# *Théorie des 5 mouvements*

La théorie des Cinq Eléments constitue, avec la théorie du Yin et du Yang, la base même de la théorie médicale chinoise.

L'expression "Cinq Eléments" est utilisée depuis longtemps par les Occidentaux qui pratiquent la médecine chinoise. Certains y voient une compréhension erronée du terme chinois *Wu Xing* qui s'est perpétuée à travers les âges. *Wu* signifie "cinq", et *Xing* signifie "mouvement", "processus", "aller", ou encore "conduite, comportement". La plupart des auteurs considèrent donc que le terme *Xing* ne peut avoir la signification "d'élément", partie constitutive de la Nature, comme on l'entendait dans la philosophie de la Grèce antique.

En réalité les éléments, tels qu'ils furent définis par les divers philosophes grecs tout a cours des siècles, n'ont pas toujours été considérés comme des constituants de base de la Nature, comme des "substances fondamentales inertes et immobiles". Certains philosophes grecs les considéraient comme des caractéristiques dynamiques de la Nature, se rapprochant en cela des conceptions de la philosophie chinoise.

Les philosophes grecs utilisèrent différents termes pour désigner les éléments, témoins du manque d'homogénéité dans la vision qu'ils en avaient. Empédocle les appelait "racines" *(rhizomata),* Platon les appelait "composantes simples" *(stoicheia).* Aristote donnait une définition plus dynamique des quatre éléments et les appelait "formes primaires" *(prota somata). Il* écrivait : "Le Feu et la Terre sont des contraires qui sont nés de l'opposition de leurs caractéristiques respectives, telles qu'elles sont révélées à nos sens : le Feu est chaud, la Terre est froide. En plus de cette opposition fondamentale entre le chaud et le froid, il en existe une autre, entre le sec et l'humide d'où les quatre combinaisons possibles chaud-sec (le Feu), chaud-humide (l'Air), froid-sec (la Terre), et froid-humide (I'Eau). Les éléments peuvent se combiner et même se transformer l'un en l'autre. Ainsi la Terre, qui est froide et sèche, peut engendrer l'Eau si l'humidité remplace la sécheresse". Pour Aristote, les quatre éléments sont donc les quatre caractéristiques de base de tout phénomène naturel qui se ramène à la combinaison de quatre qualités fondamentales : chaud, froid, sec et humide. Comme on le comprend aisément d'après les lignes ci-dessus, les éléments aristotéliciens pouvaient se transformer l'un en l'autre et s'engendrer mutuellement. Cette interprétation est très proche de la conception chinoise qui considère les éléments comme des caractéristiques fondamentales de la Nature.

Aussi n'est-il pas entièrement juste d'affirmer que les Grecs ne voyaient dans les éléments que des constituants de base de la matière, des "briques" de l'édifice Nature. De plus, le terme "élément" n'a pas toujours ces connotations, si ce n'est dans l'acception qu'il prend en chimie moderne.

Enfin, il n'est pas non plus tout à fait exact d'écrire que les Chinois ne concevaient pas les éléments comme des constituants de base de la Nature. Bien sûr, les éléments sont des caractéristiques fondamentales primaires et dynamiques de tout phénomène naturel, et de nombreuses affirmations le confirment, mais ils sont, en plus, des constituants de base de la Nature. Ainsi peut-on lire : "Lorsque le Qi des éléments se stabilise, les choses prennent une forme".

En conclusion, il n'y a pas de raison véritablement valable pour affirmer que le terme "élément" est une traduction inacceptable du mot chinois Xing. De plus, si l'on considère que cette traduction est universellement acceptée dans le monde de la médecine chinoise, la changer ne ferait que semer une confusion inutile.

Les Cinq Eléments ne sont donc pas des constituants de base de la Nature, mais cinq processus fondamentaux, cinq caractéristiques, cinq phases d'un même cycle, ou cinq potentialités de changement inhérentes à tout phénomène.

La théorie des Cinq Eléments n'a pas toujours été appliquée dans l'histoire de la médecine chinoise et sa popularité a connu des hauts et des bas tout a cours des siècles. Elle devint extrêmement populaire à l'époque des Royaumes Combattants et se vit appliquée à la médecine, à l'astrologie, aux sciences naturelles, au calendrier, à la musique et même à la politique. Sa popularité était telle qu'elle servait à classer pratiquement tous les phénomènes. Toutefois, des critiques se firent entendre dès le début du 1$^{er}$ siècle. Le grand philosophe sceptique Wang Chong (27-97 après J.C.) critique la théorie des Cinq Eléments, qu'il trouvait trop rigide pour permettre d'interpréter correctement tous les phénomènes naturels. Il disait : "Le coq est associé au Métal et le lièvre au Bois : si le Métal domine effectivement le Bois, pour quoi le coq ne dévore-t-il pas le lièvre ?".

A partir de la dynastie des Han, l'influence de la théorie des Cinq Eléments en médecine chinoise a commencé à décliner. Ainsi, le grand livre classique de médecine écrit sous la dynastie des Han par Zhang Zhong Jing, *Traité des maladies dues au Froid,* ne mentionne pas les Cinq Eléments. Ce n'est que sous la dynastie des Song (960-1270) que la théorie des Cinq Eléments a connu un regain de popularité et a été appliquée de façon systématique en médecine chinoise, dans le diagnostic, la symptomatologie et le traitement.

A partir de la dynastie des Ming, la théorie des Cinq Eléments a connu un nouveau déclin car la médecine chinoise était alors dominée par l'étude des maladies infectieuses dues à la Chaleur externe, pour lesquelles on préférait, pour le diagnostic et le traitement, utiliser l'identification des tableaux pathologiques selon les Quatre Couches ou les Trois Réchauffeurs.

# LES CINQ ELEMENTS DANS LA NATURE

La théorie de Yin et de Yang est plus ancienne que celle des Cinq Eléments. Les premières mentions de Yin et de Yang remontent à la dynastie des Zho (environ 1000-770 avant J.C.), tandis que les premières références à la théorie des Cinq Eléments datent de la période des Royaumes Combattants (476-221 avant J.C.).

Certaines références aux Cinq Eléments, parmi les plus anciennes, ne mentionnent pas du tout le terme "d'éléments", mais parlent des "sièges de gouvernement" (Fu) ou "capacité, talent, matériau"*(Cai),* et en dénombrent six plutôt que cinq. On les appelait en fait les "cinq capacités" ou les "six sièges du gouvernement". Un ouvrage datant de la période des Royaumes Combattants précise : "Le Ciel a fourni les Cinq Capacités et les hommes les ont utilisées . Il dit aussi "Les six sièges du gouvernement sont l'Eau, le Feu, le Métal, le Bois, la Terre et le Grain". C'est le grain qui constituait donc le sixième élément.

Dans un ouvrage datant de la période des Han de l'Ouest (206 avant J.C.- 24 après J-C.), intitulé *La Célèbre Transmission du Livre Sacré,* on lit : "L'Eau et le Feu fournissent la nourriture, le Métal et le Bois donnent la prospérité et la Terre fait des provisions".

La théorie des Cinq Eléments et ses applications à la médecine semblent marquer les débuts de ce que l'on pourrait appeler la médecine "scientifique" et le recul du chamanisme. Les guérisseurs ne recherchent plus une explication surnaturelle aux maladies ; désormais ils utilisent à la fois des procédés inductifs et déductifs pour observer la Nature et s'efforcer d'y découvrir des schémas qui, par extension, peuvent être utilisés pour interpréter les maladies.

Ce n'est donc pas un hasard si les chiffres et la numérologie sont de plus en plus utilisés pour interpréter la Nature et le corps humain. On note 2 polarités de base (le Yin et le Yang), une "structure" cosmique à 3 niveaux (le Ciel, l'Homme, la Terre), 4 saisons, 5 Eléments, 6 climats dans la Nature, 5 viscères Yin et 6 viscères Yang dans le corps humain. Le chiffre 5 et les 5 Eléments sont associés aux phénomènes terrestres, et le chiffre 6 est associé aux phénomènes célestes (les 6 facteurs climatiques). La classification de toute chose selon une numérotation est caractéristique d'un esprit de recherche et d'analyse.

Il est intéressant de noter que c'est à peu près à la même époque que les Grecs ont élaboré leurs théories sur les Eléments. Dans son essai *Sur le mal sacré,* Hippocrate s'est lancé dans une critique en profondeur de la théorie supranaturelle sur l'étiologie de l'épilepsie.

Dans l'ouvrage intitulé *Shang Shu,* écrit sous la dynastie des Zho de l'Ouest (1000-771 avant J.C.), on peut lire : "Les Cinq Eléments sont l'Eau, le Feu, le Bois, le Métal et la Terre. L'Eau descend et humidifie, le Feu s'élève, on peut courber et redresser le Bois, on peut mouler et durcir le Métal, la Terre permet de semer, de faire pousser et de récolter". Nous reviendrons à cette phrase plus tard car elle comporte bon nombre de concepts importants sur la nature des Cinq Eléments.

La théorie des Cinq Eléments a été élaborée par la même école que celle qui a élaboré la théorie de Yin et de Yang, c'est-à-dire "l'Ecole de Yin et de Yang", parfois aussi appelée "Ecole naturaliste". Le chef de file de cette école était Zo Yan (environ 350-270 avant J.C.). A l'origine, la théorie des Cinq Eléments avait des implications politiques tout autant que des implications naturalistes. Les philosophes de cette école étaient tenus en grande estime, et parfois même craints par les anciens dirigeants chinois, car ils prétendaient être capables d'interpréter la Nature à la lumière de Yin, de Yang, des Cinq Eléments, et d'en tirer des conclusions politiques. Par exemple, un certain dirigeant était associé à un Elément particulier et il était indispensable, à chaque cérémonial, de se conformer à la couleur, à la saison de cet Elément, etc ... C'est ainsi que certains philosophes se sont déclarés capables de prédire la succession des dirigeants en se réclamant des divers cycles des Cinq Eléments. Zo Yan disait : "Chacun des Cinq Eléments est suivi par un Elément qu'il ne peut conquérir. La dynastie des Shun a gouverné en vert de la Terre, la dynastie des Xia en vert du Bois, la dynastie des Shang en vert du Métal, et la dynastie des Zhon

en vert du Feu. Lorsqu'une nouvelle dynastie sera sur le point d'apparaître, le ciel la signalera aux hommes par des signes d'augure favorable. Pendant l'ascension de Huang Ti (l'Empereur Jaune), on a vu apparaître des vers de terre et des fourmis énormes. Il dit alors : "Ceci indique que l'élément Terre est ascendant, aussi le jaune doit-il être notre couleur, et nos affaires placées sous le signe de la Terre".

On pourrait dire que les philosophes de l'Ecole Naturaliste ont élaboré une science naturelle primitive et occupé une fonction sociale comparable à celle qu'occupent actuellement nos sciences modernes.

Outre cette connotation politique, la théorie des Cinq Eléments a de nombreuses facettes. Les Cinq Eléments représentent cinq caractéristiques différentes des phénomènes naturels, cinq mouvements, et cinq phases dans le cycle des saisons.

## Les Cinq Eléments en tant que caractéristiques fondamentales

Il est bon de reprendre et d'élargie ici le sens de la citation d *Shang Shu :* "Les Cinq Eléments sont l'Eau, le Feu, le Bois, le Métal et la Terre. L'Eau descend et humidifie, le Feu s'élève, on peut courber et redresser le Bois, on peut mouler et durcir le Métal, la Terre permet de semer, de faire pousser et de récolter. Ce qui se détrempe et descend (l'Eau) est salé, ce qui brûle et s'élève (le Feu) est amer, ce que l'on peut courber et redresser (le Bois) est acide, ce que l'on peut mouler et durcir (le Métal) est piquant, ce qui permet de semer et de récolter (la Terre) est sucré". Cette citation montre clairement que les Cinq Eléments symbolisent cinq caractéristiques et états inhérents aux phénomènes naturels. Elle met aussi en relation les saveurs (ou les goûts) et les Cinq Eléments et il est bien évident que la saveur relève plus des caractéristiques inhérentes d'une chose (en termes modernes, de sa composition chimique) que de son goût effectif.

