, ces éléments constitutifs du corps sont cités dans tous les aspects de la

dialectique médicale chinoise, qu'il s'agisse de comprendre la physiologie des Organes et Entrailles, de décoder un symptôme, d'analyser un tableau clinique complexe ou d'élaborer une stratégie thérapeutique.

Qi

Définition : au sens large, ensemble des énergies et substances présentes dans la nature et l'être humain. Energie vitale universelle, le Qi est présent dans toutes les manifestations de la nature. Dans la conception ancienne, il est un élément fondamental dans la constitution de l'univers, capable de produire chaque chose par ses mouvements et ses transformations. Il est indispensable à la constitution de l'organisme et à l'entretien de son activité vitale.

Il convient de signaler deux difficultés dans l'appréhension de Qi :

- En effet, les différents aspects du Qi (production, fonctions, circulation,...) peuvent être abordés de deux manières : soit on considère chaque type de Qi (Yuan Qi, Zong Qi, Ying Qi, Wei Qi,...) séparément, ce qui permet de bien cerner les caractères spécifiques de chacun, mais conduit à une représentation morcelée, perdant de vue la notion d'unité du Qi qui est primordiale. Soit on aborde d'abord le Qi dans sa globalité, en précisant dans un deuxième temps les caractéristiques propres à chaque aspect, ce qui a l'avantage de développer une vision synthétique mais peut engendrer un manque de précision quant à la nature exacte de chaque type de Qi. Les manuels universitaires chinois optent généralement pour la deuxième solution, et c'est également celle que nous retenons ici, tout en ayant conscience du caractère arbitraire et des inconvénients relatifs à un tel choix.
- D'autre part, la description des différents Qi, et particulièrement les modalités de leur circulation, posent problème. En effet, les divers textes classiques, en plus des omissions, présentent, sur certains points, des avis opposés. Au sein même du Nei Jing, ouvrage de référence, on rencontre des contradictions, au moins apparentes. Par exemple, la circulation de l'Energie nourricière (Ying Qi) est présentée de façon différente dans les chapitres XVI et XVIII du Ling Shu. Bien entendu, ces problèmes se rencontrent ailleurs dans la médecine chinoise, mais comme il s'agit ici de théories fondamentales comportant par nature une certaine part d'abstraction, il est difficile de confirmer ou d'infirmer une représentation en s'appuyant sur l'expérience. De ce fait, certains aspects de cette étude peuvent faire l'objet d'interprétations différentes.

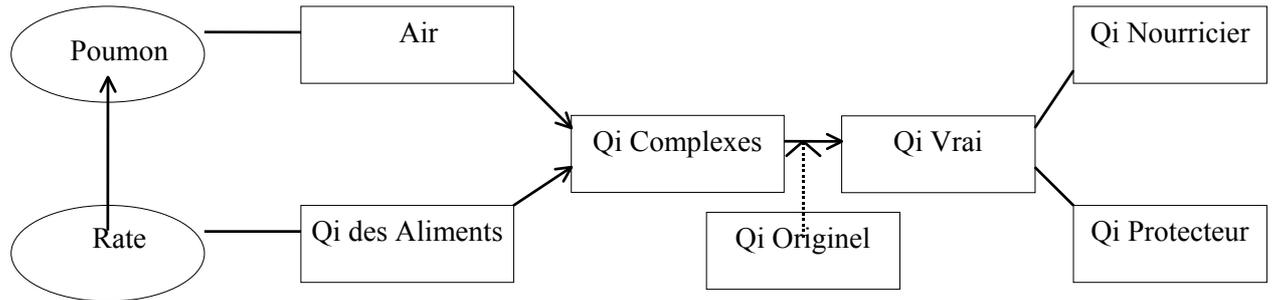
Approche générale de la production du Qi

D'une façon globale, le Qi a deux origines: le Jing inné, ou Jing du Ciel Antérieur (Xian Tian Zhi Jing), qui provient des parents, et le Jing acquis, ou Jing du Ciel Postérieur (Hou Tian Zhi Jing), qui provient de l'Essence subtile des aliments. Il faut y ajouter Qing Qi (Qi Pur) qui provient de l'air.

Grâce à l'action de Pi et de Wei (la Rate et l'Estomac), le Gu Qi, qui provient des aliments et des boissons, se combine, dans la Poitrine, à l'air de Fei (les Poumons) pour former le Zong Qi et le Zhen Qi, sous l'influence de Xin et de Fei (le Cœur et les Poumons). Zong Qi, le Qi de la Poitrine, est en relation étroite avec les fonctions de Xin et de Fei, et avec la circulation du Xue et du Qi dans le Corps.

Wei Qi et Ying Qi sont les deux aspects de Zhen Qi, l'Energie Vraie. Le Wei Qi circule essentiellement dans la peau et les Muscles, et le Ying Qi circule principalement dans les Jing Luo et les Xue Mai. La nature et les fonctions de Ying Qi et du Sang sont si proches que dans certains textes et dans certains contextes, les deux termes sont synonymes.

La formation du Qi



Plusieurs Organes sont particulièrement impliqués dans la production du Qi :

- (1) Les Reins, parce qu'ils stockent le Jing inné.
- (2) La Rate et l'Estomac, parce qu'ils permettent la production du Jing acquis.
- (3) Le Poumon, parce qu'il inspire l'air (Qing Qi) et parce qu'il gouverne le Qi et en assure la distribution.

Les différents Qi du corps sont produits grâce à l'impulsion de l'Energie Originelle (Yuan Qi), qui est issue elle-même du Jing inné et dépend du Jing acquis pour son développement.

Le mécanisme général de production de l'Energie est la synthèse des Energies extérieures du Ciel (air), de la Terre (aliments) et de l'Homme (Yuan Qi). Yuan Qi transforme les Energies extérieures apportées par la Nature, et les individualise (lorsqu'un être humain absorbe de l'air ou des aliments, ceux-ci deviennent une partie de lui-même). Ce processus est le «tronc commun» à partir duquel les différentes sortes de Qi sont générées, avec des modes de production spécifiques à chacun d'entre eux.

Fonctions générales du Qi

Chaque aspect de Qi a ses propres fonctions, que nous étudierons par la suite. Cependant, on attribue traditionnellement au Qi cinq fonctions générales :

1) Impulsion (Tui Dong)

L'action dynamique du Qi s'exprime dans l'activation des fonctions de croissance et de développement de l'organisme, dans la stimulation des fonctions des Viscères et des Méridiens et dans la production et la circulation du Sang et des Liquides organiques.

En cas de dysfonctionnement **apparaissent ? ? ?** un retard de croissance, des «hypofonctionnements» divers, des troubles de la production et de la circulation du Sang et des Liquides organiques, et de l'excrétion des déchets.

2) Réchauffement (Wen Xu)

Le Qi est responsable du maintien de la température corporelle qui permet une bonne circulation du Sang et des Liquides organiques, ainsi que la vaporisation de ces derniers.

En cas de dysfonctionnement, surviennent une diminution de la température corporelle, la crainte du froid, des extrémités froides, un ralentissement de l'activité fonctionnelle des Organes et Entrailles.

3) Protection (Fang Yu)

Le Qi exerce une fonction immunitaire qui s'exprime dans la capacité à résister à la pénétration des Energies pathogènes (Xie Qi) et à lutter contre celles-ci lorsqu'elles ont déjà envahi l'organisme.

