

Sang, nutrition et conscience de soi

Jean-Marc Eyssalet

Introduction

Si le caractère XIN 心 peut se traduire aussi bien par cœur que par conscience, c'est parce que l'ensemble de ses réseaux les MAI 脈 et le sang XUE 血 qu'ils véhiculent perfusent la totalité du corps-psychisme selon un mouvement cyclique qui assure leur retour vers le centre du cœur et synthétise la conscience globale du terrain.

Ainsi que l'exprime le **Su Wen 10** :

諸血者皆屬於心

ZHU XUE ZHE JIE SHU YU XIN

Tout le sang se relie au cœur.

De même le **Su Wen 17** :

夫脈者血之腑也

FU MAI ZHE XUE ZHI FU YE

Ainsi les vaisseaux (MAI) sont les réceptacles du sang.

Le sang et les vaisseaux représentent donc le lien constant fait d'allers-retours incessants entre le centre du cœur, celui de la poitrine, et l'ensemble des réseaux qui vont jusqu'à l'extrême périphérie puis reviennent au centre.

► **Le foie, le sang et le HUN, le cœur, les vaisseaux et le SHEN**

L'association du sang XUE 血 aux vaisseaux MAI 脈 est indissociable de celle qui conjugue dynamiquement l'énergie du foie GAN 肝 à celle du cœur XIN 心, ainsi que le justifient ces deux citations du **Ling Shu 8** :

心藏脈肝藏血

XIN CANG MAI GAN CANG XUE

Le cœur thésaurise les vaisseaux, le foie thésaurise le sang.

Pourtant, en interrogeant plus avant le même texte nous lisons que :

脈舍神血舍魂

MAI SHI SHEN XUE SHE HUN

Les vaisseaux abritent l'esprit individuel, le sang abrite le HUN phase dynamique (Bois) de l'esprit individuel.

Tout comme le foie nourrit le cœur, la circulation du sang dans les vaisseaux illustre cette autre assertion bien connue du **Ling Shu 8** :

隨神往來者謂之魂

SUI SHEN WANG LAI ZHE WEI ZHI HUN

Ce qui suit SHEN, l'esprit créateur individuel, va et vient avec lui, se nomme HUN (la phase dynamique de l'esprit individuel).

► Le sang, la rate, l'énergie nourricière et le YI

Le sang à la formation duquel l'énergie nourricière du foyer moyen contribue, est lui-même entraîné par RONG QI 榮氣 l'énergie nourricière dont on peut dire que l'impression circulatoire d'ensemble, à la fois nutritive du corps-psychisme, qualitative et globalement localisante, confère au sujet les inscriptions et les repères sensitifs, sensoriels, et émotionnels, propres à l'image de soi et à l'intentionnalité du YI 意.

D'après le **Ling Shu 8** :

脾藏營營舍意

PI CANG YING YING SHI YI

La rate thésaurise l'énergie nourricière, l'énergie nourricière abrite l'idéation-intentionnalité YI.

► L'énergie globale (alimentaire et respiratoire), les poumons et la gestion du PO

Le sang circulant ne peut être conçu qu'à partir du composé XUE QI 血氣 « énergie-sang » qui combine l'élan et le pouvoir fonctionnel de circulation et de transformation du QI 氣, à la capacité nutritionnelle structurante et synthétique du sang XUE 血.

Leurs proportions ne cessent de varier en fonction des méridiens, des niveaux énergétiques, du sexe, de l'âge, des saisons, de l'alimentation et de l'activité.

Les poumons « premier ministre » (XIANG FU 相傳) reçoivent du triple réchauffeur les énergies clarifiées tirées du bol alimentaire qu'ils conjuguent à partir du centre de la poitrine, le R.M. 17, TAN ZHONG 膻中, avec l'énergie claire reçue de la respiration, pour former « l'énergie des rythmes ancestraux » ZONG QI 宗氣, laquelle entretient le dynamisme de l'inspir et de l'expir (HOU XI 呼吸).

Ils sont donc indispensables à la vitalisation du sang par le souffle aérien inhalé et l'ensemble des nutriments clairs dont ils assurent, avec la rate, le pourvoi du sang.

Le **Ling Shu 8** les présente ainsi :

肺藏氣氣舍魄

FEI CANG QI QI SHE PO

Les poumons thésaurisent les souffles, les souffles abritent le PO (phase structurante de SHEN).

Ici à nouveau le **Ling Shu 8** apporte une précision sur le dynamisme énergétique du PO dans l'économie globale du sujet.

