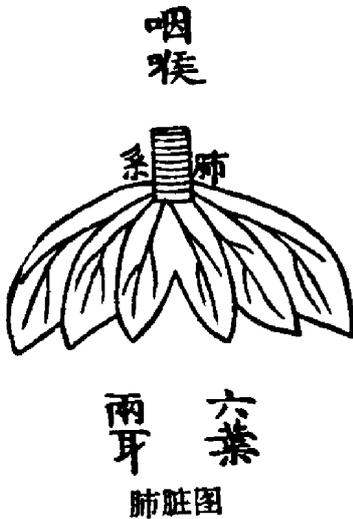


Le Poumon



On dit qu'il est le «Dais éclatant» (Hua Gai) des Organes. Il est l'Organe le plus élevé, anatomiquement. En médecine traditionnelle chinoise on parle du Poumon, Organe unique incluant les voies respiratoires supérieures, et non des poumons, concept anatomique de la médecine occidentale.

Il assure, tel un bouclier, la protection de l'organisme. A ce titre, il est sensible, ouvert à tous les agents pathogènes externes, et donc concerné par toutes les maladies infectieuses courantes (syndrome grippal, rhinopharyngite,...).

Le Poumon gouverne le Qi et la respiration et il est responsable de l'air inhalé. C'est pour cette raison, mais également parce qu'il contrôle la peau, qu'il sert d'intermédiaire entre l'organisme et l'environnement extérieur.

Il contrôle également les vaisseaux sanguins dans la mesure où c'est le Qi du Poumon qui aide le Cœur à contrôler la circulation du Sang. On dit également qu'il contrôle la "Voie des Eaux". Ceci revient à dire qu'il joue un rôle vital dans la circulation des Liquides Organiques.

Au Chapitre 8 des Questions Simples, on lit : "Le Poumon est comme le Ministre qui détermine l'orientation politique". Cette citation illustre le rôle que joue le Poumon vis-à-vis du Cœur (qui est l'Empereur), qu'il aide à faire circuler le Sang.

Les fonctions du Poumon sont les suivantes :

- Il gouverne le Qi et la Respiration.
- Il contrôle les fonctions de Diffusion et de Descente.
- Il gouverne la Voie des Eaux.
- Il gouverne la Surface du Corps ou contrôle la peau et le système pileux.
- Il s'ouvre au nez.
- Il abrite l'Ame Corporelle.

Il gouverne le Qi et la Respiration

Il s'agit de la fonction la plus importante du poumon car il extrait le «Qi pur de l'air qui, ensuite, se combine avec le Qi des Aliments produit par la Rate».

Considérons maintenant les deux principaux aspects de cette fonction vitale :

- 1) Lorsqu'on dit que le Poumon gouverne la respiration, cela signifie qu'il inhale le "Qi pur" (l'air) et qu'il exhale le "Qi impur". Cet échange et ce renouveau constants du Qi, possibles grâce à l'action du Poumon, assurent le bon fonctionnement de tous les processus physiologiques de l'organisme dont l'élément de base est le Qi. Au Chapitre 5 des Questions Simples, il est dit : «Le Qi Céleste va au Poumon». Le Qi Céleste représente ici l'air.
- 2) Le poumon gouverne également le Qi en intervenant dans le processus même de formation du Qi. Grâce à l'action de Pi et de Wei (la Rate et l'Estomac), le Gu Qi qui provient des aliments et des

boissons, se combine, dans la Poitrine, à l'air de Fei (les Poumons) pour former le Zong Qi. Comme cette opération s'effectue dans la poitrine, la poitrine porte aussi le nom de "Mer du Qi" ou "Mer Supérieure du Qi" (par opposition à la Mer Inférieure du Qi qui se situe en-dessous du nombril). Le Zong Qi porte aussi parfois le nom de "Qi de la Poitrine".

Une fois formé, le Qi est diffusé par le Poumon au corps tout entier, afin qu'il nourrisse les tissus et favorise tous les processus physiologiques.