En cas de dysfonctionnement apparaissent une baisse de l'immunité, une vulnérabilité aux agents pathogènes (le patient est facilement sujet aux maladies infectieuses, syndromes grippaux,...) et une difficulté à surmonter une maladie lorsqu'elle se déclare (convalescence qui traîne, rechute facile).

4) Contrôle (Gu She)

Cette fonction du Qi permet de contenir le Sang, les Liquides organiques, le Jing et les Viscères à leurs places respectives. Elle s'exprime, par exemple, à travers le Qi de la Rate qui contient le Sang dans les Vaisseaux, dans la solidité du Qi des Reins qui contrôle les orifices inférieurs ou dans la fermeté de Ren Mai et Chong Mai, qui permettent le bon déroulement de la grossesse.

En cas de dysfonctionnement surviennent des extravasations sanguines voire des hémorragies, un échappement de Liquides organiques (transpiration spontanée, salivation excessive, incontinence urinaire...), un prolapsus, une spermatorrhée, des risques de fausses couches ...

5) Transformation du Qi (Qi Hua)

Le Jing, le Sang, les Liquides organiques et le Qi lui-même sont soumis à des mécanismes de transformation permanents. L'ensemble des métabolismes dépend de cette fonction du Qi, qu'il s'agisse de la production des substrats vitaux ou de l'élimination des déchets.

En cas de dysfonctionnement, apparaissent des troubles de la digestion et de l'assimilation des aliments, de la production du Qi, du Sang et des Liquides organiques ou de l'excrétion (sueur, urines, selles).

Ces cinq fonctions du Qi sont interdépendantes et fondamentales pour le maintien de la vie.

Mouvements fondamentaux du Qi

Le Qi peut exprimer son dynamisme de multiples manières mais, fondamentalement, son mouvement s'exprime dans quatre directions : montée (Sheng), descente (Jiang), extériorisation (Chu) et intériorisation (Ru). Les Viscères sont à l'origine de ces mouvements qui sont notamment transmis par l'intermédiaire des Méridiens. Par exemple, le Poumon et l'Estomac exercent principalement un mouvement descendant, alors que le Foie et la Rate régissent le mouvement ascendant.

L'équilibre de ces quatre mouvements est indispensable à la régulation de l'organisme. Plusieurs syndromes ont pour origine une rupture de cet équilibre. L'excès de montée par rapport à la descente entraîne un «Qi à contre-courant» (Qi Ni) (toux, céphalées, nausées, vomissements ...). L'excès de descente par rapport à la montée entraîne un «effondrement du Qi» (Qi Xian) (prolapsus, ptôses, diarrhées, métrorragies ...). L'excès d'intériorisation par rapport à l'extériorisation entraîne des «noueures du Qi» (Qi Jie) voire des «blocages du Qi» (Qi Bi) (stagnations, masses, rétentions ...).

L'excès d'extériorisation par rapport à l'intériorisation entraîne un «échappement du Qi» (Qi Tuo) (transpiration profuse, polyurie,...).

On considère différents aspects de Qi selon son origine et son mode de production

Selon son origine, son mode de production, ses zones d'action et ses propriétés, on divise le Qi en plusieurs catégories :

L'Energie Originelle (Yuan Qi)

C'est le Qi le plus fondamental, le plus individuel et le plus important. Il est issu du Jing inné, entretenu par le Jing acquis et formé, au niveau du Foyer Inférieur, par les Reins et Ming Men. Bien que sa qualité et sa quantité soient un héritage des ascendants, l'entretien de Yuan Qi dépend du mode de vie qui peut en assurer la pérennité ou provoquer son épuisement précoce.

Yuan Qi (aspect Yang du Jing) circule dans toutes les parties du corps. Traditionnellement, on considère qu'il part des Reins ou de Ming Men, remonte en traversant les Trois Foyers, pénètre dans le Méridien du Poumon, suit la circulation du Qi et du Sang dans les douze Méridiens, gagne les Méridiens particuliers, se répand dans toutes les zones du corps, revient en utilisant le trajet des collatéraux, se rassemble aux points d'extrémités des mains et des pieds, repart vers la profondeur de l'organisme et vers les Viscères en empruntant le trajet des Méridiens distincts, se dirige vers la nuque et les points de la poitrine, de l'abdomen et du dos, repasse par le système des Méridiens particuliers, s'accumule dans Ren Mai et Du Mai puis retourne aux Reins. Les structures énergétiques avec lesquelles Yuan Qi entretient des liens plus privilégiés sont Ming Men, les Trois Foyers et les Méridiens particuliers.

Les fonctions de Yuan Qi sont principalement l'impulsion (Tui Dong) et le réchauffement (Wen Xu). L'abondance et le déclin de Yuan Qi marquent les phases de croissance, de développement, de maturité et de vieillissement. Son insuffisance ralentit le développement et l'activité fonctionnelle des Viscères.

Energie de la poitrine (Zong Qi)

On l'appelle parfois «Energie première» car c'est la première Energie acquise à être produite à partir des Energies externes. Ses deux sources sont l'Energie de l'air (Qing Qi - Energie Pure, Da Qi - Grande Energie ou Tian Qi - Energie du Ciel), captée par le Poumon, et l'Energie des aliments (Gu Qi ou Shu Gu), transportée par la Rate. La synthèse de ces deux Energies produit Zong Qi qui se concentre au niveau de la

poitrine, dans le Dan Zhong (milieu de la poitrine). Elle émerge par la gorge d'une part, donnant de la force à la voix, et d'autre part elle rejoint le Cœur et entretient son rythme. Grâce aux fonctions de descente du Poumon, elle va jusqu'au Foyer Inférieur et complète la réserve de Qi située dans le Dan Tian (Champ de cinabre). Elle pénètre ensuite par le point Qi Chong (30 E) dans le Méridien de l'Estomac. Ainsi on peut considérer le Dan Zhong comme la mer supérieure du Qi et le Dan Tian comme sa mer inférieure.

Les fonctions principales de Zong Qi concernent la respiration et le rythme cardiaque auxquels il apporte l'impulsion et dont il contrôle la régularité. Selon certaines interprétations, Zong Qi est également le précurseur d'une autre Energie appelée Zhen Qi (Energie Authentique). Les manuels chinois modernes confondent Zhen Qi et Yuan Qi. Cependant, plusieurs sources décrivent Zhen Qi comme étant une Energie issue d'une nouvelle transformation de Zong Qi par l'action de Yuan Qi. Zhen Qi serait la véritable Energie individualisée de l'organisme, totalement «raffinée». Selon ce point de vue, Zong Qi aurait d'une part les fonctions spécifiques que nous avons vues et d'autre part, serait la matière première pour élaborer Zhen Qi.

L'insuffisance de Zong Qi altère les fonctions cardiaques et respiratoires : la respiration s'affaiblit, la voix s'éteint, le rythme cardiaque et la circulation sont perturbés.

L'Energie nourricière (Ying Qi)

Ying Qi et Wei Qi (Energie défensive) ont comme origine commune l'essence subtile de aliments. En fait, il s'agit de deux aspects d'une même Energie. Selon certaines interprétations, Zhen Qi, après sa formation, pénétrerait dans le Chong Mal à partir des Reins, s'élèverait jusqu'au Poumon, en approvisionnant sur son parcours Organes et Entrailles. La partie restante, à l'arrivée dans le Poumon, serait divisée en Ying Qi et Wei Qi. L'essence subtile de aliments est transportée par la Rate vers le Poumon où sa partie la plus raffinée et la plus riche entre dans les Vaisseaux et s'associe au Sang sous forme d'Energie nourricière.