並精而出人者謂之魄

BING JING ER CHU RU ZHE WEI ZHI PO

Ce qui va de pair avec le principe vital JING, en rentrant et en sortant avec lui, se nomme le PO (phase constructive de l'esprit SHEN).

On comprend qu'il s'agit en substance de la gestion du JING QI 精氣 ou « principe vital porté par le souffle », cependant l'accent mis ici par le texte sur le JING ou principe vital rappelle que les poumons sont placés au carrefour entre les liquides qui montent de la rate vers eux sous forme d'humidité, et ceux que les poumons condensent et abaissent alors en direction des reins et de la vessie.

La rate gère après l'estomac l'absorption des liquides et donc du JING acquis en direction des poumons et de la peau : le PO en règle alors la sortie.

Les poumons gèrent la descente des liquides vers les reins et la vessie : ils stimulent alors l'absorption du JING et l'élimination des liquides excédentaires.

► Les reins, l'essence vitale innée et le vouloir

L'énergie des reins dépositrice de la réserve globale de vitalité liée à l'énergie innée ainsi qu'aux caractéristiques héréditaires de la lignée et de l'espèce, représente la fonction mère du foie ainsi que du sang qu'il recèle.

De plus, les fonctions corrélées des reins et du foie gèrent le dynamisme du réchauffeur inférieur, lieu d'extériorisation des énergies défensives WEI QI 衛氣, d'élimination des liquides excédentaires et de réabsorption des liquides clarifiés.

Le **Ling Shu 8** les qualifie ainsi :

腎藏精精舍志

SHEN CANG JING JING SHI ZHI

Les reins thésaurisent le principe vital, le principe vital abrite la capacité réalisatrice (le vouloir).

Les reins ont donc logiquement un impact déterminant sur la vitalité d'origine héréditaire que véhicule le sang à partir du JING inné.

S'ils donnent appui au YIN du sang et à ses réserves, leur rôle par rapport au « vouloir », le ZHI, comprend l'ensemble des dynamismes YANG qui façonnent la particularité

génétique et existentielle du sujet, de son identité humorale à sa volonté spécifique d'expression.

Si le sang dans tous ses aspects représente une production synthétique des cinq organes-fonctions, son réseau d'ensemble reliant incessamment centre et périphérie, dépend du cœur et du SHEN 神, les variations cycliques de sa répartition dépendent du foie et du HUN, les bases initiales de sa production dépendent du foyer moyen conjuguant rate et estomac.

Nous allons envisager à partir de trois textes tirés des **Nei Jing** comment, selon nous, la formation effective du sang ne dépend pas seulement d'une association intime entre énergies (RONG QI, WEI QI) et substrats (JING YE 津液 liquides organiques, JING principe vital ...) mais comment elle résulte également d'un itinéraire ouvrant sur la connaissance du terrain et des limites corporelles.

- Le premier est tiré du **Ling Shu 18** et concerne une description des productions du foyer moyen.
- Le second tiré du **Ling Shu 81** présente les productions des foyers supérieur et moyen.
- Le troisième vient du **Su Wen 21** et exprime le rapport cyclique des énergies qui entraînent le sang entre centre de la poitrine et périphérie du corps.

Sang et production du foyer moyen (**Ling Shu 18**)

Nous savons d'après le **Su Wen 17** que « *les vaisseaux au pouls sont les palais du sang* » : FU MAI ZHE XUE ZHI FU YE 夫脈者血之府也.

De son côté le **Su Wen 18** établit une relation entre la constance d'expression de l'énergie vitale et sa dépendance directe avec l'énergie de l'estomac qui fait le velouté et la qualité de remplissage des pouls : PING REN ZHI CHANG QI BING YU WEI WEI ZHE PING REN ZHI CHANG QI YE 平人之常氣稟于胃胃者平人之常氣也 « *chez le sujet sain le souffle est constamment dépendant de la nutrition par l'estomac ; (l'émanation de) l'estomac est (garante de) la constance de l'énergie du sujet sain.*

C'est bien ce qu'exprime la description des productions du foyer moyen par le **Ling Shu 18** :

中焦亦並胃中出上焦之後此所受氣者。泌糟粕蒸津液化其精微上注於肺脈。乃化而為血以奉生身莫貴於此。故獨得行於經隧命曰營氣

ZHONG JIAO YI BING WEI ZHONG CHU SHANG JIAO ZHI HOU CI SUO SHOU QI ZHE. BI ZAO PO ZHENG JIN YE HUA QI JING WEI SHANG ZHU YU FEI MAI. NAI HUA ER WEI XUE YI FENG SHENG SHEN MO GUI YU CI. GU DU DE XING YU JING SUI MING YUE YING QI

Le foyer moyen également associé au centre de l'estomac, sort après (dans l'ordre de succession) le foyer supérieur ; Ce lieu reçoit l'énergie (des aliments), il en filtre les résidus et les lies, il en distille les liquides organiques superficiels et profonds ; il en tire par voie de transformation (HUA) les éléments subtils de l'essence vitale, il élève ces produits qu'ils déverse vers le méridien des poumons. C'est alors qu'il s'effectue une métamorphose et cela devient le sang afin qu'il soit offert à la vie du moi corporel, rien n'est plus précieux que cela. Ainsi étant le seul à obtenir de circuler à l'intérieur des conduits des trajets énergétiques, on le nomme énergie nourricière (YING QI).