## Les Cinq Eléments en tant que mouvements

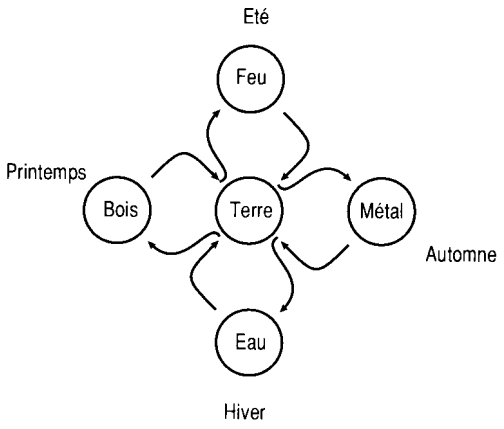
Les Cinq Eléments symbolisent aussi les cinq directions différentes des mouvements des phénomènes naturels. Le Bois représente l'expansion, le mouvement vers l'extérieur et dans toutes les directions, le Métal représente la compression, le mouvement vers l'intérieur, l'Eau représente le mouvement descendant, le Feu représente le mouvement ascendant, et la Terre la neutralité, la stabilité.

## Les Cinq Eléments en tant que phases d'un cycle saisonnier

Chacun des Cinq Eléments représente une saison dans le cycle annuel. Le Bois correspond au printemps et est associé à la naissance, le Feu correspond à l'été et est associé à la croissance, le Métal correspond à l'automne et est associé à la moisson, l'Eau correspond à l'hiver et est associée à la conservation, la Terre correspond à la fin d'une saison et est associée à la transformation.

La situation de la Terre appelle quelques explications. La Terre ne correspond à aucune saison précise car elle est au centre; c'est le point neutre de référence autour duquel tournent les saisons et les autres éléments. Dans le *Classique des Catégories* (1624), de Zhang Jie Bing, on lit : "La Rate appartient à la Terre, qui correspond au Centre et dont l'influence se fait sentir pendant 18 jours, à la fin de chaque saison, sans pour autant correspondre à une saison particulière". Dans les *Discussions sur les Prescriptions du Coffre d'Or* (environ 220 avant J.C.), Zhang Zhong Jing écrit : "A la fin de chaque saison, la Rate est suffisamment forte pour résister aux facteurs pathogènes".

Dans le cycle des saisons, la Terre correspond donc à la fin de chaque saison. Autrement dit, vers la fin de chaque saison, les énergies célestes retournent à la Terre pour se reconstituer. Dans les ouvrages occidentaux, la Terre est souvent associée à la "fin de l'été" ou " été indien". Il est vrai que la Terre correspond à la fin de l'été, mais elle correspond aussi à la "fin de l'hiver", à la "fin du printemps" et à la "fin de l'automne", ce que l'on pourrait représenter de la façon suivante (Fig) :




Les Cinq Eléments et le cycle des saisons.

## La relation entre les Cinq Éléments

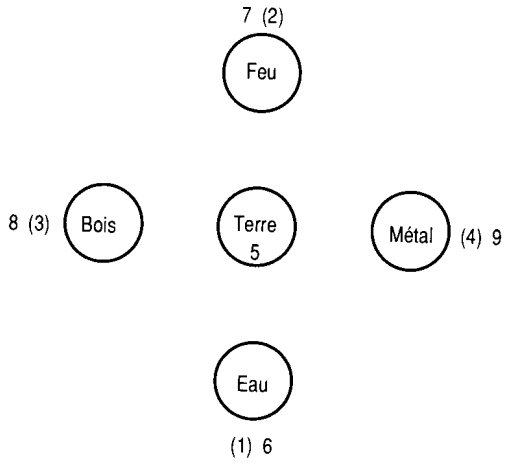
Les diverses interactions entre ces Cinq Eléments constituent l'essentiel de ce concept. Différents philosophes ont mis l'accent sur divers aspects des interactions entre ces Cinq Eléments. Par exemple, le principal porte-parole de l'Ecole Naturaliste, Zo Yan, s'est particulièrement intéressé, dans ses écrits, au "contrôle" des relations entre les Eléments (voir plus bas). Mathématiquement, on peut trouver 36 possibilités différentes pour combiner ces Cinq Eléments. Les plus courantes sont réduites au nombre de cinq.

L'ordre dans lequel les Eléments sont énumérés n'est pas dû au hasard; il est en relation étroite avec la numérologie. Si nous assignons un chiffre à chaque Élément en fonction de l'ordre dans lequel ils sont énumérés, nous avons :

- 1. Eau
- 2. Feu
- 3. Bois
- 4. Métal
- 5. Terre

Si ensuite nous en ajoutons 5 à chacun de ces chiffres, nous avons :

- 6. Eau
- 7. Feu
- 8. Bois
- 9. Métal
- 1 0. (ou 5) Terre




Les Cinq Eléments et les chiffres.

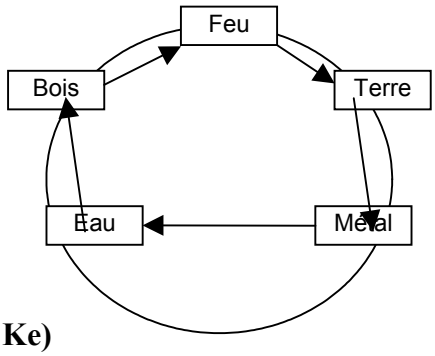
Ces chiffres sont ceux généralement associés aux Eléments dans la liste des correspondances telle qu'elle est présentée plus bas. Si nous plaçons les Eléments dans l'ordre ci-dessus, nous obtenons la figure ci-dessus.

Dans cette figure, l'Eau occupe une place importante, car elle est la base, le début du cycle. Si on garde à l'esprit la correspondance qui existe entre le Rein et L'Eau, cette figure illustre aussi ce principe primordial qui est que le Rein est la base de tous les autres viscères.

Ce cycle met également en évidence l'importance de la Terre comme Centre, comme pivot, comme point de référence de tous les autres Eléments. Les implications pratiques qui en découlent sont d'importance et seront présentées plus loin.

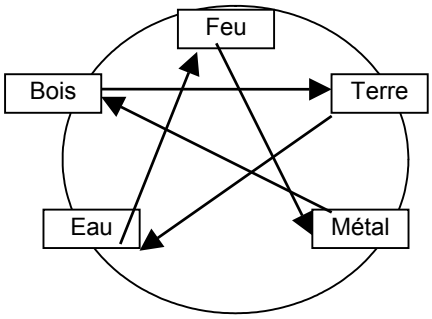
## Le cycle d'Engendrement (Xiang Sheng)

Dans ce cycle, chaque Elément est engendré par un autre Elément et en engendre lui-même un autre. Ainsi, le Bois engendre le Feu, le Feu engendre la Terre, la Terre engendre le Métal, le Métal engendre l'Eau et l'Eau engendre le Bois. Ainsi, par exemple, le Bois est engendré par l'Eau et engendre le Feu. On dit également, parfois, que "le Bois est le Fils de l'Eau et la Mère d Feu" (Fig.) :




## Le cycle de Domination (Xiang Ke)

Dans ce cycle, chaque Elément est contrôlé par un autre Elément et en contrôle lui-même un autre. Ainsi, le Bois contrôle la Terre, la Terre contrôle l'Eau, l'Eau contrôle le Feu, le Feu contrôle le Métal, le Métal contrôle le Bois. Par exemple, le Bois contrôle la Terre, mais est contrôlé par le Métal (Fig.).




Le cycle de domination permet de maintenir un équilibre entre les Cinq Eléments.

Il existe également une relation entre le cycle de Production (d'Engendrement) et le cycle de Domination. Par exemple, le Bois contrôle la Terre, mais la Terre engendre le Métal, qui lui-même contrôle le Bois. Qui plus est, d'un côté le Bois contrôle la Terre, mais de l'autre il engendre le Feu qui, à son tour, engendre la Terre. On a donc, à tout moment, un système d'autorégulation qui permet de maintenir l'équilibre.

Les relations réciproques de Production et de Domination des Eléments constituent un modèle remarquable parmi les nombreux processus d'équilibre et d'autorégulation que l'on trouve dans la Nature et dans le corps humain. Needham cite plusieurs exemples intéressants qui illustrent merveilleusement bien ces processus.

## Le cycle d'Agression (Xiang Cheng)

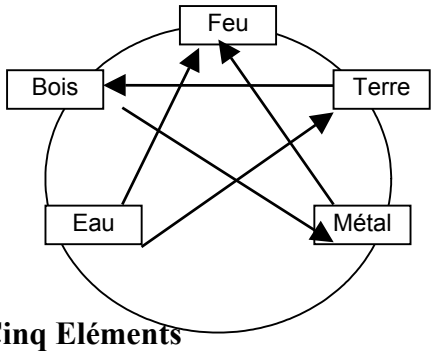
Il est semblable au cycle de Domination, mais ici, chaque Elément en "agresse" un autre et le force à décroître. Ce cycle intervient lorsque l'équilibre est brisé et que, en fonction des circonstances, les relations quantitatives parmi les Eléments sont rompues, de sorte qu'à un moment précis, un Elément devient excessif par rapport à un autre (Figure du cycle de Domination).

Pour revenir à une comparaison avec les phénomènes naturels, les destructions perpétrées par l'homme contre la Nature, particulièrement à notre époque, fournissent bon nombre d'exemples pour illustrer ce cycle.

## Le cycle de Contre-domination (Xiang Wu)

En chinois, ce cycle est littéralement appelé "cycle d'offense". Il représente l'ordre inverse du cycle de Domination. Ainsi, le Bois insulte le Métal, le Métal insulte le Feu, le Feu insulte l'Eau, l'Eau insulte la Terre et la terre insulte le Bois. Ce cycle intervient, lui aussi, lorsque l'équilibre est rompu (Fig.) :

Autrement dit, les deux premiers cycles concernent l'équilibre normal des Eléments, et les deux derniers (le cycle d'Agression et le cycle de Contre-domination) concernent les relations anormales qui s'instaurent entre les Eléments lorsque l'équilibre est rompu.




## Les correspondances entre les Cinq Eléments

Le système des correspondances constitue un point important de la théorie des Cinq Eléments. Ce système est révélateur de la pensée chinoise ancienne; il relie de nombreux phénomènes et caractéristiques à l'intérieur d'un microcosme ou d'un macrocosme sous l'égide d'un certain Elément. Les philosophes chinois classiques considéraient les relations entre des phénomènes apparemment sans lien comme des sortes de "résonances". De nombreux phénomènes divers étaient ainsi unifiés grâce à une caractéristique commune indéfinissable, tout comme deux cordes qui vibrent à l'unisson.

Un des aspects les plus typiques de la médecine chinoise est l'existence de résonances communes qui lient des phénomènes de la Nature et le corps humain. Certaines de ces résonances sont couramment vérifiées et expérimentées en pratique clinique, d'autres sont plus tirées par les cheveux ; il subsiste, néanmoins, le sentiment d'une profonde sagesse sous-jacente qui, par moment, est insondable.

Quelle que soit la façon dont on les a déterminées, il existe de nombreuses correspondances pour chacun des Cinq Eléments. La correspondance entre les Eléments et les saisons est la plus immédiate et la plus évidente, de même que celle entre les Eléments et les points cardinaux:

Les principales correspondances pour ce qui est de la médecine sont mentionnées dans les *Questions Simples,* aux Chapitres 4 et 5.

Certaines de ces correspondances, parmi les plus courantes, sont présentées dans le Tableau.

Cet ensemble de correspondances, surtout celles qui ont trait au corps humain, montrent comment les viscères et les phénomènes qui leur sont attachés forment un tout indissociable. C'est ainsi que le Bois correspond au Foie, aux yeux, aux muscles et aux tendons, aux cris, au vert, à la colère, au blé, au printemps et à la naissance. Tous ces phénomènes sont liés et tous correspondent à l'Elément Bois. Nous expliquerons sous peu l'application de ces concepts en médecine chinoise.