Ying Qi circule dans l'organisme en traversant cinquante fois les quatorze Méridien selon un trajet précis (voir tableau en bas). Ying Qi et le Sang sont si étroitement liés qu'il est souvent difficile de les distinguer, tant dans le diagnostic que dans le traitement. D'ailleurs, la première fonction de Ying Qi est de participer à la production du Sang. Sa deuxième fonction est, comme son nom l'indique, la nutrition de l'ensemble de l'organisme, qu'elle parcourt par l'intermédiaire des vaisseaux sanguins.

L'insuffisance de Ying Qi entraîne un Vide de Sang et une dénutrition générale.

L'horaire de circulation de l'énergie - sang des méridiens : Règle Midi-Minuit

Dans les vingt-quatre heures elle évolue en une progression invariablement centrifuge puis centripète entre le corps et les membres (cinquante fois le parcours total).

Dans le même temps, elle subit de deux heures en deux heures une variation de son flux qui octroie à chaque méridien une période d'activité maximum. Cette période de plénitude qui correspond aux heures auxquelles se situent de préférence les manifestations pathologiques inhérentes à la fonction sous-tendue par ce méridien, (nous connaissons tous les crises hépato-vésiculaires du milieu de la nuit, la crise d'asthme du petit matin, les manifestations cardio-vasculaires de midi et de la fin du jour), conditionne aussi celle des meilleures réponses à la thérapeutique par les aiguilles.

Dans le même temps encore, soumise à la loi d'alternance universelle, elle subit de quatre heures en quatre heures une mutation Yin - Yang.

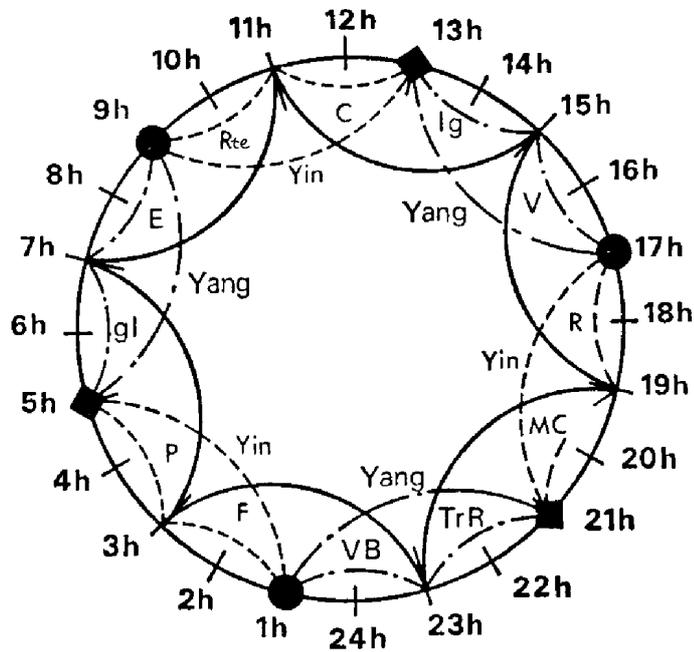
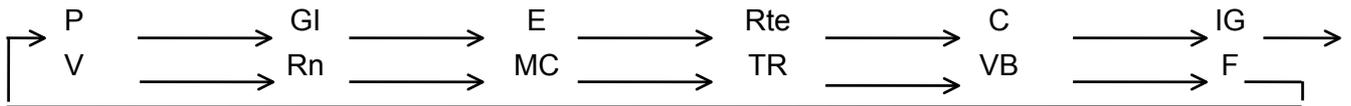
Ainsi, en résumé, l'énergie :

- * Yin de 1h à 5h est en plénitude;
de 1h à 3h dans le méridien du Foie;
de 3 h à 5 h dans le méridien du Poumon;
- * Yang de 5h à 9h est en plénitude ;
de 5h à 7h dans le méridien du Gros intestin;
de 7h à 9h dans le méridien de l'Estomac;
- * Yin de 9h à 13h est en plénitude ;
de 9h à 11 h dans le méridien de la Rate
de 11h à 13h dans le méridien du Cœur;
- * Yang de 13h à 17h est en plénitude;
de 13h à 15h dans le méridien de l'Intestin grêle;
de 15h à 17h dans le méridien de la Vessie;

- * Yin de 17h à 21h est en plénitude;
de 17h à 19h dans le méridien du Rein;
de 19 h à 21 h dans le méridien du Maître du cœur
- * Yang de 21h à 1h est en plénitude;
de 21h à 23h dans le méridien du Triple réchauffeur.
de 23h à 1h dans le méridien de la Vésicule biliaire.

C'est au moment de la naissance que l'énergie, qui au cours de la vie embryonnaire a suivi les lignes de force du développement des organes, systèmes et appareils sensoriels traçant ainsi les douze vecteurs, et a puisé ses éléments dans l'énergie maternelle, prend lors du premier cri et de la première respiration toute son autonomie dans le méridien du poumon.

Dès lors le périple de l'énergie emprunte successivement chacun des méridiens relié au suivant par une anastomose :



- Mutation Yin-Yang
- Mutation Yang-Yin
- Méridiens couplés
- - - Méridiens Yang
- · · Méridiens Yin

Horaire et mutations des méridiens principaux

时辰与时间关系表

时辰	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
时间	23~1	1~3	3~5	5~7	7~9	9~11	11~13	13~15	15~17	17~19	19~21	21~23

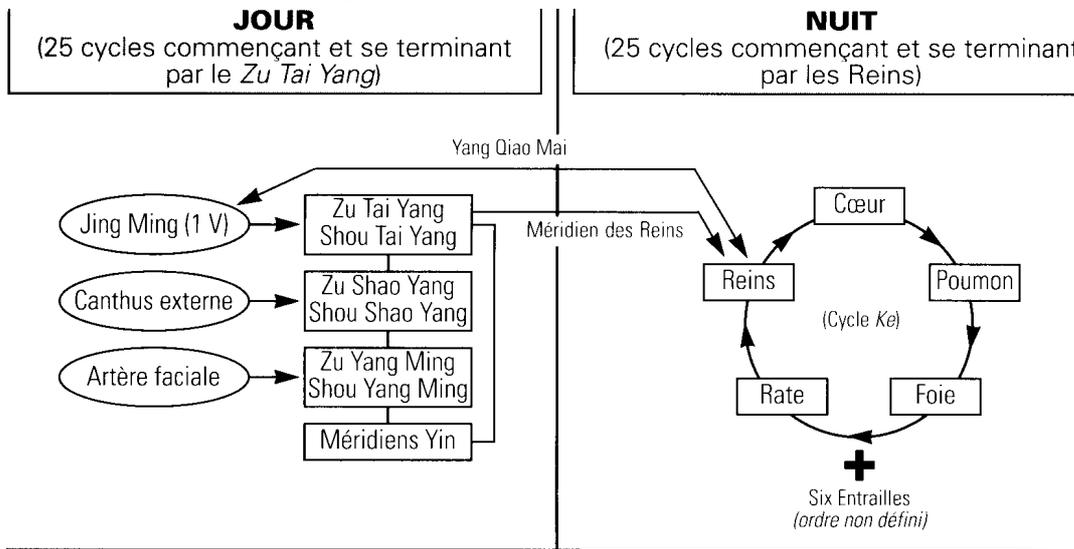
L'Energie défensive (Wei Qi)

Lorsque l'essence subtile des aliments est transportée par la Rate jusqu'au Poumon, la partie la plus légère et la plus mobile, qui est aussi la moins «noble», diffuse à l'extérieur des Méridiens sous la forme de Wei Qi.