Au Chapitre 56 de L'Axe Spirituel, on lit : "Le Qi Complexe se forme et s'accumule dans la poitrine sans bouger, c'est la Mer du Qi qui vient du Poumon, va à la gorge, et facilite l'inspiration et l'expiration".

Le Zong Qi réside dans la poitrine et intervient dans les fonctions du Poumon et du Cœur en favorisant une bonne circulation dans les membres et en contrôlant la force de la voix. Un Qi du Poumon faible peut donc entraîner de la fatigue, une voix faible et des difficultés pour respirer.

Parce qu'il extrait le Qi de l'air, le Poumon est le viscère Yin le plus externe ; il représente le lien entre le corps et le monde extérieur. C'est pour cette raison qu'il est facilement atteint par les facteurs pathogènes externes et appelé quelquefois organe "tendre", c'est-à-dire fragile et vulnérable en cas d'attaque par les facteurs climatiques.

Il contrôle les fonctions de Diffusion et de Descente

Il est extrêmement important et absolument indispensable de bien comprendre ces deux fonctions si l'on veut comprendre les pathologies du poumon.

LA FONCTION DE DIFFUSION

Le Poumon a une fonction de diffusion, de dispersion du Qi Protecteur et des Liquides Organiques dans la totalité du corps, entre la peau et les muscles. C'est un des aspects de la relation physiologique que le Poumon entretient avec la peau. C'est cette fonction qui fait que le Qi Protecteur est distribué de façon égale dans tout l'organisme, sous la peau, et qu'il peut alors réchauffer la peau et les muscles et protéger le corps des attaques des facteurs pathogènes externes. Si le Qi du Poumon est faible et si sa fonction de diffusion est altérée, le Qi Protecteur n'atteint pas la peau, et le corps est alors facilement envahi par les facteurs pathogènes externes. On peut avoir une bonne idée de ce qu'est réellement la fonction de diffusion en observant ce qui se passe lorsque celle-ci est altérée. Quand une personne prend froid, la plupart des symptômes traduisent l'altération de la fonction de diffusion du Poumon. Le Vent Froid externe obstrue la peau, empêche le Qi protecteur de se propager, et donc perturbe la fonction de diffusion du Poumon. Le Qi ne peut plus être diffusé et tout se "bloque". C'est très précisément ce que ressent une personne qui a un bon rhume accompagné de céphalées, de nez bouché, d'éternuements, etc ...

Au Chapitre 30 de L'Axe Spirituel, on lit : "Le Qi du réchauffeur Supérieur communique avec l'extérieur et se disperse ; il diffuse les Essences de la nourriture, il réchauffe la peau, il remplit le corps et il humidifie les cheveux comme s'ils étaient enveloppés de brouillard et de rosée".

Outre le Qi, le Poumon diffuse également les Liquides Organiques à la peau, sous forme d'une brume légère. C'est une des raisons pour lesquelles le Réchauffeur Supérieur est souvent comparé à une fine "Brume". La fine brume des Liquides Organiques humidifie la peau et règle l'ouverture et la fermeture des pores, ainsi que la transpiration. Lorsque cette fonction est satisfaisante, les pores s'ouvrent et se ferment normalement, et le volume de transpiration représente la transpiration physiologique. Lorsque cette fonction est perturbée et que la personne présente une pathologie de type Plénitude, les pores sont bloqués et la transpiration absente (c'est ce que l'on trouve dans l'invasion de Vent Froid avec prédominance du Froid). Si la pathologie est de type Vide, les pores sont trop relâchés et restent ouverts, de sorte qu'on a une transpiration spontanée (par exemple dans l'invasion de Vent Froid avec prédominance du Vent, ou dans les pathologies internes de type Vide de Yang). Si la fonction de diffusion du Poumon est perturbée, les Liquides Organiques peuvent s'accumuler sous la peau et entraîner des œdèmes (en général, œdèmes du visage).