Correspondances des Cinq Mouvements dans la nature

| Cinq mouvements | Bois | Feu | Terre | Métal | Eau |
|---|---|---|---|---|---|
| **Cinq Mutations** | Engendrer | Croître | Transformer | Collecter | Conserver |
| **Cinq directions** | Est | Sud | Centre | Ouest | Nord |
| **Cinq Energies climatiques** | Vent | Canicule | Humidité | Sécheresse | Froid |
| **Cinq saisons** | Printemps | Eté | Fin d'été ou Aucune[☯] | Automne | Hiver |
| **Cinq saveurs** | Acide | Amer | Doux - sucré | Piquant | Salé |
| **Cinq couleurs** | Bleu-vert ou cyan | Rouge | Jaune | Blanc | Noir |
| **Cinq moments de la journée** | Aube | Midi | Après-midi | Soir | Minuit |
| **Cinq planètes** | Jupiter | Mars | Saturne | Vénus | Mercure |
| **Cinq graines** | Blé | Millet glutineux | Millet | Riz | Haricots |
| **Cinq animaux domestiques** | Coq | Mouton | Bœuf | Cheval | Porc |
| **Cinq odeurs** | Rance | Brûlé | Aromatique | Odeur de décomposition animale | Fermenté (moisissure) |
| **Cinq notes** | *Jue (Do)* | *Zheng (La)* | *Gong (Mi)* | *Shang (Ré)* | *Yue (Sol)* |
| **Cinq nombres** | 3 + 5 = 8 | 2 + 5 = 7 | 5 | 4 + 5 = 9 | 1+ 6 = 7 |
| **Méridiens - organes** | Zu Jue Yin | Shou Shao Yin | Zu Tai Yin | Shou Tai Yin | Zu Shao Yin |
| **Méridiens - entrailles** | Zu Shao Yang | Shou Tai Yang | Zu Yang Ming | Shou Yang Ming | Zu Tai Yang |
| **Points Shu antiques des méridiens Yin** | Jing | Ying (Rong) | Shu | Xing (Jing) | He |
| **Points Shu antiques des méridiens Yang** | Shu | Xing (Jing) | He | Jing | Ying (Rong) |

[☯] La Terre correspond à une courte période située à la fin de chaque saison. En d'autres termes, à la fin de chaque saison, l'énergie retourne au Centre pour se régénérer. Pour cette raison, la Terre ne correspond à aucune saison en particulier.

## Correspondances des Cinq Mouvements dans l'homme

| Cinq mouvements | Bois | Feu | Terre | Métal | Eau |
|---|---|---|---|---|---|
| **Cinq Organes** | Foie | Cœur | Rate | Poumon | Rein |
| **Cinq Entrailles** | Vésicule biliaire | Intestin grêle | Estomac | Gros intestin | Vessie |
| **Cinq Organes des sens** | Yeux | Langue | Bouche | Nez | Oreilles |
| **Ouverture somatique des Organes des sens** | Vision | Langue (phonation) | Langue (gustation) | Olfaction | Audition (oreille) |
| **Cinq manifestions** | Ongles | Teint | Chair ou lèvres | Poils | Cheveux |
| **Cinq orifices** | Yeux | Oreilles | Bouche | Narines | Urètre – anus |
| **Cinq structures** | Tendons | Vaisseaux | Chair - Muscle | Peau et poils | Os |
| **Cinq émotions** | Colère | Joie | Nostalgie | Tristesse | Peur |
| **Diagnostic** | Inspection | Auriculothérapie | Saveur | Odeur | Auriculothérapie Audition |
| **Thérapeutique** | Couleur | Musicothérapie | Saveur diététique | Odeur, exercice respiratoire | Posture |
| **Cinq sécrétions** | Larmes | Sueur | Salive | Ecoulement nasal | Glaire |
| **Cinq mouvements** | Mise en mouvement | Expansion | Explosion incohérente | Incarnation | Cohérence |
| **Cinq sons** | Cri | Rire | Chant | Sanglot | Soupir, plainte |
| **Cinq modes réactionnels** | Contraction | Accablement | Eructation | Toux | Frisson |
| **Les « Koua »** | ☳ | ☲ | ☷ | ☱ | ☵ |

*Il convient ici de lever une ambiguïté qui persiste dans de nombreux articles occidentaux :*

- *Rou est l'idéogramme de la chair en tant que masse musculaire palpable, qui donne forme et apparence, elle est en relation avec le Mouvement de la Terre.*
- *Jin est l'idéogramme de la force musculaire, il évoque l'idée de ce qui, dans les muscles Rou, circule avec force et puissance et anime la forme.*
  *Associé à l'os, il forme un couple qui donne l'idée, par la solidité de l'os et la puissance du muscle-tendon, de la force et de la robustesse, et d'une certaine manière les rhumatismes peuvent être considérés comme des affections douloureuses qui concernant la robustesse du corps. Les tendons, la force musculaire, sont mis en relation avec le Mouvement du Bois.*

# Les Cinq Eléments en médecine chinoise

Les applications de la théorie des Cinq Eléments en médecine chinoise sont nombreuses et très importantes. Nous les étudierons plus précisément dans les cinq domaines suivants :

- la physiologie
- la pathologie
- le diagnostic
- le traitement
- la phytothérapie et la diététique.

## LES CINQ ELEMENTS EN PHYSIOLOGIE

Les relations qui existent entre les Cinq Eléments forment une sorte de modèle relationnel qui peut s'appliquer aux viscères, de même qu'aux relations qu'entretiennent les viscères avec les divers tissus, organes des sens, couleurs, odeurs, saveurs et sons.

### Le cycle de Production et le cycle de Domination

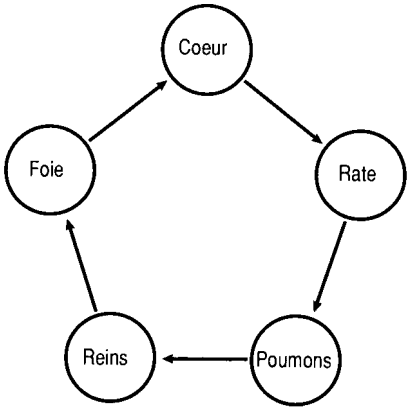
Ces deux cycles nous fournissent un modèle de base pour les relations physiologiques qui existent entre les viscères. Tout comme "le Bois engendre le Feu et est engendré par l'Eau", nous pouvons dire que "le Foie est la Mère du Cœur et le Fils du Rein". Le cycle de Production des viscères est donc le suivant (Fig.) :

D'autre part, chaque viscère est contrôlé par un autre, de façon à maintenir un équilibre entre eux : c'est le cycle de Domination (Figure).

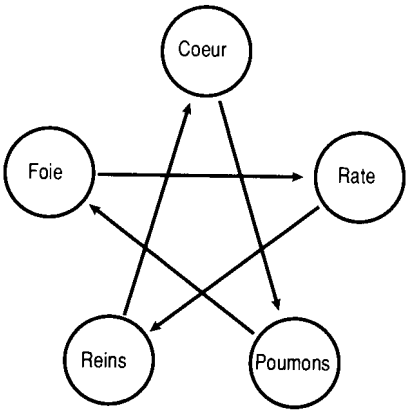
Il s'ensuit que :

- le Foie domine la Rate
- le Cœur domine le Poumon
- la Rate domine le Rein
- le Poumon domine le Foie . le Rein domine le Cœur

Il ne faut surtout pas oublier, en pratique, que pour les viscères, ces cycles ne sont qu'un modèle de relations dérivé de la théorie des Cinq Eléments et que, en tant que tel, il peut être arbitraire et présenter certaines incohérences et insuffisances. Bien que ce modèle soit très utile en pratique clinique, il ne faut pas qu'il fasse perdre de vue les fonctions réelles des viscères et leurs interactions. En d'autres termes, il ne faut pas faire l'erreur d'utiliser le modèle de la théorie des Cinq Eléments en faisant abstraction des fonctions réelles des viscères, fonctions que ce modèle s'efforce par ailleurs d'expliciter. Le danger serait d'utiliser les symboles eux-mêmes (les Cinq Eléments), et non pas ce qu'ils symbolisent (les interactions entre les fonctions des viscères).




Le cycle de Production des viscères.




Les cycles de Domination et d'Agression des viscères.

Par contre, lorsque l'on s'en sert correctement, les symboles peuvent fournir un modèle efficace et rapide auquel se reporter en pratique clinique, de même qu'un guide pour le diagnostic et le traitement. On pourrait ainsi expliquer la totalité des relations entre les viscères dans la théorie des Cinq Eléments en termes des fonctions de ces viscères. Les fonctions des viscères seront abordées dans le détail au Chapitre 5, mais il n'est pas inutile de les

mentionner dès maintenant pour illustrer la façon dont les interactions entre les Cinq Eléments constituent un modèle pour les relations fonctionnelles entre les viscères. Cependant, on doit souligner que toutes les interactions des Cinq Eléments n'ont pas la même pertinence en tant que modèle de relation entre les fonctions des viscères. Par exemple, la relation de Production entre le Rein et le Foie a des implications importantes en pratique, alors que celle qui lie le Cœur et la Rate est de moindre importance. En fait, il ne faut pas perdre de vue l'idée que les cycles de Production (Engendrement) et de Domination ne représentent que deux des modèles relationnels possibles pour les Cinq Eléments. En plus de ces deux cycles, j'en évoquerai un troisième qui est le cycle Cosmologique dont les relations sont différentes de celles du cycle de Production. Par exemple, dans le cycle de Production, le Cœur est la Mère de la Rate, mais cette relation n'a aucun sens en pratique. Dans le cycle Cosmologique, au contraire, la Rate est un viscère qui aide le Cœur, et cette relation a beaucoup plus de portée en pratique car la Rate produit le Sang, qui abrite l'Esprit

Considérons maintenant quelques exemples de relations dans le cycle de Production:

- *Le Foie est la Mère du Cœur :* le Foie stocke le Sang et le Sang abrite l'Esprit. Si le Sang du Foie est faible, le Cœur en souffre,
- *Le Cœur est la Mère de la Rate : le Qi du Cœur propulse le Sang et donc aide la Rate dans sa fonction de transport.*
- *La Rate est la Mère du Poumon : le Qi de la Rate fournit le Qi des aliments au Poumon où il se mêle à l'air pour donner le Qi de la Poitrine.*
- *Le Poumon est la Mère du Rein : le Qi du Poumon descend et rencontre le Qi du Rein. Le Poumon envoie aussi des liquides au Rein.*
- *Le Rein est la Mère du Foie :* le Yin du Rein nourrit le Sang du Foie.

Pour ce qui est d cycle de Domination, il ne faut pas prendre le terme de "domination" à la lettre dans la mesure où les viscères, dans ce cycle, s'aident mutuellement à assurer leurs fonctions plutôt qu'ils ne les entravent. Nous verrons, en fait, que chaque viscère aide effectivement les fonctions du viscère qu'il est censé dominer. Les exemples suivants illustreront cette idée :

- *Le Foie domine l'Estomac et la Rate le Foie aide effectivement l'Estomac à mûrir et à décomposer la nourriture et il aide la Rate à transformer et à transporter. C'est seulement lorsque le Foie perd le contrôle des opérations (dans ce cas, on se trouve dans le cycle d'Agression) qu'il peut interférer avec l'Estomac et la Rate et en altérer les fonctions.*
- *Le Cœur domine le Poumon : le Cœur et le Poumon sont en relation étroite car ils sont tous deux situés dans le Réchauffeur Supérieur. Le Cœur gouverne le Sang et le Poumon gouverne le Qi : le Qi et le Sang s'aident donc et se nourrissent mutuellement.*
- *La Rate domine le Rein : la Rate et le Rein transforment tous deux les Liquides Organiques. L'activité de transformation et de transport de la Rate est essentielle pour la fonction de transformation et d'excrétion du Rein.*
- *Le Poumon domine le Foie : dans ce cas, à la différence des cas précédents, une certaine "domination" du Poumon s'exerce effectivement sur le Foie. Le Poumon fait descendre le Qi, alors que le Foie le fait monter. Si le Qi du Poumon est trop faible et ne peut descendre, le Qi du Foie aura tendance à monter exagérément. Cette situation se rencontre fréquemment en pratique lorsqu'un Vide de Poumon entraîne une montée du Yang du Foie o une Stagnation du Qi du Foie.*
- *Le Rein domine le Cœur :* le Rein et le Cœur s'aident mutuellement. Une bonne communication et une bonne interaction entre le Rein et le Cœur sont indispensables à une bonne santé. Cette relation sera développée ultérieurement, lorsque nous traiterons du cycle Cosmologique.

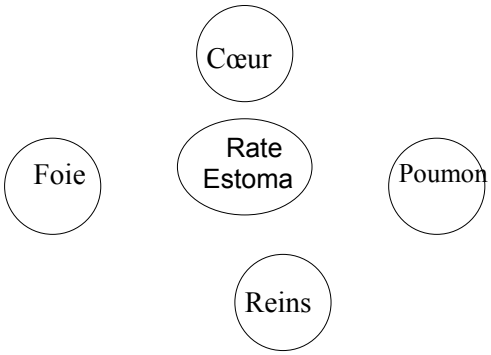
## Le cycle Cosmologique

De façon assez surprenante, ce cycle ne figure pas dans les manuels d'acupuncture occidentaux. Pourtant, c'est un cycle très important et très significatif en pratique clinique, tout comme dans la philosophie de la théorie des Cinq Eléments en général.