L'estomac (entendre ici l'estomac-duodénum) en tant que « mer des nourritures » (**Ling Shu 33**) est le premier viscère creux à recevoir les aliments.

À son niveau s'effectuent les transformations principales concernant les aliments et les liquides. Le foyer moyen procède aux opérations d'extraction qualitatives et quantitatives qui se poursuivront dans les deux autres réchauffeurs, en fonction des montées et des descentes :

- L'énergie directement assimilable des aliments est séparée des résidus et des lies qui poursuivront leur itinéraire vers le foyer inférieur.
- Les liquides organiques activés (JIN YE 津液) vont monter sous forme d'humidité pour participer aux échanges externes, ou descendre et participer avec les saveurs à la structuration interne.
- Les éléments subtils de l'essence vitale concernent l'apport qualitatif le plus subtil des aliments, et représentent une contribution du principe vital acquis à la stimulation de l'esprit individuel (SHEN 神) et au renforcement de l'énergie ancestrale des reins.

Montée des substrats clarifiés au foyer supérieur : Comparaison entre *Ling Shu 18, 71* et *56*

*Énergies et saveurs, liquides activés et éléments subtils de l'essence vitale montent vers les poumons, résume le **Ling Shu 18** ; nous savons cependant par d'autres textes d'époque comparable, que les énergies raffinées qui montent du foyer moyen au foyer supérieur participent d'abord à la formation de « l'énergie des rythmes ancestraux » ZONG QI 宗氣.*

Ainsi d'après le **Ling Shu 71** :

**五穀入於胃也其糟粕津液宗氣分為三隧。故宗氣積於胸中
出於喉嚨以貫心脈而行呼吸焉**

WU GU RU YU WEI YE QI ZAO PO JIN YE ZONG QI FEN WEI SAN SUI. GU ZONG QI
JI YU XIONG ZHONG CHU YU HOU LONG YI GUAN XIN MAI ER XING HU XI YAN

Les cinq graines entrent dans l'estomac. Leurs résidus et leurs lies, leurs liquides orga-

niques superficiels et profonds, leur énergie des rythmes ancestraux se répartissent selon trois tunnels. Donc l'énergie ZONG (des rythmes ancestraux) s'accumule au centre de la poitrine, elle sort au niveau de la gorge, enfile le vaisseau méridien du cœur et fait circuler l'expir et l'inspir.

On retrouve ici, comme dans le **Ling Shu 18**, les mentions des « résidus et des lies » (ZAO PO 糟粕), des « liquides organiques » (JIN YE 津液), seule la mention de ZONG QI 宗氣, l'énergie des rythmes ancestraux, remplace celle des JING WEI 精微 ou éléments subtils de l'essence vitale.

Le **Ling Shu 18** nous indique que ces produits sont élevés vers les poumons et qu'à la suite d'une métamorphose (HUA 化) s'effectue la production du sang.

Ainsi, qu'il s'agisse d'une participation des poumons à la formation du sang ou d'une mise en mouvement de l'inspir et de l'expir par l'énergie ZONG 宗 enfilant la gorge et le méridien du cœur, la fonction respiratoire est ici présentée comme participante active à la formation et à la circulation du sang.

Le **Ling Shu 56** permet peut-être d'approcher une synthèse car il envisage d'emblée l'apport direct des énergies tirées de la respiration et massées au centre de la poitrine en complément des trois réchauffeurs et en continuité avec eux :

其大氣之搏而不行者積於胸中命曰氣海出於肺循咽喉故呼則出吸則入天地之精氣氣大數常出三入一

QI DA QI ZHI TUAN ER BU XING ZHE JI YU XIONG ZHONG MING YUE QI HAI
CHU YU FEI XUN YAN HOU GU HE ZE CHU XI ZE RU TIAN DI ZHI JING QI QI DA SHU
CHANG CHU SAN RU YI

Cette grande énergie se masse et ne circule plus ; elle s'accumule au centre du thorax, le nom qu'on lui donne est « la mer du souffle » ; elle sort par les poumons, elle suit la gorge, donc à l'expir elle sort, à l'inspir elle rentre, c'est le souffle porteur du principe vital du ciel et de la terre. Sa grande numération c'est qu'elle sort constamment selon trois (phases) et rentre en une seule (DA QI, le souffle cosmique).