LA FONCTION DE DESCENTE

Comme le Poumon est l'organe situé le plus haut dans le corps, les textes médicaux chinois le nomment souvent le "couvercle" ou "le toit de la diligence impériale". Parce qu'il a la position la plus haute, son Qi descend. C'est ce que l'on entend lorsqu'on parle de sa fonction de descente. Comme nous l'avons vu, le Qi du Poumon doit communiquer avec le Rein qui doit, pour sa part, "retenir le Qi". La fonction de descente ne concerne pas uniquement le Qi, mais également les Liquides Organiques, car c'est le Poumon qui les dirige vers le Rein et la Vessie. Si ce mouvement de descente est perturbé, le Qi du Poumon ne peut pas descendre et le Qi s'accumule dans la poitrine, ce qui engendre la toux, des difficultés à respirer et une sensation d'oppression dans la poitrine. Dans certains cas, les fonctions du Gros Intestin peuvent, elles aussi, être perturbées. Si le Gros Intestin ne reçoit pas le Qi du Poumon, il n'a pas suffisamment de force pour assurer la défécation (ce qui arrive plus fréquemment chez les personnes âgées). La perturbation de la fonction de descente du Poumon peut également être à l'origine d'une rétention d'urine (là encore, plus particulièrement chez les personnes âgées).

Le rôle des fonctions de descente et de diffusion du Poumon peut se résumer ainsi:

- 1) Il assure "l'entrée-sortie" et la libre circulation du Qi, il règle la respiration et les échanges de Qi entre le corps et l'environnement extérieur.
- 2) Il veille à ce que tous les viscères soient correctement nourris par le Qi, le Sang et les Liquides Organiques. Il évite l'accumulation et la stagnation des liquides.
- 3) Il évite que le Qi du Poumon ne se disperse et s'épuise.

Il gouverne la Voie des Eaux

Après avoir reçu les liquides raffinés par la Rate, le Poumon les réduit en une fine brume et les "vaporise" dans tout le corps, sous la peau. Ceci fait partie de la fonction de diffusion du Poumon. Lorsque l'individu est en bonne santé, les liquides sont répartis de façon égale dans tout le corps, l'ouverture et la fermeture des pores sont normales. Si la fonction de diffusion est altérée, les liquides s'accumulent et les œdèmes apparaissent.

Le Poumon envoie également les liquides au Rein et à la Vessie. Le Rein les reçoit et les vaporise en partie, avant de les renvoyer au Poumon pour l'humidifier. Le fait que le Poumon envoie les liquides vers le bas exerce une influence sur les fonctions de la Vessie. Si la fonction de descente du Poumon est normale, la miction est normale également, si elle est perturbée, une rétention d'urine peut apparaître, en particulier chez les personnes âgées. C'est pourquoi le Poumon est parfois appelé "la source supérieure de l'Eau". Au Chapitre 21 des Questions Simples, on lit : "Les liquides pénètrent dans l'Estomac, la partie raffinée monte à la Rate et le Qi de la Rate, à son tour, la fait monter au Poumon qui, parce qu'il règle la Voie des Eaux, la fait descendre à la Vessie".

Grâce à cette fonction de descente et de diffusion, le Poumon est donc responsable de l'excrétion des Liquides Organiques sous la forme d'urine et de sueur.

Il gouverne la Surface du Corps ou contrôle la peau et le système pileux

Cette fonction est très étroitement liée aux deux fonctions précédentes. Le Poumon reçoit les liquides de la Rate et les diffuse à la peau, dans tout le corps. C'est ce qui nourrit et humidifie la peau et le système pileux. Si la fonction de diffusion du Poumon est normale, la peau est magnifique, les poils sont brillants, les pores de la peau s'ouvrent et se ferment normalement. Si cette fonction est altérée, la peau et le système pileux sont insuffisamment nourris et humidifiés, la peau est rugueuse et sèche, les poils sont cassants et rabougris.