Comme nous l'avons noté précédemment. la toute première mention des Cinq Eléments les présente dans l'ordre suivant : l'Eau, le Feu, le Bois, le Métal et la Terre. Si on leur assigne un chiffre, on a 1 pour l'Eau, 2 pour le Feu, 3 pour le Bois, 4 pour le Métal et 5 pour la Terre. Si on ajoute ensuite le chiffre 5, on obtient 6 pour l'Eau, 7 pour le Feu, 8 pour le Bois, 9 pour le Métal et 10 (ou 5) pour la Terre. On ajoute le chiffre 5 car, dans la philosophie chinoise, ce chiffre est associé aux phénomènes terrestres, alors que le chiffre 6 est associé aux phénomènes

célestes. Comme la théorie des Cinq Eléments décrit des phénomènes terrestres, on utilise le chiffre 5. Les climats, par contre, relèvent de phénomènes célestes et sont donc au nombre de 6.

Le cycle Cosmologique peut se représenter de la façon suivante (Fig.) :




En pratique clinique, cette représentation a des implications multiples :

- L'Eau est la base fondamentale

  Dans ce cycle, l'Eau est au commencement ; elle est la base même des autres Eléments. Ceci est tout à fait cohérent avec l'importance accordée au Rein dans les fondements du Yin et du Yang de tous les autres viscères. Le Rein correspond à l'Eau et stocke l'Essence, mais il stocke également le Feu de la Porte de la Vie. Il est donc la source de l'Eau et du Feu, autrement dit du Yin Originel et du Yang Originel. Vue sous cet angle, l'Eau peut donc être considérée comme la base fondamentale de tous les autres Eléments.

  Ce principe est constamment illustré en pratique clinique, car un Vide de Yin du Rein entraîne fréquemment un Vide du Yin du Foie et du Yin du Cœur, et un Vide de Yang du Rein entraîne fréquemment un Vide de Yang de la Rate et un Vide de Qi du Poumon.

  De plus, le Rein stocke l'Essence, qui est la base fondamentale du Qi et de l'Esprit.

- Il existe une relation entre le Rein et le Cœur

  Le Rein et le Cœur sont en relation sur l'axe vertical. Il existe une communication directe entre eux, et non pas une communication indirecte qui passerait par le Bois. C'est une relation fondamentale qui lie l'Eau et le Feu : il s'agit probablement de la relation d'équilibre la plus vitale et la plus importante car elle est le reflet de l'équilibre fondamental entre le Yin et le Yang.

  Le Rein gouverne l'Eau qui doit monter nourrir le Cœur. Le Cœur gouverne le Feu qui doit descendre vers le Rein. C'est pourquoi le rôle réciproque du Rein et du Cœur est de se nourrir et de s'aider mutuellement, et en aucun cas de se contrôler et de s'affronter.

  Cette relation reflète également celle qui lie l'Essence et l'Esprit. L'Essence est la base matérielle indispensable à l'Esprit : si l'Essence est faible, l'Esprit en souffre nécessairement.

  Si le Yin du Rein est en Vide, l'Energie Yin qui va au Cœur est insuffisante et le Yin du Cœur également, ce qui entraîne l'apparition d'une Chaleur Vide au niveau du Cœur. C'est une situation que l'on rencontre fréquemment en pratique clinique, particulièrement chez les femmes en période de ménopause.

- L'Estomac et la Rate sont au Centre

  Dans le cycle Cosmologique, le rôle central de l'Estomac et de la Rate, considérés comme pivots neutres, s'explique aisément, c'est également un concept fondamental en pratique clinique. L'Estomac et la Rate sont la racine du Qi du Ciel Postérieur et la source du Qi et du Sang. C'est ce qui explique qu'ils nourrissent tous les autres viscères et occupent une place centrale en physiologie humaine. Le cycle Cosmologique reflète donc de façon très juste l'importance du Qi du Ciel Antérieur (dans la mesure où l'Eau en est la base) et celle du Qi du Ciel Postérieur (dans la mesure où la Terre est au Centre). Représenter les Eléments sur un cercle dans le cycle de Production ne permet pas de mettre en lumière ces deux concepts importants.

  Voilà pourquoi tonifier l'Estomac et la Rate revient à tonifier indirectement tous les autres viscères.

  L'idée que l'Estomac et la Rate sont au Centre et donc à l'origine de la tonification de tous les autres viscères, apparaît clairement dans les textes classiques, mais la présentation la plus complète et la plus connue qui en ait été faite est l'oeuvre de Li Dong Yuan*: Discussions sur l'Estomac et la Rate,* qui date de 1249.

- L'Estomac et la Rate sont le support du Cœur

Si nous regardons le diagramme du cycle Cosmologique, nous pouvons voir que la Terre se trouve entre l'Eau et le Feu et constitue le support du Feu. L'Estomac et la Rate sont donc, en pratique, le support principal du Cœur. Dans tous les cas de Vide chronique du Qi du Cœur ou du Sang du Cœur, et plus particulièrement lorsque le rythme cardiaque est irrégulier, il est indispensable de tonifier l'Estomac. La Rate produit aussi le Sang, dont le Cœur dépend.

- Le rôle de la Terre dans le cycle des saisons

Puisque la terre est au Centre, son rôle dans le cycle des saisons semble évident. La Terre ne correspond en fait à aucune saison puisqu'elle est le pivot neutre autour duquel se déroulent les saisons. D'un autre côté, la Terre remplit effectivement son rôle de régénération à la fin de chaque saison (voir Figure).

Ainsi, à la fin de chaque saison, l'Energie retourne à la Terre pour s'y régénérer. Dans le corps humain, ceci confirme l'importance de la position centrale de l'Estomac et de la Rate. C'est pourquoi on pourrait tonifier l'Estomac et la Rate à la fin de chaque saison, surtout à la fin de l'hiver, pour aider l'Energie à se régénérer.

- L'axe vertical est un symbole de l'ensemble Essence-Qi-Esprit

Cet axe primordial qu'est l'axe vertical Eau, Terre et Feu, peut être considéré comme le symbole de l'ensemble Essence-Qi-Esprit, qui regoupe les énergies physiques et mentales des êtres humains. L'Essence est liée au Rein, le Qi est dérivé de l'Estomac et de la Rate, et l'Esprit a son logis au Cœur.

## Le système de correspondances des Cinq Eléments en physiologie

Le système de correspondances entre les Cinq Eléments a de nombreuses implications en physiologie humaine. Dans ce système, chaque Elément englobe de nombreux phénomènes, à la fois dans l'univers et dans le corps humain; ces phénomènes constituant en quelque sorte ses "attributs". On pourrait également dire que ces phénomènes "vibrent" selon une fréquence particulière et présentent des caractéristiques précises qui correspondent à un Elément déterminé.

Pour ce qui est des viscères, ce système présente des points communs avec la théorie des viscères dans la mesure où chaque viscère est conçu comme une sphère d'influence qui englobe des fonctions et des phénomènes divers qui dépassent le cadre du viscère même. Il y a, néanmoins, des différences entre la théorie des correspondances des Cinq Eléments et la théorie des viscères. Tout d'abord, la théorie des correspondances des Cinq Eléments englobe des phénomènes extérieurs au corps humain, comme les 5 planètes, les 5 céréales, les 5 notes de musique, etc ... Deuxièmement, et c'est un point capital, il existe des divergences (ou des différences) énormes entre les deux théories. Par exemple, dans la théorie des Cinq Eléments, le Cœur correspond au Feu, mais dans la théorie des Viscères, c'est le Rein qui est la source du Feu dans le corps. Ces divergences seront détaillées bientôt. On verra alors que ces deux conceptions ne sont pas totalement incompatibles.

Le système de correspondances des Cinq Eléments fournit toutefois un modèle clinique complet et utile pour ce qui est des relations entre les viscères, les différents tissus, les organes des sens, etc .... de même qu'entre les viscères et les divers phénomènes externes comme les climats et les saisons.

Pour illustrer cela, nous allons étudier le système de correspondances concernant le Bois et voir ses implications en pratique clinique.

- *La saison : la saison qui correspond a Bois est le printemps. En pratique, il est très fréquent de voir les déséquilibres du Foie s'aggraver au printemps. Ceci s'explique probablement par le fait que l'énergie du Foie monte et est très active. Au printemps, le Yang augmente et l'énergie florissante se déploie soudain et se manifeste, elle peut aggraver alors un déséquilibre du Foie et entraîner une montée excessive du Qi du Foie.*

- *La direction : le vent d'Est affecte facilement le Foie. En pratique, certains malades qui souffrent de céphalées chroniques ou de cervicalgies constatent que les céphalées apparaissent principalement lorsque souffle un vent d'Est.*

- *La couleur : la couleur du visage, chez les personnes souffrant d'un déséquilibre du Foie, est souvent verdâtre. Cette caractéristique est souvent utile pour le diagnostic.*

- *Le goût : une* quantité raisonnable d'aliments a goût acide est bénéfique pour le Foie ; un excès serait préjudiciable. Un excès d'aliments acides peut également être préjudiciable pour la Rate et bénéfique pour le Poumon. Nous développerons ces points dans la partie consacrée à l'application de la théorie des Cinq Eléments en diététique et en phytothérapie.

- *Le climat : le vent affecte de façon évidente les personnes qui souffrent d'un déséquilibre du Foie, et entraîne souvent l'apparition de céphalées et de cervicalgies.*

- *Les organes des sens: le Foie humidifie et nourrit les yeux.*

- *Les tissus : le Foie humidifie et nourrit également les tendons.*

- *Les émotions : la colère est l'émotion qui correspond au Bois et au Foie. Si l'énergie du Foie est bloquée ou si elle se rebelle et s'élève, le malade est alors prédisposé à des accès de colère.*

- *Les sons : une conséquence* directe de ce qui précède est que toute personne souffrant d'un déséquilibre du Foie crie facilement (lors de ses accès de colère).

On pourrait présenter, de la même façon, les correspondances concernant les autres Eléments. Toutefois, il est important de bien comprendre que le système de correspondances des Cinq Eléments ne représente qu'un des modèles théoriques disponibles, et certainement pas le seul et unique modèle possible. La médecine chinoise s'est développée depuis des milliers d'années et, bien évidemment, différentes théories ont vu le jour en fonction des diverses époques de son histoire. C'est pourquoi le modèle présenté par le système de correspondances des Cinq Eléments peut sembler contredire ou compléter d'autres systèmes disponibles, tout comme les cycles de Production et de Domination ne font que représenter deux formes de relations possibles entre les Cinq Eléments.

Considérons maintenant quelques exemples de divergences ou de différences entre le modèle des Cinq Eléments et les autres théories de la médecine chinoise.

- *Le Cœur correspond au Feu-Empereur : dans la théorie des Cinq Eléments, le Cœur correspond à ce que l'on appelle le Feu-Empereur et représente le viscère le plus important, on le nomme parfois l'Empereur. Mais du point de vue de la physiologie des viscères, le Cœur est loin d'occuper cette place et c'est le Rein qui est considéré comme le point d'origine de tous les autres viscères.*

- *Le Feu correspond au Cœur : ceci est peut-être vrai dans la théorie des Cinq Eléments, mais d'un autre point de vue, là encore, le Feu physiologique provient du Rein (Yang), et c'est la Porte de la Vie qui fournit effectivement le Feu au Cœur.* Cette théorie est apparue pour la première fois aux Chapitres 36 et 39 du *Classique des Difficultés* 20 et a été reprise par de nombreux praticiens, dont le plus connu est certainement Zhao Xian He, de la dynastie des Ming.

- *Les yeux correspondent au Bois (et au Foie) :* bien qu'en pratique, il soit vrai et important de dire que le Foie humidifie et nourrit les yeux, ce n'est pas le seul organe qui gouverne les yeux et tout problème oculaire ne relève pas forcément du Foie. Par exemple, le Yin du Rein humidifie également les yeux et un certain nombre de problèmes oculaires chroniques sont liés au Rein. Le Cœur est aussi en liaison avec les yeux par l'intermédiaire de son vaisseau Luo. Certains problèmes oculaires aigus, comme la conjonctivite, sont souvent sans lien avec un viscère particulier, mais le simple résultat d'une attaque de Vent Chaleur externe. De nombreux autres méridiens sont en relation avec les yeux, comme par exemple les méridiens du Poumon, de l'intestin Grêle, de la Vésicule Biliaire et du Triple Réchauffeur.