La comparaison de ces deux extraits du **Ling Shu** nous montre :

- Dans le **Ling Shu 71** une polarité des énergies alimentaires raffinées (participant à la formation de ZONG QI 宗氣) pour le méridien du cœur et l'activation respiratoire :
- Dans le **Ling Shu 56** une polarité des énergies respiratoires (naturellement claires) pour le centre de la poitrine et les poumons dans leur fonction ventilatoire.

La formation du sang et sa distribution ainsi que celle des énergies et des liquides dans le corps entier dépend de ces deux mouvements :

- Celui de l'estomac associé au triple réchauffeur et nourrissant l'énergie du cœur, du sang et des vaisseaux ;

- Celui des poumons associé à la « mer du souffle » qui relie le mouvement et la composition du sang au souffle aérien.

La nature « précieuse » du sang « offert à la vie du sujet » que souligne le **Ling Shu 18** est inhérente au fait qu'il représente une synthèse unique entre énergie et substances, caractéristique des synergies qui s'effectuent entre énergie et liquide à partir du foyer supérieur.

C'est aussi la raison pour laquelle le texte entretient volontairement un certain chevauchement, voire une confusion entre le sang qui circule dans les vaisseaux sanguins et l'énergie nourricière YING QI 營氣 qui emprunte les conduits des méridiens.

Le **Ling Shu 18** établit finalement une distinction fonctionnelle de la plus haute importance entre les énergies circulantes et le sang :

營微者精氣也血者神氣也故血者與氣異名同類焉

YING WEI ZHE JING QI YE XUE ZHE SHEN QI YE GU XUE ZHI YU QI YI MING
TONG LEI YAN

Les énergies nourricière et défensive sont de l'énergie associée au principe vital ; le sang lui est l'énergie de l'esprit individuel. Donc le sang et le souffle, bien qu'ayant des noms différents, appartiennent à la même catégorie.

On sait en effet que sang et énergie nourricière ont partie liée car ils se talonnent, se secondent et parfois même se confondent dans leur fonction nutritive du corps et des pouls, mais selon un rapport hiérarchique qui placera toujours le sang en rapport avec le cœur et l'ensemble des réseaux, c'est-à-dire le centre et l'organisation d'ensemble liés à l'esprit individuel SHEN 神.

Le foyer moyen et la synthèse du sang à la périphérie du corps (**Ling Shu 81**)

Le dernier chapitre du **Ling Shu** (L 581) offre un complément surprenant mais particulièrement riche sur la formation du sang :

中焦出氣如露上注谿谷而滲孫脈津液和調變化而赤為血血和則孫脈先滿溢乃注於絡脈皆盈乃注於經脈。陰陽已張因息乃行行有經紀周有道理與天合同

ZHONG JIAO CHU QI RU LU SHANG ZHU XI GU ER SHEN XUN MAI JIN YE HE
TIAO BIAN HUA ER CHI WEI XUE XUE HE ZE XUN MAI XIAN MAN YI NAI ZHU YU LUO
MAI JIE YING NAI ZHU YU JING MAI. YIN YANG YI ZHANG YIN XI NAI XING XING YOU
JING JI ZHOU YOU DAO LI YU TIAN HE TONG

Le foyer moyen fait sourdre le souffle-énergie comme de la rosée qui monte et se déverse dans les petites et grandes vallées ; il pénètre alors dans les capillaires périphériques,

harmonise et conjugue les liquides organiques superficiels et profonds ; il se produit alors une série de changements et métamorphoses, alors cela vire au rouge et forme le sang. Le sang étant harmonisé, les capillaires périphériques sont les premiers à se remplir complètement, c'est alors qu'ils se déversent dans les méridiens secondaires LUO ; ces derniers étant remplis, alors (le sang) se déverse dans les méridiens principaux (JING MAI)

Le YIN et le YANG achèvent déjà leur déploiement et c'est grâce à la respiration qu'ils peuvent ainsi circuler. Cette circulation est soumise à des règles de trajectoire ; les cycles disposent de principes de circulation semblables à l'harmonie du ciel.