Selon certaines interprétations, Wei Qi circule à l'extérieur et à l'intérieur des Méridiens et Vaisseaux, un peu comme les globules blancs (à la différence de Ying Qi qui ne circule qu'à l'intérieur, un peu comme les globules rouges)

Dans la production de Wei Qi, le Jing inné des Reins joue un rôle important de stimulation. On dit que Wei Qi reçoit son impulsion du Foyer Inférieur, qu'elle est nourrie par le Foyer Médian et qu'elle est diffusée au niveau du Foyer Supérieur. De ce fait, Reins, Rate, Estomac et Poumon jouent un rôle dans la production de Wei Qi.

Wei Qi est diffusée à l'ensemble de l'organisme grâce aux fonctions du Poumon et géré principalement par cet Organe qui contrôle la peau et qui est un peu le bouclier des Viscère contre les Energies pathogènes.



Circulation générale de Wei Qi

Wei Qi circule dans l'organisme selon un cycle nyctéméral, à raison de vingt-cinq cycle le jour, dans les zones Yang du corps et de vingt-cinq cycles la nuit dans les zones Yin, ce qui fait cinquante cycles en 24 heures. Cela est souvent interprété de la façon simpliste suivante (même dans certains manuels chinois modernes) : le jour, Wei Qi circule dans le Méridien Yang et dans les Entrailles, la nuit dans les Méridiens Yin et dans les Organes. Ceci est en contradiction avec le Ling Shu, qui est la référence en la matière. En fait, il semble que durant le jour, Wei Qi circule dans les Méridiens et les zones superficielles du corps, plus particulièrement dans les Méridiens Yang mais en effectuant également un bref passage dans les Méridiens Yin.

«Au matin, le Yang Qi (Wei Qi) émerge aux yeux. Lorsqu'on ouvre les yeux, le Qi s'élève vers la tête et redescend en suivant le Zu Tai Yang (Méridien de la Vessie), en passant par le dos, jusqu'au cinquième orteil. Il se divise et, d'un autre côté, sort par le cantus externe et descend le long du Shou Tai Yan (Méridien de l'intestin grêle) jusqu'à l'extrémité externe du cinquième doigt.

D'autre part, il sort par le cantus externe et descend le long du Zu Shao Yang (Méridien de la Vésicule biliaire) jusqu'à la face externe du quatrième orteil. En haut, une division suit le trajet du Shou Shao Yang (Méridien des Trois Foyers).

D'autre part, il va jusque vers le haut et en avant de l'oreille et s'unit, au niveau de l'artère faciale, au Zu Yang Ming (Méridien de l'Estomac) et descend vers les chevilles et les cinq orteils. Par ailleurs, depuis le bas de l'oreille, il descend en suivant le Shou Yan Ming et se dirige à travers l'intervalle du pouce dans la paume de la main. [...] Lorsque l'Eau s'écoule jusqu'à la première division(!) le Qi de l'Homme (il s'agit ici de Wei Qi) est dans le Tai Yang; lorsque l'Eau atteint la deuxième division, le Qi de l'Homme est dans le Shao Yang; lorsque l'Eau atteint la troisième division, le Qi de l'Homme est dans le Yan Ming; lorsque l'Eau atteint la quatrième division, le Qi de l'Homme est au niveau de Yin; lorsque l'Eau atteint la cinquième division, le Qi de l'Homme est au niveau du Tai Yang; lorsque l'Eau atteint la sixième division le Qi de l'Homme est dans le Yang Ming [...] Lorsque l'Eau atteint la vingt-cinquième division, le Qi de l'Homme est dans le Tai Yang [...]. Le Qi de l'Homme circule trois fois dans le Yang et une fois dans le Yin. (Ling Shu, 76).

Durant la nuit, Wei Qi quitte le système des Méridiens et pénètre dans les Organes et les Entrailles, bien que le texte ne précise que l'ordre des Organes.

«En circulant par l'intermédiaire du Zu Shao Yin (Méridien des Reins), le Wei Qi circule dans les Cinq Organes (Wu Zang) et les Six Entrailles (Liu Fu)» (Ling Shu, 71).

Dans les Organes, il circule en suivant l'ordre du cycle Ke.

«Comme elle va pénétrer dans le Yin, elle suit le Zu Shao Yin (Méri­dien des Reins) jusqu'aux Reins, des Reins au Cœur, du Cœur au Poumon, du Poumon au Foie, du Foie à la Rate, de la Rate aux Reins, ce qui fait un cycle» (Ling Shu, 76).

On considère traditionnellement, qu'après le dernier cycle nocturne, Wei Qi, en empruntant le trajet du Méridien particulier Yang Qiao Mai, revient jusqu'aux yeux dont elle déclenche l'ouverture (réveil). Une des fonctions de ce Méridien est de donner une impulsion au Yang, ce qui permet notamment de passer du sommeil à l'état de veille.

Par ailleurs, le Ling Shu mentionne une autre circulation de Wei Qi, qui concerne davantage les Méridiens particuliers : Wei Qi se concentre au point Feng Fu (16^e point du Du Mai situé à la nuque) et descend, à partir de la première vertèbre dorsale, d'une vertèbre par jour. Le vingt-deuxième jour, Wei Qi pénètre dans le Chong Mai où il reste pendant neuf jours; le dixième jour, il réapparaît au niveau de la nuque.

La principale fonction de Wei Qi est de défendre l'organisme contre l'agression des agents pathogènes externes à partir de la surface du corps, de les combattre et de les repousser, le cas échéant. En contrôlant l'ouverture et la fermeture des pores de la peau et des espaces interstitiels, Wei Qi régule la transpiration. D'autre part, Wei Qi participe à la fonction de réchauffement (Wen Xu) de l'organisme. Ces propriétés sont bien sûr complémentaires. Enfin comme nous l'avons mentionné précédemment, Wei Qi intervient dans l'équilibre des phases de veille et de sommeil.

TABLEAU : Comparaison entre Ying Qi et Wei Qi

Ying Qi (Energie nourricière)	Wei Qi (Energie défensive)
Produites à partir de l'essence subtile des aliments	
Yin	Yang
Raffinée, «riche»	Mobile et plus «grossière»
Circule dans les Vaisseaux	Circule hors des Vaisseaux
Produit le Sang et nourrit l'ensemble de l'organisme	Protège le corps, contrôle la surface et réchauffe l'ensemble de l'organisme

Autres catégories de Qi : Zang Qi, Jing Qi, Zheng Qi, Xie Qi

Il arrive qu'on emploie, en médecine chinoise, d'autres termes moins fondamentaux pour désigner des aspects spécifiques. Nous en citons quelques uns :

- Zang Qi désigne le Qi des Organes, nécessaire à leur activité physiologique.
- Jing Qi est le Qi des Méridiens.
- Zheng Qi est le terme générique pour désigner l'Energie saine de l'organisme, par opposition à Xie Qi qui est Zhen Qi.
- Xie Qi est le terme générique des Energies pathogènes, par opposition à Zheng Qi.