- *La langue est en relation avec le Feu (le Cœur) : ceci est vrai, mais tous les autres viscères se reflètent également sur la langue, ce qui constitue la base même du diagnostic par l'examen de la langue.*

- *Les oreilles sont en relation avec l'Eau (le Rein) : là encore, il est vrai que l'Essence du Rein nourrit les oreilles, mais tous les problèmes auriculaires ne relèvent pas du Rein. Par exemple, certains problèmes auriculaires aigus, comme une otite moyenne, peuvent être dus à une attaque de Vent Chaleur externe qui a envahi le méridien de la Vésicule Biliaire.*

- *Les exemples ci-dessus* ne sont que des exemples parmi d'autres, qui montrent les limites du système de correspondances des Cinq Eléments. Mais la principale limite provient du fait que le système de correspondances des Cinq Eléments est devenu un modèle rigide de relations entre des phénomènes isolés et que, à force de vouloir faire rentrer tous ces phénomènes dans un système de classification en Cinq Eléments, il a parfois fallu avoir recours à des affirmations et des corrélations non évidentes.

Ce qui est encore plus important est que le système de correspondances des Cinq Eléments n'envisage que des corrélations une à une entre les phénomènes, comme par exemple les relations Foie-yeux, Rein-oreilles et Rate-muscles. Cette conception peut être utile en pratique clinique, mais l'essence même de la médecine chinoise est de considérer le déséquilibre dans sa totalité et d'en inférer un tableau de ses divers signes et symptômes. Dans cette

optique, des relations une à une n'ont plus lieu d'être, car un phénomène pourrait être lié à un certain viscère dans un tableau précis, et à un autre viscère dans un autre tableau. Par exemple, si une patiente souffre de troubles de la vision accompagnés, en outre, de troubles de la mémoire, de règles peu abondantes, d'engourdissements et d'étourdissements, nous pouvons dire que le Sang du Foie ne nourrit pas les yeux. Ceci confirme la relation, entre le Foie et les yeux, exposée dans la théorie des Cinq Eléments. Mais si notre malade présente une sécheresse des yeux, un glaucome et, qui plus est, des douleurs lombaires, des vertiges, des acouphènes, des transpirations nocturnes, alors nous dirons que c'est le Yin du Rein qui n'humidifie pas les yeux. Cette interprétation n'entre plus dans le cadre du modèle de correspondances des Cinq Eléments.

## LES CINQ ELEMENTS EN PATHOLOGIE

La théorie des Cinq Eléments fournit un modèle important et utile en pratique clinique pour ce qui est des relations pathologiques entre les viscères.

Dans les relations entre les Cinq Eléments, deux cycles ont seulement une application en pathologie : ce sont le cycle d'Agression et le cycle de Contre-domination. Le cycle de Production peut aussi engendrer des états pathologiques lorsqu'il est lui-même en déséquilibre.

La nature essentielle des relations entre les Cinq Eléments est l'équilibre : le cycle de Production (Engendrement) et le cycle de Domination maintiennent un équilibre dynamique entre les Eléments. Lorsque cet équilibre est perturbé pendant un certain temps, la maladie apparaît.

### Le cycle d'Agression

Ce cycle intervient lorsque les relations de Domination entre les Eléments échappent au contrôle et deviennent excessives.

De même que pour les relations physiologiques, les relations que l'on rencontre dans le cycle d'Agression peuvent s'expliquer en termes de pathologie des viscères.

- *Le Foie agresse l'Estomac et la Rate :* si le Qi du Foie est bloqué, il "envahit" l'Estomac et perturbe la fonction de pourrissement et de mûrissement des aliments, tout comme il attaque la Rate et perturbe sa fonction de transformation et de transport. Plus particulièrement, lorsque le Qi du Foie attaque l'Estomac, il empêche le Qi de l'Estomac de descendre et entraîne des nausées, tout comme il empêche le Qi de la Rate de monter et entraîne des diarrhées.

- *Le Cœur agresse le Poumon :* le Feu du Cœur peut assécher les liquides du Poumon et entraîner un Vide du Yin du Poumon.

- *Le Rein agresse le Cœur :* si le Yin du rein est en Vide, il en résulte une Chaleur Vide qui peut se transmettre au Cœur.

### Le cycle de Contre-domination

Tout comme les relations du cycle d'Agression, les relations du cycle de Contredomination peuvent se rencontrer en pathologie.

- *Le Foie outrage le poumon:* le Qi du Foie peut stagner dans la partie supérieure et obstruer la poitrine et la respiration.

- *Le Cœur outrage le Rein :* le Feu du Cœur peut descendre et se propager au Rein, entraînant l'apparition d'un Vide de Yin du rein.

- *La Rate outrage le Foie :* si la Rate est envahie par l'Humidité, cette dernière peut se propager et altérer la libre circulation du Qi du Foie.

- *Le Poumon outrage le Cœur :* si le Poumon est obstrué par les Glaires, celles-ci peuvent perturber la circulation du Qi du Cœur.

- *Le Rein outrage la Rate :* si le Rein ne peut plus transformer les liquides, la rate en souffrira et sera envahie par l'Humidité.

### Le cycle d'Engendrement

Le cycle de Production peut aussi entraîner des états pathologiques lorsqu'il est déséquilibré. On peut trouver les deux cas suivants :

a) l'Elément Mère ne nourrit pas le Fils.

b) l'Élément Fils épuise l'Élément Mère.

- *Le Foie (la Mère) affecte le Cœur (le Fils) :* cette situation se rencontre lorsque le Foie n'arrive plus à nourrir le Cœur. De façon plus précise, lorsque le Sang du Foie est en Vide, cela affecte souvent le Sang du Cœur qui a alors tendance à être en Vide également, d'où l'apparition de palpitations et d'insomnies. La Vésicule Biliaire qui affecte le Cœur constitue une autre façon pour le Bois, d'affecter le Feu. Ceci se situe à un niveau psychologique. La Vésicule Biliaire gouverne la capacité de prendre des décisions, non tant au sens de savoir distinguer et évaluer ce qui est juste ou ce qui est faux, mais au sens d'avoir le courage d'agir une fois la décision prise. Autrement dit, en médecine chinoise, c'est une Vésicule Biliaire forte qui fait un homme courageux.
  Cette composante psychologique de la Vésicule Biliaire influence le Cœur car l'Esprit (qui a son logis au Cœur) a besoin de l'appui d'une Vésicule Biliaire forte pour avoir le courage de décider et d'agir. Dans ce sens, une Vésicule Biliaire faible peut affecter l'Esprit (du Cœur) et entraîner une faiblesse émotionnelle, de la timidité et un manque de confiance en soi.

- *Le Cœur (le Fils) affecte le Foie (la Mère) :* si le Sang du Cœur est en Vide, cela peut entraîner un Vide de Sang général avec des répercussions sur le Foie qui a pour fonction de stocker le Sang. On aura alors des règles peu abondantes, voire de l'aménorrhée.

- *Le Cœur (la Mère) affecte la Rate (le Fils) :* l'Esprit du Cœur a besoin de l'appui des facultés mentales et de la capacité de concentration qui sont celles de la rate. On trouve un autre aspect de cette relation lorsque le Feu du Cœur est en Vide et se trouve incapable de réchauffer le Yang de la Rate, ce qui entraîne une sensation de froid et des diarrhées. Enfin, il ne faut pas perdre de vue cependant que le Feu du Cœur, à un niveau physiologique, provient lui-même du Yang du Rein.

- *La Rate (le Fils) affecte le Cœur (la Mère):* la Rate produit le Qi et le Sang, et le Cœur a besoin d'un apport important de Sang. Si la Rate ne produit pas suffisamment de Sang, le Cœur en souffre et il s'ensuit des palpitations, des insomnies, des pertes de mémoire et une légère dépression.

- *La Rate (la Mère) affecte le Poumon (le Fils):* si la fonction de transformation et de transport des liquides par la Rate est altérée, on assiste à la formation de Glaires. Les Glaires s'installent souvent dans le Poumon et provoquent de l'essoufflement et de l'asthme.

- *Le Poumon (le Fils) affecte la rate (la Mère) :* le Poumon gouverne le Qi et si le Qi du Poumon est en Vide, le Qi de la rate est affecté et la fatigue apparaît, avec perte de l'appétit et selles molles. En pratique, on trouve souvent en même temps un Vide de Qi de la Rate et un Vide de Qi du Poumon.

- *Le Poumon (la Mère) affecte le Rein (le Fils)* : normalement, le Qi du poumon descend vers le rein qui le "maintient vers le bas". Le Poumon envoie aussi les liquides organiques au Rein. C'est pourquoi, lorsque le Qi du Poumon est en Vide, le Qi et les liquides ne peuvent plus descendre au Rein, entraînant l'apparition d'un essoufflement (le Rein ne reçoit plus le Qi) et d'une sécheresse au niveau du Rein.

- *Le Rein (le Fils) affecte le Poumon (la Mère) :* si le Yin du Rein est en Vide, il ne peut pas maintenir le Qi vers le bas, le Qi alors se rebelle et remonte, obstruant le Poumon et entraînant de l'essoufflement.

- *Le Rein (la Mère) affecte le Foie (le Fils):* le Yin du Rein nourrit le Yin du Foie et le Sang du Foie. Si le Yin du Rein est en Vide, le Yin du Foie et/ou le Sang du Foie sont également en Vide entraînant acouphènes, étourdissements, céphalées et irritabilité. Cette relation est une des plus importantes et des plus fréquentes en pratique clinique.

- *Le Foie (le Fils) affecte le Rein (la Mère) :* le Sang du Foie nourrit et régénère l'Essence du Rein. Si le Sang du Foie souffre d'un Vide durable, cela peut entraîner un Vide de l'Essence du Rein qui se manifeste par des étourdissements, des acouphènes, des transpirations nocturnes et des perturbations sexuelles.

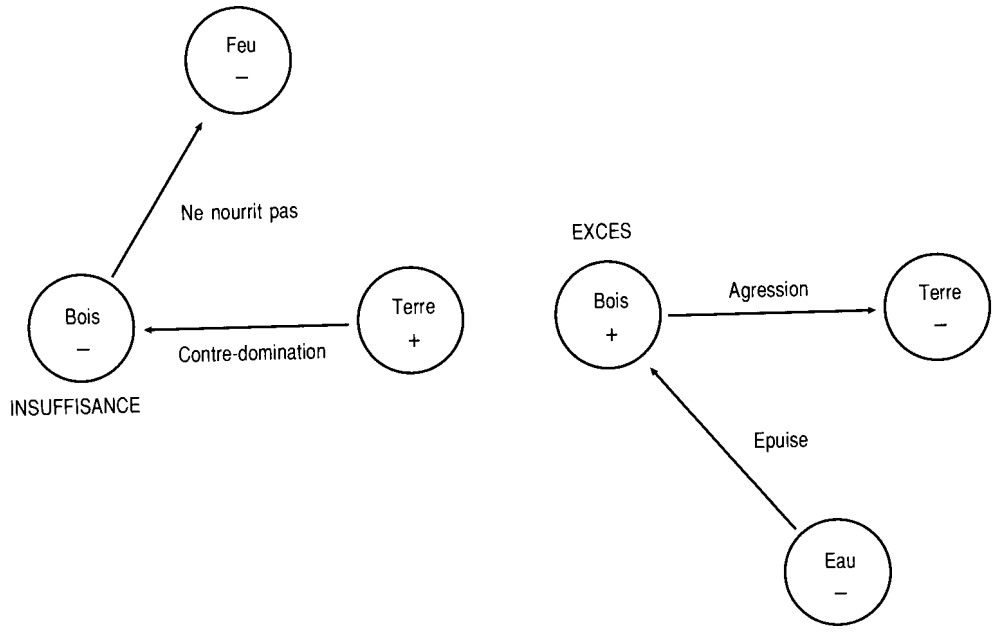



Fig.
Pathologie des cycles d'Engendrement, de Contre-domination et d'Agression.

En conclusion, chaque Élément peut être en déséquilibre de quatre façons différentes (voir figure ) :

a/ Il est en Excès et en agresse un autre, selon le cycle d'Agression.

b/ Il est en Vide et est outragé par un autre, selon le cycle de Contre-domination.

c/ Il est en Excès et épuise sa Mère.

d/ Il est en Vide et n'arrive plus à nourrir son Fils.