Si le souffle du foyer moyen sort comme la rosée peut sourdre au matin, c'est qu'il représente la première phase d'une synthèse qui comprend déjà énergie, liquides purifiés et essence vitale dont la rosée est une métaphore taoïste. Non seulement cette rosée monte mais elle s'extériorise et remplit les interstices périphériques, les petites et les grandes vallées (XI GU 谿谷), territoires poreux du revêtement cutané répondant à la législation des poumons et premiers réceptacles de tout ce que le triple réchauffeur a produit d'énergie « claires ».

C'est seulement ensuite que le texte mentionne la pénétration de cette énergie-rosée dans les capillaires périphériques (XUN MAI 孫脈) les vaisseaux fins comme des fils de soie, et son harmonisation, sa conjugaison avec les liquides organiques (JIN YE 津液).

En comparant les différents textes, on peut penser que l'association entre énergie nourricière YING QI 營氣 et liquides organiques JIN YE 津液 commence au foyer moyen mais se poursuit ensuite dans les circulations des canalicules périphériques du corps.

Pour le **Ling Shu 81** c'est seulement à partir de cette jonction périphérique de l'énergie nourricière et des liquides organiques dans les capillaires filiformes de la couverture cutanée que pourront s'effectuer les changements et métamorphoses aboutissant à la formation du sang dont la couleur rouge indique la nature synthétique liée au cœur et à SHEN 神.

C'est dans cette périphérie des XUN LUO que le sang est harmonisé (HE 和) car c'est à leur niveau qu'il commence à pénétrer dans les conduits placés sous la législation du cœur comme le **Su Wen 18** le confirme :

心藏血脈之氣也

XIN CANG XUE MAI ZHI QI YE

Le cœur met en recel le souffle-énergie des vaisseaux et du sang.

Cette harmonisation périphérique du sang ne nous paraît pas seulement une projection synthétique de tous les facteurs fonctionnels et nutritifs extériorisés par le foyer moyen vers les frontières cutanées ; elle nous paraît également offrir une expression originale de la prise de conscience de soi même mettant en jeu SHEN QI 神氣 l'énergie de l'esprit individuel à partir de la sensation tactile extéroceptive.

Le sang considéré ainsi de ce point de vue, deviendrait alors simultanément une syn-

thèse dynamique des énergies et substrats nécessaires à l'entretien de la vie et un support de la conscience de son propre terrain par l'intermédiaire de cet entretien même.

Cette perspective contribuerait à éclairer l'affirmation du **Ling Shu 18** :

營微者精氣也血者神氣也

YING WEI ZHE JING QI YE XUE ZHE SHEN QI YE

Les énergies nourricière et défensive sont l'énergie associée au principe vital. Le sang lui, est l'énergie de l'esprit individuel.

La suite du **Ling Shu 81** nous explique comment le sang des capillaires périphériques établit sa voie de retour vers les vaisseaux secondaires LUO MAI 絡脈 qu'il remplit à leur tour avant d'accéder aux méridiens principaux JING MAI 經脈 traversant et parcourant ainsi l'ensemble du volume corporel et en révélant la conscience à travers les déploiements des réseaux YIN et YANG.

Cette circulation du sang et des douze méridiens dépend elle-même de la relance respiratoire dont ZONG QI assure l'entretien.

Les règles qui président aux trajectoires et aux cycles du sang et de l'énergie expriment l'organisation de SHEN 神, le terrain individuel, lui-même tributaire des lois naturelles (TIAN 天 le ciel).

Assimilation énergétique et conscience de soi d'après le **Su Wen 21**

Bien qu'il ne mentionne pas nommément le sang dans son exposé sur l'assimilation des énergies par l'estomac, le **Su Wen 21** en présente implicitement la formation et l'itinéraire à travers les lieux cibles cités :

食氣入胃。散精於肝。淫氣於津筋。食氣入胃。濁氣歸心。淫精於脈。脈氣流經。經氣歸於肺。肺朝百脈。輸精於皮毛。毛脈合精。行氣於腑。腑精神明。留於四藏。氣歸於權衡。權衡以平。氣口成寸以決死生。

SHI QI RU WEI. SAN JING YU GAN. YING QI YU JIN. SHI QI RU WEI. ZHUO QI GUI XIN. YIN JING YU MAI. MAI QI LIU JING. JING QI GUI YU FEI. FEI CHAO BAI MAI. SHU JING YU PI MAO. MAO MAI HE JING. XING QI YU FU. FU JING SHEN MING. LIU YU SI CANG. QI GUI YU QUAN HENG. QUAN HENG YI PING. QI KOU CHENG CUN YI JUE SI SHENG.