Le Poumon exerce une influence sur le Qi Protecteur qui circule sous la peau. Si le Qi du Poumon est fort, le Qi Protecteur est fort également et l'individu présente une bonne résistance aux attaques des facteurs pathogènes externes. Si le Qi du Poumon est faible, le Qi Protecteur est également faible et, comme les pores sont ouverts, des sueurs spontanées peuvent apparaître. L'individu sera alors facilement attaqué par les facteurs pathogènes externes.

Lorsque ce type de transpiration intervient, il entraîne la perte d'une certaine quantité de Qi protecteur. C'est pour cette raison que les pores, au Chapitre 3 des Questions Simples, sont appelés «les portes du Qi». Inversement, si un facteur pathogène externe envahit effectivement la Surface du corps, autrement dit la peau et les muscles (ce qui peut arriver même si le Qi Protecteur est en relativement bon état), il va obstruer la peau et donc la circulation du Qi protecteur qui, à son tour, va perturber la fonction de diffusion du Poumon et entraîner des étternuements, de la toux, etc...

Au Chapitre 10 des Questions Simples, on lit : "Le Poumon contrôle la peau et se manifeste dans le système pileux". Au Chapitre 9, il est dit : "Le Poumon est la base du Qi, la résidence de l'Ame Corporelle (Po), il se manifeste dans le système pileux, il remplit la peau, il représente le Yin dans le Yang et il est associé à l'automne".

Il s'ouvre au nez

Le nez est l'ouverture du Poumon et c'est par lui que s'effectue la respiration. Si le Qi du Poumon est fort, le nez est bien dégagé, la respiration s'effectue facilement et l'odorat est normal. Si le Qi du poumon est faible, ou si le Poumon est envahi par un facteur pathogène externe, le nez est bouché et des étternuements et une perte de l'odorat peuvent apparaître. Si le Poumon est envahi par la Chaleur, on peut avoir des épistaxis, une perte de l'odorat et des battements des ailes du nez (comme dans la pneumonie). Au Chapitre 17 de L'Axe Spirituel, on lit : "Le Poumon s'ouvre au nez, si le Poumon est équilibré, l'odorat est bon".

Enfin, il ne faut pas oublier que d'autres viscères et particulièrement la Rate, exercent également une influence sur l'odorat.

Le Poumon abrite l'Ame Corporelle

L'Ame Corporelle (Po) peut se définir comme "cette partie de L'âme qui (contrairement à l'âme éthérée) est indissolublement attachée au corps et retourne à la terre avec lui après la mort". L'âme corporelle est étroitement liée au corps, elle est l'expression de l'aspect somatique de l'âme.

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

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

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

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

Sur le plan émotionnel, L'âme corporelle est directement affectée par des émotions telles que la tristesse ou le chagrin, qui répriment ses sentiments et bloquent ses mouvements. Comme L'âme corporelle réside au poumon, ces émotions ont des effets puissants et immédiats sur la respiration, que l'on peut considérer comme le battement de L'âme corporelle. La tristesse et le chagrin gênent L'âme corporelle, dispersent le Qi du poumon, et retiennent la respiration. Le souffle court et superficiel de la personne qui est triste et déprimée en est l'illustration. De la même

façon, la respiration superficielle et rapide qui semble ne provenir que de la partie supérieure de la poitrine, presque de la gorge, est l'expression d'un blocage au niveau de L'âme corporelle et du Qi du poumon. C'est pourquoi il est souvent important de traiter le poumon en cas de problèmes émotionnels dus à la dépression, à la tristesse, au chagrin, à l'anxiété ou au deuil. Lie Que, 7 P a un effet libérateur puissant sur les émotions refoulées, tandis que Po Hu, 42 V tonifie le Qi du poumon et consolide l'âme corporelle (voir le chapitre sur la fonction des points). Ainsi donc, en pratique clinique, l'importance de l'âme corporelle est plus grande que celle de L'âme éthérée.