## Les Cinq Eléments et le diagnostic

Le modèle des correspondances des Cinq Eléments est utilisé de façon considérable pour le diagnostic. Les correspondances entre les Eléments, les odeurs, les couleurs, les saveurs et la voix sont les plus usitées. Au Chapitre 61 du *Classique des Difficultés,* il est écrit : "Grâce à l'observation, on peut distinguer les cinq couleurs et ainsi identifier la maladie , grâce à l'écoute, on peut distinguer les cinq sons et ainsi identifier la maladie , grâce à l'interrogatoire, on peut distinguer les cinq saveurs et ainsi identifier la maladie.

### Les couleurs

Observer les couleurs est primordial dans le déroulement du diagnostic par les Cinq Eléments. C'est surtout la couleur du visage qui est observée et la prédominance d'une des cinq couleurs indique un déséquilibre de l'Elément qui lui correspond, qu'il sagisse d'un Vide ou d'un Excès.

Ainsi, si le visage est de coloration *verte,* cela signifie un déséquilibre du Bois qui peut provenir d'un Qi du Foie bloqué.

Un visage *rouge* indique un déséquilibre du Feu qui peut provenir d'un Excès de Feu du Cœur.

Un teint *jaune et cireux* indique un déséquilibre de la terre qui peut provenir d'un Vide de Qi de la Rate.

Une coloration *blanche* indique un déséquilibre du Métal qui peut provenir d'un Vide de Qi du Poumon.

Un teint *pourpre foncé,* parfois même *gris,* voire presque *noir,* indique un déséquilibre de l'Eau qui peut provenir d'un Vide de Yin du Rein.

Parfois le teint montre l'existence d'interactions complexes entre deux Eléments. Par exemple, une personne peut avoir un visage d'un blanc pâle et des pommettes rouges : ceci montre que le Feu (les pommettes rouges) agresse le Métal (le teint est blanc pâle). Ou bien, on peut avoir un teint jaune avec une nuance verdâtre autour de la bouche : ceci montre que le Bois (le vert autour de la bouche) agresse la Terre (le teint jaune).

La couleur ne correspond pas toujours aux manifestations cliniques, quelquefois la couleur du visage peut même être en contradiction avec le tableau des manifestations cliniques. Dans ce cas, la couleur du visage traduit la cause sous-jacente du déséquilibre. Par exemple, si un malade présente des symptômes d'insuffisance de l'Elément "Terre" (fatigue, selles molles, manque d'appétit, etc ... ) accompagnés d'une coloration verdâtre du visage, ceci peut indiquer que la Rate est faible parce que le Foie l'agresse. Inversement, certaines personnes peuvent présenter des symptômes de déséquilibre du Bois (avec des calculs biliaires par exemple) et un teint jaune. Ceci peut indiquer que la Terre exerce une Contre-domination sur le Bois. Si un malade présente des signes de déséquilibre du Feu (comme des palpitations, un goût amer dans la bouche, des aphtes, des insomnies, signes caractéristiques d'un Feu du Cœur) et qu'il a un teint sombre, cela peut indiquer que l'Eau agresse le Feu. Dans tous les cas, la couleur du visage indique où siège la racine du déséquilibre, alors que les manifestations cliniques traduisent le tableau qui en résulte.

Pour le diagnostic, il est bon toutefois d'adopter une attitude critique vis-à-vis des correspondances entre les couleurs et les Cinq Eléments, plutôt que d'en appliquer les principes de façon mécanique. Les interprétations et les déductions qui découlent de la Couleur du visage doivent être prudentes et prendre en compte non seulement la théorie des Cinq Eléments, mais aussi d'autres aspects de la médecine chinoise. Par exemple, un teint jaune signale un déséquilibre de la terre dans la théorie des Cinq Eléments, mais il peut également indiquer une Stagnation d'Humidité. Un teint sombre, presque noir, indique un déséquilibre de l'Eau dans la théorie des Cinq Eléments, mais peut également signaler une Stase de Sang. Un teint blanc indique un déséquilibre du Métal dans la théorie des Cinq Eléments, mais peut également être un signe de Froid (de n'importe quel viscère), si l'on se réfère à la théorie des Huit Règles (voir page 266). Selon la théorie des Cinq Eléments, un teint verdâtre indique un déséquilibre du Bois, mais il peut également signaler une Stase de Sang ou une douleur chronique. La théorie des Cinq Eléments nous dit qu'un visage rouge signale un déséquilibre du Feu, mais selon les Huit Règles, il signale également la présence de la Chaleur dans un viscère quelconque.

Comme nous l'avons déjà dit, il n'est pas toujours possible, en médecine chinoise, d'opérer des corrélations directes entre deux Eléments sur la base de correspondances une à une. Ce qui importe est le rôle que joue chaque phénomène dans le tableau général. Par exemple, un visage rouge accompagné d'un goût amer dans la bouche, d'insomnies, d'aphtes et de palpitations, indique bien un problème de type Feu (le Cœur), mais un visage rouge accompagné d'une respiration rapide, d'expectorations jaunes et de toux, indique un problème au niveau du Poumon. Un visage rouge accompagné d'irritabilité, d'un goût amer dans la bouche, de céphalées et d'étourdissements, indique, quant à lui, un problème au niveau du Foie.

## La voix

La force et la tonalité de la voix peuvent aussi être utiles au diagnostic. Si le malade a tendance à crier lorsqu'il est en colère, cela indique un déséquilibre de l'Elément Bois. Si le malade rit beaucoup et sans raison apparente (comme cela peut être le cas avec des patients qui ponctuent leurs phrases interrogatives avec des rires répétés), cela indique un déséquilibre de l'Elément Feu.

Un ton chantant signale un déséquilibre de l'Elément terre. Le fait de pleurer facilement est en liaison avec le Métal et signale souvent une faiblesse du Poumon (le chagrin est l'émotion qui lui correspond). Une voix ténue et sans force indique également une insuffisance du Qi du Poumon. Une voix rauque ou enrouée indique souvent un déséquilibre de l'Elément Eau.

## Les odeurs

Les odeurs sont également utilisées pour le diagnostic selon le modèle de correspondances des Cinq Eléments. Une odeur rance indique un déséquilibre du Bois, souvent dû à une Stagnation de Chaleur dans le Foie. Une odeur de brûlé signale un déséquilibre du Feu, généralement un Feu du Cœur.

Une odeur douceâtre est souvent associée à un vide de Rate ou à de l'Humidité. Une odeur fétide est souvent le signe d'un déséquilibre du Métal, généralement dû à une accumulation chronique de Glaires dans le Poumon. Une odeur de pourri et de putréfaction indique un déséquilibre du Rein ou de la Vessie, généralement dû a une accumulation de Chaleur Humidité.

De la même façon que les couleurs peuvent être interprétées dans un autre cadre que celui de la théorie des Cinq Eléments, les odeurs parfois ne participent pas de ce modèle quelque peu rigide.

Par exemple, une odeur de pourri ou de putréfaction peut indiquer la présence de Chaleur dans n'importe quel viscère. De plus, d'autres odeurs sont parfois décrites, comme une odeur de cuir qui indique une Chaleur Humidité, ou une odeur de poisson qui indique un Froid Humidité.

## Les émotions

La relation entre les émotions et les Eléments est importante pour le diagnostic. Une personne qui «explose» et se met facilement en colère présente généralement un déséquilibre du Bois (qui provient, la plupart du temps, d'une montée du Yang du Foie). Cette émotion peut aussi être plus rentrée et donc moins apparente lorsque la colère est réprimée.

La joie est l'émotion qui est en relation avec le Feu et le Cœur. De toute évidence, la joie n'est pas nocive ! Par contre, ce que nous entendons par "joie" ici, est un état excessif et permanent d'excitation joyeuse, caractéristique de certaines personnes dans notre société. Un exemple des effets négatifs de cet excès de joie est la crise de migraine qui, parfois, ne se déclenche pas uniquement en cas de mauvaises nouvelles, mais aussi en cas de bonnes nouvelles.

L'excès de réflexion ou de concentration est une "émotion" liée à la terre. Il faut reconnaître qu'il ne s'agit pas d'une "émotion" au sens où nous l'entendons, mais néanmoins d'une activité mentale.

La sollicitation excessive de nos facultés intellectuelles ou des études intensives peuvent conduire à un Vide de Rate.

Le chagrin et la peine sont les émotions liées au Métal et, en pratique, il existe une relation directe entre ces émotions et l'état du Poumon. Le Qi du Poumon est très facilement affecté par le chagrin et la tristesse et aussi par les soucis, ces émotions entraînent un Vide de Qi du Poumon.

La peur est en relation avec l'Eau et là encore, cette émotion a des répercussions directes sur le Rein et la Vessie. Un vide de Rein engendre souvent l'angoisse et la peur.

## Les saveurs

La relation qui existe entre les saveurs et les Cinq Eléments constitue un aspect relativement mineur du diagnostic chinois. Les différentes saveurs sont : acide pour le Bois, amère pour le Feu, sucrée pour la Terre, piquante pour le Métal et salée pour l'Eau.

On trouve souvent la saveur acide dans les déséquilibres du Foie, la saveur amère fait partie intégrante des tableaux du Feu du Cœur, la saveur sucrée indique souvent un Vide de Rate, la saveur piquante accompagne parfois les déséquilibres du Poumon, enfin, la saveur salée est quelquefois liée à un Vide de Rein.

Tout comme pour les couleurs, les correspondances des saveurs sont quelque peu limitées. Par exemple, c'est dans les déséquilibres de l'Estomac que l'on rencontre le plus fréquemment la saveur acide. De la même façon, c'est dans les déséquilibres du Foie, comme le Feu du Foie, que l'on rencontre la saveur amère. La saveur sucrée peut aussi une accumulation d'Humidité.

A signaler par ailleurs d'autres types de saveurs que les malades décrivent souvent, mais qui ne figurent pas dans cette description. Par exemple, une saveur "fade" traduit souvent un Vide de Rate et une saveur "collante" indique une accumulation d'Humidité.

## Les tissus

Un état pathologique des tissus peut également aider au diagnostic dans la mesure où il souligne le déséquilibre de l'Elément concerné. Par exemple, si les tendons sont raides et contractés, cela indique un déséquilibre du Foie et de la Vésicule Biliaire, ou du Bois. Un problème au niveau des vaisseaux sanguins souligne un déséquilibre du Cœur ou du Feu. Une faiblesse ou une atrophie des muscles indique un Vide de Rate ou de l'Elément Terre. La peau est en relation avec le Métal et le Poumon, et une faiblesse du Poumon se traduit souvent par une transpiration spontanée (les pores étant ouverts).

Le Rein est en relation avec les os et les maladies osseuses dégénératives de la vieillesse, de même que l'ostéoporose, sont souvent dues à une diminution de l'Essence du rein.

## Les organes des sens

Les problèmes qui affectent les cinq sens peuvent également révéler des déséquilibres concernant les Eléments. Par exemple, une vision trouble traduit souvent un Vide du Foie, des problèmes au niveau de la langue peuvent être liés au Cœur, des troubles au niveau de la bouche et des lèvres viennent souvent d'un Vide de Rate ou d'une Chaleur de l'Estomac. De même un nez sec et des éternuements indiquent une sécheresse ou un Vide du Poumon, une baisse de l'ouïe ou des acouphènes chroniques peuvent venir d'un Vide du Rein. Là encore, ce modèle de relations n'est que partiellement applicable. Ainsi il existe un nombre considérable de troubles oculaires qui ne relèvent pas du Bois (comme nous l'avons expliqué plus haut) et des pathologies linguales qui sont dues à l'Estomac ou au Rein. Les lèvres traduisent aussi l'état du Sang, les problèmes buccaux peuvent venir d'une pathologie de type Rein alors que nombre de problèmes auditifs ne sont pas dus à un Vide de Rein, mais au déséquilibre d'un autre Elément, comme l'Elément Bois par exemple.

### Le climat

Le fait qu'une personne soit particulièrement sensible à un climat précis traduit un déséquilibre de l'Elément concerné. Ainsi, une sensibilité au vent reflète souvent un déséquilibre du Bois, les personnes qui souffrent de déséquilibres du Cœur voient leur état empirer lorsqu'il fait chaud, l'humidité affecte la Rate, la sécheresse lèse le Poumon et le froid affaiblit le Rein.

Ce modèle, toutefois, comporte aussi des limites. Par exemple, la chaleur peut aggraver n'importe quelle pathologie de type Chaleur et non exclusivement une atteinte du Cœur. L'humidité peut aggraver toute pathologie de type Humidité, non seulement l'Humidité qui affecte la Rate mais aussi celle qui touche le Poumon, le Rein, la Vésicule Biliaire et la Vessie. La sécheresse lèse les liquides organiques du Poumon, mais également ceux de l'Estomac et du Rein. Le froid peut attaquer tous les viscères (comme l'Estomac, la Rate, les Intestins, le Poumon, l'Utérus et la Vessie), et pas uniquement le Rein.