L'énergie des aliments pénètre dans l'estomac. Elle en diffuse le principe vital vers le foie. Le souffle en excédant imprègne les muscles. L'énergie des aliments pénètre dans l'estomac. Le souffle trouble rejoint le cœur. Le principe vital en excédent va dans les vaisseaux. Le souffle des vaisseaux s'écoule dans les méridiens. Le souffle des méridiens retourne aux

poumons. Les poumons reçoivent les cent vaisseaux en audience matinale. Ils transportent le principe vital vers la peau et les poils. Les vaisseaux et les poils rassemblent le principe vital. Ils font circuler le souffle vers le palais. Ce palais raffine les principes de clarté de l'esprit qui vont séjourner dans les quatre (autres) organes collecteurs. Leur énergie retourne vers le grand juge arbitre (mesurateur). Le grand juge arbitre effectue une répartition équilibrée. Le pouls radial prend alors sa (juste) mesure, afin de permettre de faire des pronostics (entre vie et mort).

Le foie apparaît comme le premier bénéficiaire de l'essence vitale issue du contenu alimentaire gastrique. Rappelons qu'en physiologie occidentale l'axe veineux de la veine porte, draine le sang enrichi par l'absorption intestinale pour le porter au foie qui réalise alors le premier contrôle alimentaire. Non seulement la polyvalence métabolique de cet organe lui permet de délivrer à l'organisme, un courant constant de nutriments aptes à fournir de l'énergie, mais il représente en lui-même un centre de régulation de la masse sanguine circulant dans le corps.

L'essence vitale ainsi diffusée vers le foie répond globalement tout aussi bien à la mise en réserve du glycogène qu'au recel hépatique d'un sang enrichi par la digestion et nous rappelle le **Ling Shu 8** : *Le foie thésaurise le sang.*

Le souffle - énergie excédentaire transmis vers l'aspect effecteur de la fonction musculaire (JIN 筋, les tendons) nous rappelle l'entretien énergétique constant de l'arbre ostéo-ligamentaire entretenant la conscience de soi de l'état de veille et la mise en réserve du glucose excédentaire sous forme de glycogène musculaire : « le sang abrite le HUN » **Ling Shu 8**.

Le cœur est le bénéficiaire du « souffle trouble » (ZHUO QI 濁氣) issu du contenu gastrique : il s'agit à l'évidence de l'aspect « clair du trouble », c'est-à-dire de l'énergie alimentaire (trouble) suffisamment raffinée pour avoir traversé le filtre diaphragmatique et qui représente le riche substrat dynamisé à partir duquel cœur et poumons forment le sang. L'essence vitale JING 精 qu'apporte le composé d'énergie vitale JING QI 精氣, va donc être répartie par le cœur dans l'ensemble des vaisseaux qui constituent à la fois, nous le savons, les recels du cœur (CANG 藏 - **Ling Shu 8**) et les réceptacles du sang (FU 腑 - **Su Wen 17**).

Le souffle des vaisseaux accompagnant et entraînant le sang peut alors suivre les directions tracées par les méridiens ; elles correspondent aux « règles de trajectoire » (JING JI 經紀) et aux « principes de circulation semblables à l'harmonie céleste » (DAO LI YU TIAN HE TONG 道理與天合同) mentionnés par le **Ling Shu 81**.

Dans ce dernier texte en effet, les énergies et substrats précieux (« comme la rosée ») ayant été projetés vers la périphérie du corps (« petites et grandes vallées » XI GU 谿谷,

puis « vaisseaux fins comme des fils » XUN MAI 孫脈), les produits des deux foyers supérieurs reviennent en empruntant vaisseaux et méridiens, associant ainsi - sans les confondre - les apports substantiels liés au cœur (vaisseaux, sang, énergie nourricière et liquides) aux mouvements fonctionnels différenciés liés aux poumons (trajets d'énergie, méridiens principaux et secondaires, énergie nourricière).

C'est ainsi que *le souffle des méridiens retourne aux poumons* pour y être réévalué, ajusté en fonction du plan général de répartition des énergies et selon la vertu discriminante du métal. C'est entre trois heure et cinq heure du matin, heures de la marée énergétique du méridien des poumons que cette régulation, semblable à l'audience du premier ministre de l'époque impériale chinoise, s'exercera au mieux.

Les poumons extériorisent alors le sang et l'énergie par leurs méridiens et leurs vaisseaux vers la peau et les poils qui dépendent du métal-poumons.

Les vaisseaux et les poils rassemblent alors le principe vital JING 精, ce qui tend à montrer l'unification périphérique des énergies propres au foyer supérieur et rassemblant les contributions du cœur - maître du cœur (vaisseaux) avec celle des poumons (peau et poils).