Sang (Xue)

Définition et généralités

Le Gu Qi qui provient des aliments et des boissons, est transformé en Sang dans la Poitrine, grâce à l'action du Cœur et des Poumons. De plus, l'aspect Yin du Jing, stocké dans Shen (le Rein), produit la Moelle Osseuse qui à son tour produit le Sang. Par ailleurs, l'aspect Yang du Jing ou Yuan Qi, active les transformations effectuées à la fois par le Cœur et les Poumons dans le Réchauffeur Supérieur, et par la Rate et l'Estomac dans le Réchauffeur Moyen.

A la différence du Qi, le Sang est de nature objectivement matérielle.

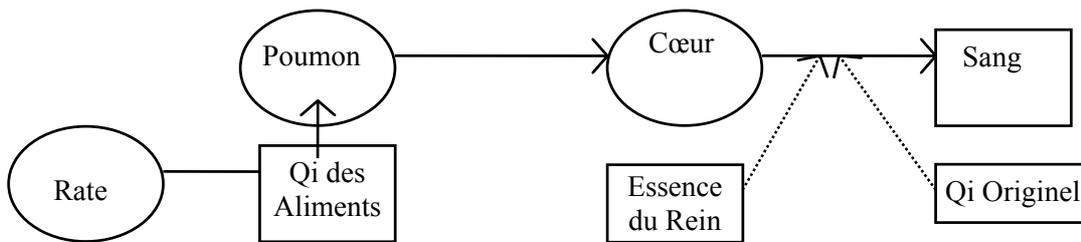
Alors qu'on définit plusieurs catégories de Qi qui se distinguent par leur origine, leur nature et leurs fonctions, on ne considère qu'une seule sorte de Sang. Il est défini comme un liquide rouge, très nutritif, qui circule dans des Vaisseaux dont on dit qu'ils sont «la demeure du Sang». Lorsque le Sang reste dans ces Vaisseaux, il peut jouer son rôle physiologique; dès qu'il s'en échappe ou s'extravase, il perd ses fonctions.

Production du Sang

Plusieurs éléments participent à la production du Sang :

- 1) Le Jing des Moelles, aspect Yin du Jing contenu dans les Reins, peut se transformer en Sang, en faisant intervenir le Foie.
- 2) L'essence subtile des aliments : «L'essence subtile monte par les Vaisseaux du Poumon où elle est transformée en Sang» (Ling Shu 18).
- 3) L'Energie nourricière (Ying Qi), elle-même issue de l'essence subtile des aliments, après être passée dans le Poumon, pénètre dans les Vaisseaux et se transforme en Sang. En fait, il est possible que Ying Qi soit seulement l'Energie intermédiaire entre l'essence subtile des aliments et le Sang. On peut, par ailleurs, considérer que Ying Qi et le Sang ne sont que deux aspects d'une même réalité.
- 4) Les Liquides organiques, également issus de l'essence des aliments, sont une partie constitutive importante du Sang.

La formation du Sang



Fonctions du Sang

Le Sang a deux fonctions principales :

- 1) Nourrir (Ying Yang)
- 2) Humidifier (Zi Run).

Tout au long de sa circulation, le Sang transporte des éléments nutritifs nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme. De plus, comme Ying Qi circule avec le Sang, cette activité nutritive est essentielle. Par ailleurs, le Sang est également composé de Liquides organiques, il a la nature du Yin, il peut donc humidifier les tissus.

En cas de dysfonctionnement, apparaissent sécheresse de la peau, raideur musculaire, faiblesse générale et ralentissement de l'activité fonctionnelle des Viscères.

Le Sang constitue également le support substantiel de l'activité mentale et spirituelle :

Dans de nombreuses traditions, on considère que le Sang est le véhicule de l'Esprit. En médecine chinoise, les praticiens ont observé depuis l'Antiquité, que l'insuffisance ou les dysfonctionnements du Sang avaient une répercussion neurologique, mentale et émotionnelle. Ils en ont déduit que le Sang était le support du Shen.

En cas de dysfonctionnement surviennent insomnie, perte de mémoire, agitation et, dans les cas graves, perte de connaissance, troubles psychiatriques, coma.

Circulation du Sang

Comme Ying Qi, le Sang circule exclusivement dans les Vaisseaux. De ce fait, le bon état des Vaisseaux est une condition indispensable à la circulation et à l'activité physiologique du Sang. Par ailleurs, plusieurs Organes jouent un rôle fondamental :

- (1) Le Cœur, qui gouverne le Sang et ses Vaisseaux, est responsable de l'impulsion initiale.
- (2) Le Poumon, qui gouverne le Qi et qui est plus particulièrement lié à Zong Qi, assure la diffusion et la distribution du Sang à l'ensemble de l'organisme.
- (3) Le Foie, qui stocke le Sang et le libère à la demande, est responsable du volume de Sang circulant dans l'organisme. De plus, comme il assure la libre circulation du Qi, il permet la fluidité de la circulation du Sang.
- (4) La Rate contient le Sang dans les Vaisseaux, évitant qu'il ne s'extravase ou ne s'échappe.

L'action combinée de ces quatre Organes assure la circulation harmonieuse du Sang.

□ En conclusion :

Alors que le mot "Sang" en médecine chinoise fait référence, comme pour le mot français, à un liquide de l'organisme, il répond également à une définition beaucoup plus large. En médecine chinoise, le Sang est

formé à partir de l'essence des aliments qui est extraite par la Rate. Le processus qui aboutit à la formation du Sang prend place dans la poitrine sous l'action du Poumon et du Cœur. La fonction du Sang est de nourrir et d'humidifier. Le mouvement du Sang est sous la dépendance de l'action motrice du Qi, et en retour, le Qi est sous la dépendance de l'action nutritive du Sang. La relation est exprimée dans la maxime suivante : "Le Qi est le commandant du Sang, le Sang est la mère du Qi". Aussi, si le Qi stagne pendant un certain temps, il en résulte une stase de Sang. De plus, le Sang est également en relation d'échanges mutuels et de transformation avec les liquides organiques. Ceci est dû au fait que tous les deux proviennent de la nourriture et des boissons, et sont considérés comme Yin. En raison de ces échanges entre Sang et liquides organiques, et du fait de leur origine commune, les saignées et la sudorification sont considérées comme des modalités thérapeutiques qui s'excluent l'une l'autre. Comme dit le Ling Shu: "[Pour] beaucoup de saignée, ne pas faire transpirer; [pour] beaucoup de sudorification, ne pas saigner".

Le tableau de Vide de Sang en médecine chinoise ne correspond à aucune maladie particulière de la médecine occidentale. Les anémies peuvent, dans la plupart des cas, entrer dans le cadre des Vides de Sang en médecine chinoise, mais on peut avoir un Vide de Sang sans anémie. Le Vide de Sang est fréquent chez la femme et peut être dû à la consommation insuffisante d'aliments qui "tonifient le Sang", à du surmenage, ou à une faiblesse héréditaire. Particulièrement chez la femme, le Vide de Sang a une signification très large qui embrasse ce que l'on pourrait appeler «problèmes hormonaux» en médecine occidentale.

Les Liquides organiques (Jin Ye)

- Définition et généralités

Jin Ye est le terme générique pour désigner les Liquides organiques. En fait, Jin et Ye désignent deux réalités spécifiques différentes.