## LES CINQ ELEMENTS ET LE TRAITEMENT

Pour ce qui est du traitement, la théorie des Cinq Eléments est utilisée de plusieurs façons qui peuvent se résumer en deux rubriques :

a/le traitement en fonction des cycles,

b/le traitement en fonction des cinq points Shu Antiques.

Il ne s'agit pas de deux visions différentes de la théorie des Cinq Eléments, mais seulement d'une façon pratique d'en aborder l'application, tout en se souvenant que ces deux conceptions sont bien souvent utilisées conjointement.

### Le traitement en fonction des cycles

Pour traiter un Elément particulier, il est indispensable d'avoir à l'esprit les diverses relations qu'il entretient avec les autres Eléments dans les cycles de Production, de Domination, d'Agression, de Contre-domination, ainsi que dans le cycle Cosmologique.

Prenons l'exemple du Bois, en sachant que les quatre autres Eléments pourraient être étudiés selon les mêmes principes.

Si l'Elément Bois est en déséquilibre, il faut d'abord se demander, d'une part, si ce déséquilibre provient d'un autre Elément et, d'autre part, s'il entraîne lui-même le déséquilibre d'un autre Élément.

Par exemple, en présence d’un vide de Foie associé à plusieurs signes et symptômes de Vide de Sang du Foie, il faut toujours commencer par se demander si c'est l'Elément Mère (l'Eau) qui est impliqué et qui n'arrive plus à nourrir le Bois. Puis il faut également se demander si le Bois n'est pas faible parce qu'il est agressé par le Métal, ou parce que le Feu (le Fils) épuise le Bois (la Mère), voire s'il est attaqué et dominé par la Terre. Il faut aussi penser à s'assurer que le Vide de Foie n'a pas affecté l'Elément Fils, c'est-à-dire le Cœur (voir figure).

Si le Foie présente une pathologie de type Plénitude et que le Malade, par exemple, montre des signes et symptômes de Stagnation de Qi du Foie ou de Feu du Foie, il faut s'assurer que cette Plénitude n'est pas due au fait que le Métal n'est plus assez fort pour contrôler le Bois, ce qui est souvent le cas dans les faiblesses chroniques constitutionnelles du Poumon.

D'autre part, il faut s'assurer également que le Bois en excès n'a pas commencé à affecter d'autres Eléments. Par exemple, lorsque le Bois est en Excès, il agresse volontiers la Terre. "Le Bois envahit la Terre" est une pathologie que l'on rencontre très fréquemment en pratique. Si le Bois est en Excès, il peut aussi exiger trop de l'Elément Mère, c'est-à-dire l'Eau (figure ci-contre).

Il faut bien avoir toutes ces relations à l'esprit lorsqu'on élabore un traitement.

Ainsi, si le Foie est faible parce que l'Eau, l'Elément Mère, ne le nourrit pas, il faudra tonifier le Rein aussi bien que le Foie. Si le Foie est faible parce qu'il est agressé par le Métal, le traitement adéquat consistera à calmer le Poumon (c'est toutefois un cas très théorique qu'on ne rencontre, en fait, pratiquement jamais). Si le Foie est faible parce que le Cœur (le Fils) l'épuise, il faudra calmer le Cœur. Si le Foie est faible parce qu'il est attaqué et dominé par la Rate, le traitement visera à calmer la Rate.

Si le Vide de Foie affecte son Fils, on doit tonifier le Cœur en même temps que le Foie.

Si le Foie est en Plénitude parce que le Métal ne le domine pas, il faudra tonifier le Métal (le Poumon), tout en calmant le Foie. Si la Plénitude du Foie affecte et affaiblit la Terre, c'est la Rate qu'il faudra alors tonifier. Si la Plénitude du Foie épuise l'Elément Mère, il faudra aussi tonifier le Rein.

A Chapitre 77 du *Classique des Difficultés,* il est dit que "Si le Foie est malade, il peut envahir la Rate ; il faut donc commencer par tonifier la Rate".

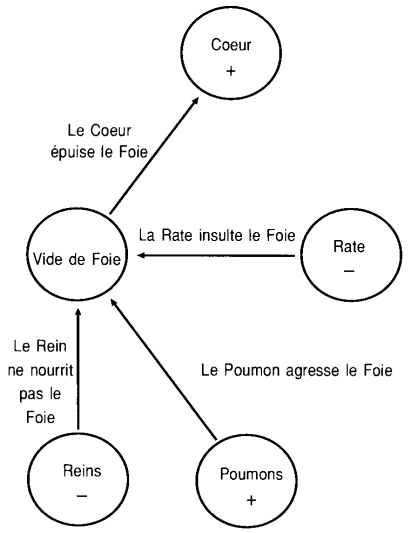



Fig.
Les répercussions pathologiques d'un Vide de Foie sur les autres viscères.

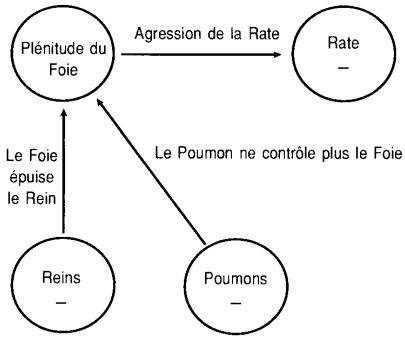



Fig.
Les répercussions pathologiques d'une Plénitude du Foie sur les autres viscères

## Le traitement selon les cinq points Shu Antiques

Ce sujet sera traité en détail dans le Chapitre Shu Antiques et nous ne l'aborderons donc que brièvement ici.

Les cinq points Shu Antiques (ou points de transport) sont des points situés entre les doigts et le coude, et entre les orteils et le genou. Chacun de ces points est lié à un Elément, selon l'ordre du cycle de Production, en commençant par le Bois pour les méridiens Yin et le Métal pour les méridiens Yang. Ces correspondances ont été mentionnées pour la première fois au Chapitre 64 du *Classique des Difficultés.*

Au Chapitre 69, il est écrit : "En cas de Vide, il faut tonifier la Mère et en cas de Plénitude, il faut calmer le Fils".

Autrement dit, en cas de Vide d'un viscère, on peut choisir le point de son méridien qui est en relation avec l'Elément Mère. Par exemple, dans un cas de Vide du méridien du Foie, on peut choisir le point du méridien du Foie qui est en relation avec son Elément Mère, l'Eau, c'est-à-dire Qu Quan, 8 F.

En cas de Plénitude d'un viscère, on peut choisir le point de son méridien qui est en relation avec l'Element Fils. Par exemple, dans un cas de Plénitude du méridien du Foie, on peut choisir le point du méridien du Foie qui est en relation avec son Elément Fils donc le Feu, c'est-à-dire Xingjian, F2.

Une autre façon d'utiliser ces points, selon la théorie des Cinq Eléments pour le traitement, consiste à s'en servir pour chasser les facteurs pathogènes. Etant donné que le Bois correspond au Vent, le Feu à la Chaleur, la Terre à l'Humidité, le Métal à la Sécheresse et l'Eau au Froid, on peut utiliser les points des Eléments (généralement en dispersion) pour chasser le facteur pathogène en cause. Ainsi, on utilisera un point Bois pour soumettre le Vent, un point Feu pour éliminer la Chaleur, un point Terre pour résorber l'Humidité, etc ...

## LES CINQ ELEMENTS, LA PHYTOTHERAPIE ET LA DIETETIQUE

La diététique constitue une partie importante de la médecine chinoise mais nous n'en mentionnerons que quelques principes ici, dans la mesure où elle a été partiellement conçue à partie de la théorie des Cinq Eléments. Les principes qui sous-tendent le traitement par la diététique sont très proches de ceux que l'on retrouve en phytothérapie. C'est pourquoi nous ne les dissocierons pas.

Chaque aliment et chaque plante a un goût spécifique qui est rattaché à un Elément particulier. Les cinq saveurs sont : l'acide pour le Bois, l'amer pour le Feu, le sucré pour la Terre, le piquant pour le Métal et le salé pour l'Eau. Tous les aliments et toutes les plantes sont classées selon ces saveurs. La "saveur" d'un aliment ou d'une plante ne correspond pas toujours à son goût réel : ainsi le mouton est classé dans les aliments "amers", tout comme la pomme. La "saveur" d'un aliment ou d'une plante correspond donc plus à ses qualités intrinsèques qu'à son goût effectif, bien que, dans la majorité des cas, les deux coïncident.

Chaque saveur a un effet précis sur le corps -, la saveur *acide* produit des fluides et du Yin ; elle est astringente et peut donc contrôler la transpiration et la diarrhée.

La saveur *amère* élimine la Chaleur, calme et raffermit. Elle élimine l'Humidité Chaleur et soumet le Qi rebelle.

La saveur *sucrée* tonifie, équilibre et modère. On l'utilise pour tonifier les vides et soulager la douleur.

La saveur *piquante* disperse, on l'utilise pour chasser les facteurs pathogènes.

La saveur *salée* fait descendre, assouplit et s'utilise pour traiter la constipation et les gonflements.

Il faut donc prendre certaines précautions dans le choix des aliments car si certains aliments sont consommés de façon régulière pendant trop longtemps, ils auront une influence profonde et durable sur les fonctions du corps. Les mêmes précautions s'appliquent si un traitement par la phytothérapie est suivi pendant longtemps.

La saveur acide va aux nerfs et peut perturber le Foie, aussi faut-il l'utiliser avec parcimonie lorsqu'un malade présente des douleurs chroniques.

La saveur amère va aux os et il faut donc éviter les excès en cas de maladie osseuse.

La saveur sucrée va aux muscles, prise en quantité excessive, elle peut provoquer une faiblesse musculaire.

La saveur piquante disperse le Qi et doit être proscrite dans les Vides de Qi. La saveur salée peut assécher le Sang et doit être proscrite dans les Vides de Sang.

Le Chapitre 56 de *L'Axe Spirituel* traite des effets des cinq saveurs. On y lit : "La saveur acide va au Foie, la saveur amère va au Cœur, la saveur sucrée va à la Rate, la saveur piquante va au Poumon, la saveur salée va au Rein. Si le Foie est perturbé, il ne faut pas consommer d'aliments piquants, si le Cœur est perturbé, il ne faut pas consommer d'aliments salés, si la rate est perturbée, il ne faut pas consommer d'aliments acides , si le rein est perturbé, il ne faut pas consommer d'aliments sucrés, si le Poumon est perturbé, il ne faut pas consommer d'aliments amers".

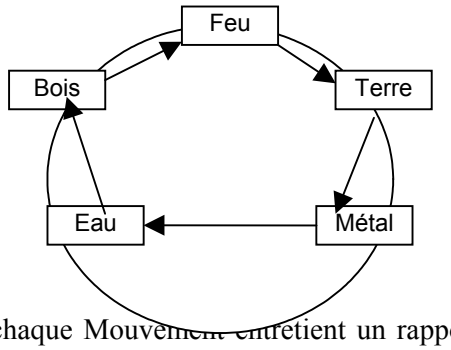
C'est pourquoi, lorsqu'un viscère est perturbé, il faut éviter la saveur qui correspond à l'Elément qui domine ce viscère dans le cycle de Domination.

# Relations physiologiques des Cinq Mouvements

Les Cinq Mouvements représentent des étapes particulières dans les mutations de l'Energie, sont interdépendants et en permanente relation les uns avec les autres. Ils sont plus particulièrement reliés entre eux selon quatre modalités. Les deux premières sont physiologiques, nous allons les développer ici. Les deux autres sont pathologiques et font l'objet du prochain paragraphe.

## 1) Relation d'engendrement (Xiang Sheng)

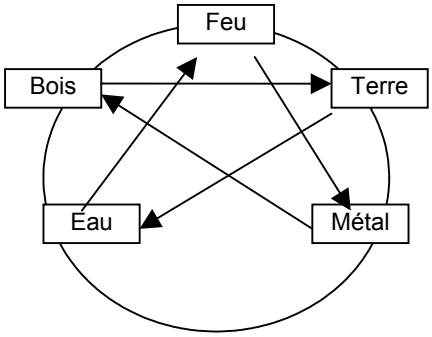
Le concept d'engendrement signifie que chacun des Cinq Mouvements peut favoriser le développement du Mouvement qui le suit selon l'ordre dit «d'engendrement» :




Dans ce cycle perpétuel, chaque Mouvement entretient un rapport privilégié avec celui qui le précède, donc qui l'engendre, traditionnellement appelé sa « mère », et avec celui qui le suit, donc qu'il engendre, traditionnellement appelé son « fils ». Par exemple, l'Eau est la mère du Bois et le Feu est son fils. Donc la relation d'engendrement est appelé la loi mère - fils.