Sang et énergie rassemblant leur essence vitale JING 精 constituent alors le composé XUE QI 血氣 « sang - énergie » qui va circuler vers son « palais » (FU 府).

Ce « palais » n'est pas un viscère creux, mais représente d'après les principaux commentateurs, le centre de la poitrine TAN ZHONG 膻中 le R.M. 17, qui est également le palais du « maître du cœur » XIN ZHU 心主.

Ce lieu à partir duquel se forme ZONG QI 宗氣 « l'énergie des rythmes ancestraux » est en rapport direct avec la distribution du sang et des énergies, les battements du cœur et le mouvement respiratoire.

Mais on voit ici qu'il est également un lieu de retour des énergies les plus fines et les plus globales puisqu'il reçoit ici les essences vitales confondues du sang et de l'énergie apportant leur message au centre de la poitrine, porte d'entrée vers le cœur-conscience XIN 心.

Ce palais raffine les principes de clarté de l'esprit qui vont séjourner dans les quatre (autres) organes collecteurs, nous confirme que ce retour énergétique de la périphérie du corps vers le centre de la poitrine concerne bien tous les aspects de la conscience de soi, des aspects sensoriels les plus élémentaires jusqu'aux intégrations et aux états intérieurs les plus raffinés, ce que souligne parfaitement le composé SHEN MING 神命 « principes de clarté de l'esprit ».

Dans un élan initial à la suite de leur production, sang et énergie se déploient et se remettent en jeu par cette extériorisation, se risquant aux frontières du corps. Dans leur mouvement de retour ils rapportent leurs modifications, leurs informations et la vitalité

synthétique (JING du sang et de l'énergie) la lumière fine (SHEN MING 神命) qui en découlent.

JING 精 constituent alors le composé XUE QI 血氣 « sang - énergie » qui va circuler vers son « palais » (FU 府).

Les principes de clarté de l'esprit SHEN MING 神命 « séjournent alors dans les quatre autres organes de recel (ZANG 臟) ». Par cette nouvelle proposition le texte confirme que les énergies raffinées reçues de la périphérie du corps en direction du centre de la poitrine, vont nourrir et entretenir la clarté (MING 命) de l'esprit SHEN 神 que recèle le cœur et transmettre cette clarté aux « phases fondamentales de SHEN » ou BEN SHEN 本神, le PO, le HUN, le YI et le ZHI dont les quatre autres organes ont la charge. On peut considérer cette voie comme l'une des plus importantes expressions de la conscience de fond du corps-psychisme en médecine chinoise.

L'énergie retourne alors, nous dit le texte, vers le « grand mesureur », terme métaphorique qui désigne le dispositif chargé d'évaluer l'équilibre de l'énergie ainsi réintégrée : QUAN 權 signifie les poids et HENG 衡 exprime une balance.

Selon nous, le texte exprime ici l'évaluation de la mesure du sang et de l'énergie transmis par les cinq organes et dont seuls les trois niveaux du triple réchauffeur sont aptes à donner la mesure dans une perspective reliée, par leur implication dans la production du sang et des énergies circulants.

Le pouls radial QI KOU 氣口 ou « bouche du souffle », « parachève sa mesure », c'est-à-dire qu'il reflète exactement l'équilibre, la nature et l'intensité des transformations internes et permet par là même d'établir des pronostics.

Ce dernier retour de l'énergie et du sang vers le « palais » (FU) du maître du cœur et le « grand mesureur » (QUAN HENG 權衡) ou triple réchauffeur, régulateur des pouls (QI KOU 氣口) nous invite à un rapprochement avec le *Nan Jing* 4 :

脈有陰陽之法何謂也。然呼出心與肺吸入腎與肝。呼吸之間脾受穀味也其脈在中

MAI YOU YIN YANG ZHI FA HE WEI YE. RAN HOU CHU XIN YU FEI XI RU SHEN YU GAN. HU XI ZHI JIAN PI SHOU GU WEI YE QI MAI ZAI ZHONG

Les pouls sont détenteurs de la loi du Yin et du Yang. Quel est le sens de cela ? Voilà : l'expir sort en correspondance avec le cœur et les poumons, l'inspir rentre en continuité avec les reins et le foie. Dans l'intervalle entre l'expir et l'inspir, la rate reçoit les saveurs des graines ; son pouls se tient au centre.

Nous savons que cœur et poumons sont coordonnés par le réchauffeur supérieur et que foie et reins le sont par le réchauffeur inférieur. La rate au centre correspond, avec l'estomac au réchauffeur moyen.