- En médecine chinoise, on désigne sous le terme Jin les Liquides organiques clairs, limpides et fluides, qui diffusent principalement au niveau de la surface du corps (peau, poils ...).
- Et on désigne sous le terme Ye les Liquides organiques épais, denses, plus visqueux, qui circulent dans les profondeurs du corps (articulations, viscères, cerveau ...).

- Différenciation des Liquides Organiques

- Les fluides (Jin)

Ces liquides sont purs, légers et fins comme l'eau. Ils circulent avec le Qi Protecteur à la Surface du corps (dans la peau et les muscles). Leur mouvement est relativement rapide. Ils sont sous le contrôle du Poumon qui les diffuse à la peau et à tout le corps, et du Réchauffeur Supérieur qui contrôle leur transformation et leur acheminement vers la peau.

Leur fonction est d'humidifier et, partiellement, de nourrir la peau et les muscles. Ce sont ces fluides qui sont exsudés. Ils se manifestent aussi sous forme de larmes, de salive et de mucus.

Une autre fonction importante de ces fluides est qu'ils représentent une des composantes de la partie fluide du Sang. Autrement dit, ces fluides fluidifient le Sang et l'empêchent de stagner. Nous développerons ce point plus loin, dans la paragraphe consacré à la relation entre le Sang et les Liquides Organiques.

- Les liquides (Ye)

Ces liquides sont plus troubles, plus lourds et plus denses. Ils circulent avec le Qi Nourricier à l'Intérieur du corps. Leur mouvement est relativement lent. Ils sont sous le contrôle de la Rate et du Rein pour ce qui est de leur transformation, et du Réchauffeur Moyen pour ce qui est de leur circulation et de leur excrétion. Au Chapitre 36 de L'Axe Spirituel, on lit : "Le Qi du Triple Réchauffeur va aux muscles et à la peau et il est transformé en fluides (Jin). Les autres fluides du corps ne circulent pas et sont transformés en liquides (Ye)".

Leur fonction est d'humidifier les articulations, la moelle épinière, le cerveau et la moelle osseuse. Ils lubrifient également les orifices des organes des sens, comme les yeux, les oreilles, le nez et la bouche.

Tableau comparatif de Jin - Ye

Jin fluides	Ye liquides
Limpides, fluides, mobiles	Denses, épais, visqueux
En superficie	En profondeur
Yang	Yin
En relation avec Wei Qi	En relation avec Ying Qi
Nourrissent et humidifient la peau et les muscles, donnent de l'éclat aux poils et aux cheveux	Lubrifiant les articulations, nourrissent le Cerveau, humidifient l'intérieur du corps
Sont diffusés dans les zones cutanée et sous-cutanée	Circulent à l'intérieur du corps, baignent les articulations et la cavité crânienne
Exemples : larmes, salive, mucus	Exemples : liquide céphalo-rachidien, synovie

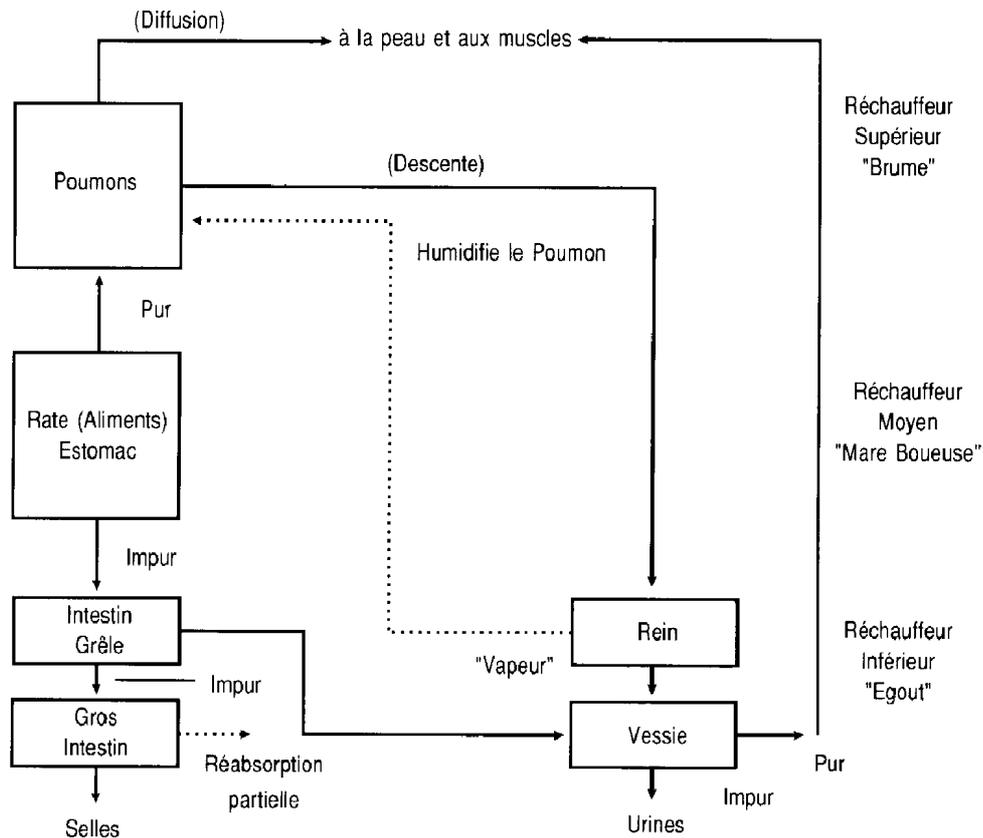
- Formation

Les Liquides Organiques proviennent des aliments et des boissons. Ceux-ci sont transformés et séparés par la Rate : la partie "pure" monte de la Rate au Poumon qui en diffuse une partie à la peau et fait descendre l'autre au Rein. La partie "impure" descend dans l'intestin Grêle où, une fois encore, elle est séparée en fraction pure et fraction impure. La partie pure issue de cette deuxième séparation va à la Vessie, et la partie impure au Gros Intestin où une partie de l'eau est alors réabsorbée. La Vessie transforme et sépare encore les liquides qu'elle reçoit en fraction pure et fraction impure. La partie pure monte et va à la Surface (l'Extérieur) du corps où elle donne la transpiration. La partie impure descend pour être transformée en urine. La Vessie effectue cette transformation et cette séparation grâce à l'action du Qi qui provient du Yang du Rein. Cette fonction de la Vessie est appelée "fonction de transformation du Qi".

Leur production dépend de l'activité de l'Estomac qui reçoit la nourriture, de la Rate qui en extrait l'essence subtile, de l'intestin grêle qui absorbe et gouverne les Ye (Xiao Chang Zhu Ye) et du Gros intestin qui réintègre dans l'organisme une partie des fluides et qui régit les Jin (Da Chang Zhu Jin).

Le processus de formation des Liquides Organiques est le résultat de toute une série complexe de processus de purification, dans lesquels les liquides sont, à chaque stade différent, séparés en fraction pure et en fraction impure. C'est pour cette raison que les Chinois parlent du "pur dans l'impur" et de "l'impur dans le pur". Les fractions pures doivent pouvoir monter, et les fractions impures descendre. Il est indispensable que la circulation des Liquides Organiques ne soit pas perturbée, afin qu'ils soient transformés correctement grâce, essentiellement, à l'action de la Rate. L'importance de la Rate est donc primordiale dans la physiologie et la pathologie des Liquides Organiques.