LES REVES

Au Chapitre 17 des Questions Simples, il est dit : "Lorsque le Poumon souffre de Plénitude, la personne rêve qu'elle pleure". Au Chapitre 80, on lit : "Si le Poumon est en Vide, la personne rêve d'objets blancs ou de meurtres sanglants. Si c'est l'automne, elle rêvera de batailles et de guerres". Au Chapitre 42 de L'Axe Spirituel, il est dit : "Lorsque le Poumon souffre de Plénitude, la personne rêve qu'elle a des soucis et des angoisses ou qu'elle pleure et vole dans les airs... Si le Poumon est en Vide, elle rêve qu'elle vole dans les airs et qu'elle voit des objets étranges faits d'or et de fer".

LE POUMON GOUVERNE LES 100 VAISSEAUX

Le Poumon gouverne le Qi, qui est en relation étroite avec le Sang et qui coule avec lui dans les vaisseaux sanguins. C'est pourquoi le Poumon a une influence sur les vaisseaux sanguins, comme nous l'avons déjà expliqué. Comme le Qi du Poumon exerce une influence sur les vaisseaux sanguins, le pouls situé sur le méridien du Poumon, au niveau de l'artère radiale, reflète l'état de tous les viscères.

LE POUMON DETESTE LE FROID

Le Poumon exerce une influence sur la peau et le Qi protecteur et il est facilement envahi par les facteurs pathogènes externes, surtout par le Froid.

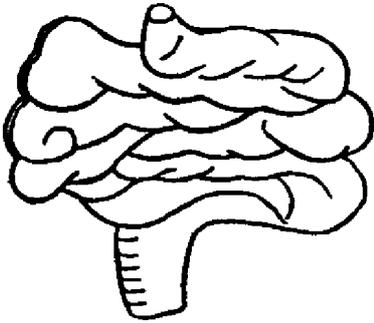
LE POUMON CONTROLE LA VOIX

La force de la voix, sa tonalité, sa clarté dépendent du Poumon. Lorsque le Poumon est sain, on le compare à une cloche qui produit un son clair qui est la voix.

Si le Poumon est faible, la voix peut être faible ; si le Poumon est obstrué par les Glaires, la voix peut être étouffée.

Le Gros Intestin

大腸上口，
即小腸下口



大腸下接直腸，直腸
下接肛門，谷道也

大腸腑圖

La principale fonction du Gros Intestin est de recevoir les aliments et les boissons transmis par l'Intestin Grêle. Après avoir réabsorbé une partie des liquides, il excrète les selles.

La théorie médicale chinoise passe généralement très rapidement sur les fonctions du Gros Intestin, non parce qu'elles sont sans importance, mais parce que bon nombre des fonctions que la médecine occidentale attribue au Gros Intestin sont attribuées à la Rate dans la perspective de la médecine chinoise. C'est la Rate qui contrôle la transformation et le transport des aliments et des boissons pour la totalité du système digestif, y compris pour l'Intestin Grêle et le Gros Intestin. C'est pour cette raison qu'en pathologie, des symptômes tels que la diarrhée, la distension et les douleurs abdominales sont généralement attribués à un déséquilibre de la Rate.

Les relations avec le Poumon

Les relations qui existent entre le Poumon et le Gros Intestin sont de type intérieur/extérieur. Ces relations sont très importantes pour l'accomplissement des fonctions corporelles courantes. Ainsi c'est le Qi du Poumon qui descend et fournit au Gros Intestin le Qi nécessaire à l'effort requis par la défécation.

Si le Qi du Poumon est insuffisant, il ne peut fournir suffisamment de Qi au Gros Intestin pour la fonction de défécation et il en résulte la constipation. Cette pathologie se rencontre très fréquemment chez les personnes âgées dont le Qi du Poumon est affaibli.

Inversement, la capacité du Poumon à faire descendre le Qi dépend du rôle que joue le Gros Intestin dans sa fonction d'excrétion des déchets. Si cette fonction est altérée et que la personne souffre de constipation, la stagnation des aliments dans le Gros Intestin peut perturber la fonction de descente du Poumon et entraîner de l'essoufflement.

LES REVES

Au Chapitre 43 de L'Axe Spirituel on lit: "Lorsque le Gros Intestin est faible, l'individu rêve de vastes prairies".