La descente de l'inspir commandé par le foyer inférieur et la remontée de l'expir

commandé par le foyer supérieur après traversée du foyer moyen vers le bas et vers le haut au cours de chaque mouvement est à mettre en parallèle avec la formule du **Ling Shu 8** : ce qui va de pair avec le principe vital JING en rentrant et en sortant avec lui, se nomme le PO (phase constructive de l'esprit SHEN 神, liée au poumons). Le mouvement d'alternance du souffle respiratoire également nécessaire à la distribution des énergies alimentaires (la rate reçoit les saveurs des graines) répond à la question des énergies par le PO des poumons : *les poumons thésaurisent les souffles, les souffles abritent le PO.*

Cependant l'énergie et les substrats du sang ainsi produits passent au foyer supérieur puis au centre de la poitrine sous la responsabilité au foyer supérieur, puis au centre de la poitrine sous la responsabilité conjointe du cœur – maître du cœur et des poumons.

Les distributions énergétiques et sanguines qui vont du centre de la poitrine vers la peau, puis de la peau et des vaisseaux vers le centre de la poitrine évoquent le mouvement du HUN décrit par le **Ling Shu 8**, que « *le foie thésaurise le sang, le sang abrite le HUN* ».

Le centre de la poitrine représente le lieu d'ajustement entre les énergies vitales JING QI 精氣 émises et réabsorbées selon le mouvement du PO, et les énergies de la conscience du sujet SHEN QI 神氣 allant et venant avec SHEN 神 selon la dynamique du HUN.

On retrouve ici l'affirmation du **Ling Shu 18** :

Les énergies nourricière et défensive sont de l'énergie associée au principe vital (JING QI 精氣). Le sang XUE 血, lui est l'énergie de l'esprit individuel (SHEN QI 神氣).

On comprend donc que le mouvement des énergies et du sang produits par le triple réchauffeur et canalisés par le maître du cœur puisse, dans son retour vers le centre de la poitrine (R.M. 17) devenir générateur de conscience subtile (SHEN MING 神命) pour les cinq organes et régulateur de la coordination respiratoire et des pouls qui en dépendent.

Applications thérapeutiques

Sang, spasmes œsophago-diaphragmatiques et perte de mémoire

I) Sang et énergies, à partir de leur production au foyer moyen peuvent être gênés dans leur mouvement d'extériorisation qui passe par le foyer supérieur.

Il s'agit souvent d'un conflit émotionnel se traduisant par un chagrin brutal ou une peur entraînant un spasme du diaphragme avec entassement énergétique sous-diaphragmatique.

On propose la puncture dans le sens de l'énergie du R.M. 13, SHANG WAN 上脘 « *Portion supérieure de l'Estomac* » qui traite le spasme du cardia avec agitation et asthénie psychique globale.

Si les spasmes de l'œsophage et l'entassement énergétique s'accompagnent de dou-

leur du cardia avec affolement et pertes de mémoire, on propose la puncture en désobstruction du M.C. 4, XI MEN 卻門 « Porte de la fissure » point XI du maître du cœur, associé au R.M. 14, JU QUE 巨闕 « Grande porte du palais », point MU du cœur qui favorise le mouvement du sang vers le foyer supérieur et dissout les entassements en traitant l'amnésie et les pertes de mémoire.

2) Si la fermeture du foyer supérieur est plutôt liée à une grande peur avec spasme de l'œsophage, pyrosis et perte de mémoire, on libère le spasme par la puncture du M.C. 6, NEI GUAN 內關 « Barrière interne » qui restitue la mémoire des mots et on lui adjoint les punctures du Rn. 26, YU ZHONG 郁中 « centre florissant » qui renforce la mémoire et lève le spasme œsophagien.

3) Lorsque la production du sang est insuffisante et génère progressivement un état anémique, le mouvement de retour des énergies et du sang vers le centre de la poitrine devient lui-même insuffisant et l'entretien des SHEN MING 神命 « clarté de l'esprit » s'appauvrit, entraînant psychasthénie, troubles du sang et perte de mémoire.

La puncture du V. 17, GE SHU 膈俞 « Point assentiment du diaphragme » s'impose en tonification, mais on l'accompagne de celle du V. 43, GAO HUANG 膏肓 « Graisses fluides du diaphragme » qui traite l'anémie, les glaires accumulés bloquant le diaphragme et la perte de mémoire, voire l'amnésie.

On conseille également dans ce cas la tonification du D.M. 11, SHEN DAO 神道 « La Voie de l'esprit » qui correspond à l'avant au R.M. 17 TAN ZHONG 膻中 « centre de la poitrine », lieu de retour du sang porteur des SHEN MING 神命.

Le D.M. 11 traite effectivement les affaiblissements du système nerveux avec perte de mémoire, voire amnésie.