## 2) Relation de domination (Xiang Ke)

Le concept de domination signifie que chacun des Cinq Mouvements peut contrôler, réfréner, contenir le développement du Mouvement qui le suit selon l'ordre dit «de domination» :




On retiendra donc, selon le Su Wen, que « le Métal coupe le Bois, l'Eau éteint le Feu, le Bois couvre la Terre, le Feu fond le Métal et la Terre endigue l'Eau ».

Dans ce cycle, chaque Mouvement entretient des relations privilégiées avec celui **qui le domine** et avec celui **qu'il domine**. Par exemple, le Bois est dominé par le Métal mais il domine lui-même la Terre.

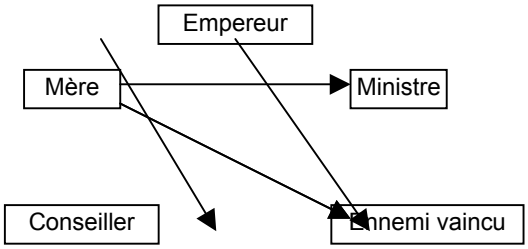
C'est la relation grand-mère et petit fils.

Le cycle de domination est complémentaire du cycle d'engendrement. En effet, on ne peut imaginer une croissance perpétuelle sans mécanisme de régulation. Ces deux cycles sont comparables, dans l'art équestre, aux jambes du cavalier qui donnent l'impulsion et aux mains qui la contrôlent. On peut également prendre l'exemple d'une automobile pour laquelle la puissance de l'accélération et la capacité de freinage doivent être proportionnelles.

La combinaison de ces deux lois, engendrement et domination, fait que chaque Mouvement entretient des relations privilégiées avec les quatre autres, c'est-à-dire celui qui l'engendre, celui qu'il engendre, celui qui

le domine et celui qu'il domine. On peut symboliquement représenter ces quatre relations de la manière suivante : l'Empereur est le Mouvement principalement concerné (Feu, par exemple).

- Celui qui l'engendre est la Mère de l'Empereur (Bois, ici).
- Celui qu'il engendre, c'est-à-dire à qui il confère une partie de son autorité, est son Ministre (Terre, ici).
- Celui qu'il domine est l'Ennemi vaincu, qu'il doit savoir contrôler avec fermeté mais sans tyrannie (Métal, ici).
- Celui qui le domine est son Conseiller, celui qui exerce une influence décisive sur les décisions de l'Empereur et atténue son autorité excessive (Eau, ici).




Lorsque le fonctionnement physiologique normal de ces deux cycles Sheng et Ke, avec les quatre types de relations privilégiées qui en découlent, est perturbé, des relations anormales s'établissent au sein des Cinq Mouvements. Il s'agit de perversions du cycle Ke qui s'exprime de manière abusive ou à contre-courant.

# Relations pathologiques des Cinq Mouvements

## 1) Relation d'oppression (Xiang Cheng

Le concept d'oppression signifie que chacun des Cinq Mouvements peut, dans une situation de déséquilibre, profiter de la faiblesse du Mouvement qui le suit pour le conquérir ou l'opprimer, selon le même ordre que celui du cycle de domination. Le cycle Cheng est un excès du cycle Ke.

C'est la relation grand-mère et petit-fils.

Ce type de relation survient lorsque, entre deux éléments naturellement reliés par le cycle Ke (par exemple, le Bois et la Terre), le Mouvement dominateur devient exagérément puissant (Bois trop fort et Terre normale) ou le Mouvement dominé devient exagérément faible (Bois normal et Terre trop faible). Dans les deux cas, la différence entre dominateur et dominé est excessive, ce qui conduit à un abus du premier sur le second.

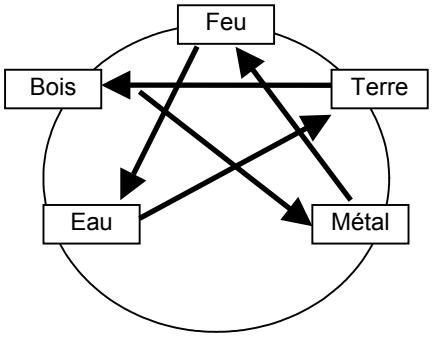
Cette situation est pathologique, mais la relation se déroule dans le sens légitime de domination des Cinq Mouvements.

## 2) Relation d'outrage des Cinq Mouvements (Xiang Wu

Le concept d'outrage signifie que chacun des Cinq Mouvements peut, dans une situation de déséquilibre, brutaliser, mépriser, se révolter contre celui qui a naturellement pour fonction de le dominer. C'est pourquoi, la relation d'outrage (Xiang Wu) est parfois appelée «domination inversée» (Fan Ke) ou «rébellion », « révolte » (Fan Wu).

C'est la relation petit fils et grand-mère.

Le cycle d'outrage est donc le suivant :

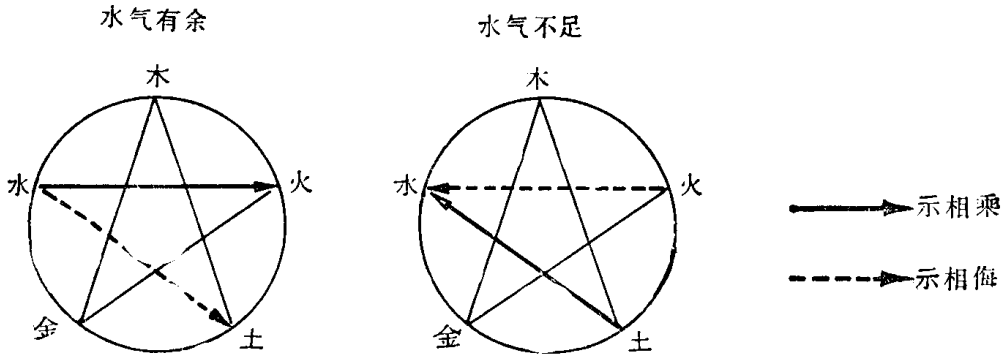



La relation d'outrage est la forme la plus sévère des relations pathologiques au sein des Cinq Mouvements, car elle exprime un déséquilibre à la fois dans l'ordre et dans la puissance relative. Non seulement l'élément dominateur n'a pas la force de jouer son rôle et se laisse contrôler par son « vassal » mais, en plus, l'élément qui devrait être dominé devient tyrannique envers son «suzerain».

**De même que les deux cycles physiologiques Sheng et Ke se complètent, les deux cycles pathologiques Cheng et Wu s'associent**.

- Lorsqu'un Mouvement est en excès, il opprime celui qu'il contrôle (Cheng) et se révolte contre celui qui le domine (Wu).
- Lorsqu'un Mouvement est en insuffisance, il est opprimé par celui qui le domine et subit la révolte de celui qu'il devrait dominer.

Par exemple, le Bois domine naturellement la Terre, et il est lui-même contrôlé par le Métal. En cas d'excès du Bois, la Terre est opprimée, le Métal affaibli par l'outrage venant du Bois. Normalement, la Terre est la mère du Métal, elle le nourrit, l'entretient et le restaure. D'autre part, elle contrôle l'Eau, mère du Bois. Du fait de la tyrannie du Bois, la Terre ne peut jouer aucun de ses deux rôles. Donc, le Métal n'a aucun espoir de recontrôler le Bois et, la Terre ne contrôlant plus l'Eau, celle-ci devient puissante et renforce indirectement son fils, le Bois. Dans cette situation, l'ensemble du système est perverti et le déséquilibre va en s'aggravant.




**五行相乘相侮关系**

# Applications médicales des Cinq Mouvements

La théorie des Cinq Mouvements propose tout d'abord une classification des structures et fonctions de l'organisme (voir tableau de correspondances). Par ailleurs, elle propose une explication de l'activité physiologique des Organes et Entrailles à partir des propriétés spécifiques des Cinq Mouvements. Par exemple, les propriétés du Bois sont la souplesse, l'impulsion vitale et le libre mouvement. Le Foie, qui correspond au Bois, aime la souplesse et craint la stagnation et les « nouures » du Qi. Sa principale fonction est le drainage et le contrôle de la libre circulation du Qi.

## 1) Applications aux cycles Sheng et Ke

Les relations d'engendrement (Sheng) et de contrôle (Ke) s'appliquent aux rapports qu'entretiennent les Organes entre eux. Par exemple, de même que la Terre engendre le Métal, le Qi de la Rate est le précurseur du Qi du Poumon. La Rate (Terre) produit le Qi et le Sang, transforme et fait circuler les fluides et, par son mouvement ascendant, communique avec le Poumon (Métal, fils de la Terre). Le Poumon contrôle le Qi, participe à la diffusion du Sang, reçoit les fluides et, par son mouvement descendant, dirige le Qi et les liquides vers les Reins (Eau, fils du Métal) qui les captent.

En ce qui concerne le cycle de domination, on peut citer l'exemple du Poumon (Métal) dont les fonctions de descente et de purification du Qi permettent de contrôler, dans certains cas, l'expansion et la montée du Feu du Foie.

Le cycle Sheng, normalement nourricier, peut également être vecteur de transmission des maladies, à travers deux mécanismes :

- Le premier, dû au Vide, est appelé «la maladie de la mère atteint le fils » (Mu Bing Ji Zi) ou « le Vide de la mère fatigue le Fils » (Mu Xu Lei Zi). Il concerne les maladies par déficiences qui se transmettent selon l'ordre du cycle « Sheng ». Par exemple, le Vide de Yin des Reins (acouphènes, faiblesse des lombes et des genoux, spermatorrhée ... ) peut évoluer vers un Vide de Yin du Foie (éblouissements, vertiges, tremblements, spasmes ... ); le Vide de Qi de la Rate (asthénie, appétit diminué, faiblesse des membres, troubles digestifs ... ) peut être à l'origine du Vide de Qi du Poumon (essoufflement, dyspnée, voix faible ... ). Dans ce genre de situations, il est nécessaire de renforcer la mère pour tonifier le fils.
- Le second, dû à la Plénitude, est appelé « la maladie du fils se retourne contre la mère» (Zi Bing Fan Mu) ou «le fils pille le Qi de la mère » (Zi Dao Mu Qi). Ainsi lorsque le Feu du Coeur (anxiété, agitation, délire, ulcérations de la langue et de la bouche ... ) devient excessif, il provoque l'embrasement du Feu du Foie (céphalées, yeux rouges ... ). Ici, la plénitude du fils se retourne contre la mère.

## 2) Applications aux cycles Cheng et Wu

Sur le plan pathologique, les cycles d'oppression (Cheng) et de révolte (Wu) qui sont des perversions du cycle naturel de domination (Ke), s'expriment dans de nombreux déséquilibres des fonctions organiques. Par exemple, lorsque le Foie, qui domine naturellement la Rate, se met à l'opprimer (Cheng), on observe une désorganisation des fonctions de digestion, des vertiges, des céphalées, de la susceptibilité, des troubles des règles...

Si le Feu du Foie en excès se révolte (Wu) contre le Poumon, celui-ci perd ses fonctions de descente et de diffusion, ce qui entraîne de la toux, avec parfois présence de sang dans les expectorations, une douleur brûlante le long des côtes, la maladie étant facilement aggravée par les excès émotionnels ...

## 3) Applications au diagnostic et au traitement des maladies

La théorie des Cinq Mouvements est omniprésente dans les méthodes et dans la dialectique du diagnostic. Les couleurs du teint, les intonations de la voix, les différents types de pouls, les modalités d'amélioration ou d'aggravation des symptômes et tous les autres éléments d'investigation peuvent être classés selon les Cinq Mouvements.

Sur le plan thérapeutique, cette théorie permet de prévenir et de maîtriser l'évolution d'une pathologie, par l'application aux Organes et Entrailles de la connaissance des modes relationnels qui ont été développés dans ce chapitre. De plus, qu'il s'agisse d'acupuncture (certaines catégories de points sont directement en relation avec les Cinq Mouvements), de diététique ou de pharmacopée (les natures et saveurs des ingrédients sont liées aux Cinq Mouvements, comme nous l'avons vu précédemment), cette théorie est centrale et indispensable pour comprendre et pratiquer la médecine traditionnelle chinoise.