La fraction pure monte au Poumon qui en diffuse une partie sous la peau, et une autre partie au Rein. C'est pour cela que le Poumon est appelé "Source Supérieure de l'Eau". La fraction impure descend à l'Intestin Grêle et à la Vessie qui poussent plus avant le processus de transformation et de séparation, comme nous l'avons déjà mentionné plus haut. La fonction de transformation du Qi de la Vessie s'effectue sous le contrôle du Yang du Rein et c'est pourquoi, le Rein est appelé "Source Inférieure de l'Eau" (figure).



Origine, transformation et excrétion des Liquides Organiques

Relations avec les Viscères

- La Rate

Dans la physiologie et la pathologie des Liquides Organiques, la Rate est le viscère qui a le rôle le plus important. C'est elle qui contrôle la première transformation et la première séparation en fraction pure et fraction impure, comme nous venons de le montrer. Elle contrôle également, ce qui est crucial, le sens de la circulation des parties pures et des parties impures qui doivent respectivement monter et descendre, à tous les différents stades de la formation des Liquides Organiques.

C'est pour cette raison qu'il faut toujours traiter la Rate dans les troubles des Liquides Organiques quels qu'ils soient.

- Le Poumon

Le Poumon contrôle la diffusion, sous la peau, de la fraction pure des Liquides Organiques qui viennent de la Rate. C'est un des aspects de la fonction de diffusion du Poumon.

Il fait aussi descendre une partie des liquides au Rein et à la Vessie. C'est un des aspects de la fonction de descente du Poumon.

C'est parce qu'il assure ces deux fonctions qu'on dit que le Poumon régularise la "Voie des Eaux".

- Le Rein

Le Rein joue un rôle extrêmement important dans la physiologie des Liquides Organiques. Tout d'abord, il vaporise une partie des liquides qu'il reçoit et l'envoie au Poumon, afin de l'humidifier et de le préserver de la sécheresse.

Ensuite le Rein, et en particulier le Yang du Rein, contrôle de nombreux stades de la transformation des fluides.

- Il fournit à la Rate la chaleur indispensable à la transformation des Liquides Organiques. C'est pour cela qu'un Vide de Yang du Rein entraîne pratiquement toujours un Vide de Yang de la Rate, avec pour conséquence, une accumulation de liquides.
- Il aide l'Intestin Grêle dans sa fonction de séparation des Liquides Organiques en fraction pure et fraction impure.

c) Il fournit le Qi à la Vessie pour sa fonction de transformation du Qi.

d) Il aide le Triple Réchauffeur à transformer et à excréter les liquides.

De part l'ensemble de ces fonctions, le Yang du Rein joue un rôle extrêmement important dans la transformation, la séparation et l'excrétion des liquides.

- La Vessie

La Vessie sépare les liquides qu'elle reçoit en fraction pure et fraction impure, et excrète l'urine grâce à la fonction de transformation du Qi.

- Le Triple Réchauffeur

A tous les stades, le Triple Réchauffeur aide à la transformation, au transport et à l'excrétion des liquides. Au Chapitre 8 des Questions Simples, il est dit : "Le Triple Réchauffeur est le Ministre responsable de l'irrigation et du contrôle de la Voie des Eaux".

Le Réchauffeur Supérieur aide la Rate à faire monter les liquides et le Poumon à les diffuser sous la peau. C'est pour cette raison que l'on compare parfois le Réchauffeur Supérieur à une "brume".

Le Réchauffeur Moyen aide l'Estomac à brasser les fluides et à en faire descendre la partie impure. C'est pour cette raison que l'on compare le Réchauffeur Moyen à une "Mare boueuse" (ce qui évoque la fonction de «pourrissement» et de fermentation de l'Estomac).

Le Réchauffeur Inférieur aide l'intestin Grêle, la Vessie et le Rein à transformer, séparer et excréter les liquides. C'est pour cette raison que l'on compare le Réchauffeur Inférieur à un "égout".

- L'Estomac

Même si l'Estomac ne semble pas à première vue, jouer un rôle important dans la transformation des Liquides Organiques, c'est lui qui est néanmoins la "Source" des Liquides Organiques. Les liquides pénètrent d'abord dans l'Estomac où ils sont transformés et séparés par la Rate. L'Estomac aime à être relativement humide, contrairement à la Rate qui aime la sécheresse et qu'une humidité excessive lèse.

En fait, l'Estomac souffre facilement d'un excès de sécheresse qui peut alors entraîner un Vide de Yin de l'Estomac.

C'est pour cela que les aliments humides et glissants comme le riz ou les flocons d'avoine, sont bénéfiques pour l'Estomac, alors qu'un excès d'aliments très secs tels que des aliments longuement rôtis ou braisés, peut léser le Yin de l'Estomac.

Cinq mouvements	Bois	Feu	Terre	Métal	Eau
Cinq sécrétions	Larmes	Sueur	Salive	Ecoulement nasal	Glaires

Relations entre Qi, Sang et Liquides organiques

Le Qi, le Sang et les Liquides organiques sont produits à partir de l'essence subtile des aliments et des boissons. Ils sont complémentaires et interdépendants. Il est donc important d'étudier leurs relations.

Le Yin, le Yang et les substances

Pour bien comprendre les Substances, il est essentiel de bien comprendre le principe du Yin et du Yang.

- Premièrement, la notion de Yin et de Yang est relative. Ainsi, le Jing est Yin comparé au Qi, mais Yang comparé au Sang.
- Deuxièmement, tous les phénomènes, qu'ils soient plutôt Yin ou plutôt Yang, sont à la fois Yin et Yang. Par exemple, bien que le Qi soit plutôt Yang, immatériel, composé d'énergie, il peut prendre des aspects Yang ou Yin selon les circonstances, comme dans sa subdivision en Wei Qi et Ying Qi, ainsi que le montre le tableau suivant.

Les aspects Yin et Yang du Qi, des Liquides Organiques et du Jing

Substance	Aspect Yang	Aspect Yin
Qi	Wei Qi : réchauffe et protège la peau, les Muscles et la surface du corps	Ying Qi : nourrit les Zang Fu et les tissus
Jin Ye	Jin : humidifie, réchauffe, nourrit la peau et les muscles	Ye : humidifie et nourrit les Zang Fu, les articulations, les Os, le Cerveau et les Orifices
Jing	Aspect réchauffant et énergétique, active les transformations, la croissance, le développement et la reproduction	Aspect liquide, nourrissant, base matérielle de la formation de la Moelle Osseuse, du Cerveau et du Sang

Seules les parties Yin et Yang du Qi et des Liquides Organiques portent un nom, celles du Jing sont associées à Shen (le Rein) et à ses aspects Yin, Yang, Feu et Eau. Bien que le Sang soit plutôt Yin et le Shen plutôt Yang, tous deux sont à la fois Yin et Yang par certains côtés, la différenciation de ces deux aspects étant cependant moins nette que pour le Qi, les Liquides Organiques et le Jing.

- Troisièmement, le Yin et le Yang dépendent l'un de l'autre; le Yin nourrit le Yang et le Yang protège le Yin. Par exemple, le Qi fait circuler le Sang, et le Sang nourrit le Qi.

En résumé, il y a deux principaux groupes de concepts qui se recoupent:

Yang	Qi	Shen	Wei Qi	Jin	aspect Yang du Jing
Yin	Xue	Jin Ye	Ying Qi	Ye	aspect Yin du Jing

A l'intérieur de chaque groupe, chaque Substance possède des fonctions qui recoupent celles de chacune des autres Substances du même groupe. Par exemple, le Ying Qi partage certaines fonctions avec les Ye, avec le Sang, et avec l'aspect Yin du Jing. Chaque Substance possède en plus des fonctions qui lui sont spécifiques.

1) Le Qi et le Sang

La relation entre le Qi et le Sang est un aspect du rapport Yin/Yang; elle peut être synthétisée dans les deux expressions suivantes : «Le Qi est le commandant du Sang» (Qi Wei Xue Shuai) et «le Sang est la mère du Qi» (Xue Wei Qi Mu).

On considère que le Qi est le commandant du Sang pour les raisons suivantes :

- Le Qi peut produire le Sang (Qi Neng Sheng Xue) en contrôlant les fonctions de transport et de transformation de l'essence subtile des aliments, en métabolisant les Liquides organiques, en produisant Ying Qi, en entretenant le Jing et en permettant l'activité physiologique des Viscères. Les relations entre le Sang et Ying Qi, l'aspect Yin de Zhen Qi, sont tellement étroites que parfois les termes Xue et Ying Qi sont utilisés indifféremment. Tous deux sont en rapport avec la fonction de nutrition, et tous deux circulent dans Xue Mai. Toutefois, à l'intérieur de cette relation très intime, le Sang est plus Yang, immatériel et actif.
- Le Qi peut mobiliser le Sang (Qi Neng Xing Xue) car il est la force motrice de la circulation, en agissant par l'intermédiaire de l'activité fonctionnelle du Cœur, du Poumon et du Foie.
- Le Qi peut retenir le Sang (Qi Neng She Xue) en l'empêchant de s'échapper des Vaisseaux, notamment grâce à l'activité fonctionnelle de la Rate.

On considère que le Sang est la mère du Qi parce que le Sang approvisionne les Qi de tout l'organisme en éléments nutritifs, rendant possible l'ensemble de l'activité fonctionnelle. D'autre part, le Sang ancre, amarre et véhicule le Qi.

2) Relations entre le Qi et les Liquides Organiques

Les relations qu'entretiennent le Qi et les Liquides Organiques sont multiples. Tout d'abord, le Qi transforme et transporte les liquides. C'est un aspect très important des relations entre le Qi et les Liquides Organiques. Sans le pouvoir de transformation et de transport du Qi, les Liquides Organiques stagneraient, générant la maladie.

Deuxièmement, le Qi retient également les Liquides Organiques tout comme il retient le Sang. Si le Qi est insuffisant, les liquides s'échappent, pouvant entraîner incontinence urinaire ou énurésie (Vide de Qi du rein), transpirations spontanées (Vide de Qi du Poumon), pertes vaginales chroniques (Vide de Qi de la Rate).

Troisièmement, alors que le Qi produit les Liquides Organiques, ces derniers, par contre, jouent un rôle mineur dans la nutrition du Qi. Un Vide de l'Estomac et de la Rate peut, à la longue, entraîner une insuffisance des liquides (dans la mesure où c'est l'Estomac qui est à l'origine des liquides). De même, après une perte importante de liquides, en cas de transpirations profuses par exemple, le Qi peut devenir insuffisant et la personne peut alors présenter des membres froids, une grande pâleur, une crainte du froid, autrement dit des symptômes de Vide de Yang.

Ceci s'explique par le fait que les liquides qui constituent la sueur dans l'espace situé entre la peau et les muscles, sont mélangés au Qi protecteur et que des transpirations profuses entraînent également une diminution du Qi Protecteur. Comme le Qi protecteur est Yang, on dit en médecine chinoise que "les transpirations profuses lèsent le Yang". Le Qi peut aussi être épuisé par des vomissements excessifs, d'où l'expression : "Sans aucun doute, des vomissements persistants épuisent le Qi".

D'autre part, si le Qi est insuffisant, les liquides peuvent s'échapper sous forme de sueur d'où l'expression : "Un Vide de Qi fait transpirer".

La relation entre le Qi et les Liquides organiques est un aspect du rapport Yin/Yang. Les rapports entre le Qi et les Liquides organiques sont très proches de ceux entre le Qi et le Sang:

- *Le Qi peut produire les Liquides organiques (Qi Neng Sheng Jin). Le Qi contrôle toutes les étapes du métabolisme des Liquides organiques.*
- *Le Qi peut mobiliser (et transformer) les Liquides organiques (Qi Neng Xing (Hua) Jin), par l'intermédiaire des fonctions des Viscères, en activant la Voie des Eaux et en permettant l'excrétion des fluides.*
- *Le Qi peut retenir les Liquides organiques, les Liquides organiques peuvent entraîner le Qi (Qi Neng She Jin; Jin Neng Zai Qi). Le Qi est responsable de l'élimination des Liquides organiques, notamment sous forme de sueur et d'urine, mais il peut également les contrôler et les contenir dans l'organisme, afin d'éviter leur perte excessive. En s'échappant, les Liquides organiques peuvent entraîner le Qi avec eux; ainsi, une transpiration abondante, une diarrhée et n'importe quelle autre déperdition de fluides peuvent-elles entraîner une diminution du Qi.*

Jin Wei Qi	Circulent tous deux à l'extérieur des Jing Luo; ils réchauffent, humidifient et nourrissent la peau et les Muscles	Wei Qi protège le Corps des invasions externes Jin l'humidifie
Ye Ying Qi	Circulent ensemble et vont humidifier et nourrir les Zang Fu et les Tissus	Ye humidifie et entretient des relations privilégiées avec le Cerveau, les Os et les Orifices. Ying Qi nourrit

3) Relations entre le Sang et les Liquides Organiques

Il existe une relation de nutrition mutuelle entre les liquides et le Sang. D'une part, les Liquides Organiques reconstituent sans cesse le Sang et le fluidifient afin qu'il ne coagule pas et ne stagne pas. Au Chapitre 71 de L'Axe Spirituel, il est dit : "Le Qi Nourricier sécrète les Liquides Organiques ; ces derniers pénètrent dans les vaisseaux sanguins et sont transformés en Sang".

De même, on lit au Chapitre 81 : "Si les Liquides Organiques sont équilibrés, ils deviennent rouges et sont transformés en Sang".

D'autre part, le Sang peut aussi nourrir et augmenter le volume des Liquides Organiques. Le Sang et les Liquides Organiques sont tous deux Yin et quelque peu interchangeables. C'est pour cette raison qu'une perte durable et importante de Liquides Organiques, comme dans les transpirations spontanées chroniques (ou une pratique excessive du sauna), peut entraîner un Vide de Sang. Inversement, des pertes de sang chroniques, comme c'est le cas dans les ménorragies, peuvent entraîner un épuisement des Liquides Organiques et de la sécheresse.

Comme le Sang et les Liquides Organiques ont la même origine et qu'ils se nourrissent mutuellement, les méthodes de traitement qui reposent sur la diaphorèse et celles qui reposent sur le saignement sont contradictoires et ne doivent jamais être utilisées ensemble. Si un malade saigne, il ne faut donc pas provoquer la transpiration et si un malade transpire, il est exclu de le faire saigner. Au Chapitre 18 de L'Axe Spirituel, on lit : "En cas de saignements abondants, il ne faut pas faire transpirer ; en cas de transpirations profuses, il ne faut pas faire saigner". De même, dans le Traité des Maladies dues au Froid, on lit : "Lorsqu'un malade présente un Vide de Sang grave, ne le faites pas transpirer".