

## La Rate



La Rate est un Organe essentiellement métabolique qui intervient dans la production des substrats corporels. En relation avec la Terre, elle reçoit facilement les excès d'Humidité du corps qui la font souffrir car la Rate aime la Sécheresse et craint l'Humidité. Elle correspond à la cinquième saison chinoise, qui se situe entre l'été et l'automne.

Les ouvrages médicaux chinois ne font jamais mention du pancréas et, pour ce qui est de son rôle fonctionnel, il est souvent inclus dans la "Rate". Il semblerait que de nombreuses fonctions de la Rate qui sont liées à la digestion peuvent être associées à la sécrétion d'enzymes digestives par le pancréas.

L'une des rares mentions du pancréas se trouve au Chapitre 42 du Classique des Difficultés, dans lequel on note : "La Rate pèse 990 grammes, elle est large de 7,6 centimètres, longue de 12,7 centimètres, et entourée de 226 grammes de tissus adipeux". Il semblerait que ces "226 grammes de tissus adipeux" qui l'entourent soient le pancréas.

### 脾脏图

Le principal rôle de la Rate est d'aider la fonction digestive de l'Estomac en transportant et en transformant les Essences de la nourriture, en extrayant les éléments nutritifs de la nourriture et en séparant ce qui, dans la nourriture, est utilisable de ce qui ne l'est pas. La Rate est l'organe central de production du Qi : elle extrait des aliments et des boissons le Qi des Aliments (Gu Qi) qui est la source de production du Qi et du Sang. En fait, le Qi des Aliments produit par la Rate, se combine à l'air dans le Poumon pour donner le Qi Complexe, qui lui-même est la source de la production du Qi Vrai (Zhen Qi). Le Qi des Aliments de la Rate est aussi la base indispensable à la formation du Sang, formation qui s'effectue au niveau du Cœur. Parce que le Qi des Aliments extrait par la Rate constitue la base matérielle de la formation du Qi et du Sang, la Rate (et l'Estomac) est souvent appelée la Racine du Qi du Ciel Postérieur.

Comme la Rate est l'organe central du processus de digestion, on l'appelle souvent "le grenier officiel d'où sont issues les cinq saveurs".

Les fonctions de la Rate sont les suivantes:

- Elle gouverne la transformation et le transport.
- Elle contrôle le Sang.
- Elle contrôle les muscles et les quatre membres.
- Elle s'ouvre à la bouche et se manifeste dans les lèvres.
- Elle contrôle la "force d'élévation du Qi".
- Elle abrite la Pensée.

## **Elle gouverne le transport et la transformation**

La Rate transforme les aliments et les boissons ingérés afin d'en extraire le Qi : ce dernier est appelé "Qi des Aliments (Gu Qi) " et sert de base à la formation du Qi et du Sang. Une fois que le Qi des Aliments est formé, la Rate le transporte, ainsi que d'autres parties pures de la nourriture appelées "Essences de la Nourriture", aux divers viscères et parties du corps,

Au Chapitre 21 des Questions Simples, on lit : "La nourriture entre dans l'Estomac, la partie pure va au Foie, ce qui en reste va aux tendons. La nourriture entre dans l'Estomac, la partie impure va au Cœur, ce qui en reste va dans les vaisseaux sanguins ... Les liquides entrent dans l'Estomac, ... la partie pure va à la Rate, la Rate fait monter les essences pures au Poumon ". Cette citation décrit le rôle de la Rate qui est de séparer ce qui dans la nourriture, est utilisable de ce qui ne l'est pas, et de faire monter le Qi des Aliments, d'une part au Poumon pour que, combiné à l'air, il donne le Qi Complexe, d'autre part au Cœur pour produire le Sang. Ces divers mouvements et transformations ainsi décrits, "la partie pure va au Foie", "la partie impure va au Cœur", "le pur monte au Poumon", sont tous sous le contrôle de la Rate. C'est pourquoi la fonction de transformation et de transport de la Rate est cruciale dans le processus de digestion et de production du Qi et du Sang. Si cette fonction est normale, la digestion est bonne, l'appétit également, l'absorption est normale et le transit intestinal régulier. Si cette fonction est perturbée, on note une perte de l'appétit, une mauvaise digestion, une distension abdominale et des selles molles.

En plus du contrôle des mouvements des diverses essences de la nourriture, la Rate contrôle également la transformation, la séparation et le mouvement des liquides. Elle sépare ce qui, dans les boissons ingérées, est utilisable de ce qui ne l'est pas -, la partie "pure" monte au Poumon pour être diffusée à la peau et la partie "impure" descend aux Intestins où elle est à nouveau séparée. Si cette fonction de la Rate est normale, la transformation et le mouvement des liquides sont également normaux. Si cette fonction est perturbée, les liquides ne sont pas transformés et transportés correctement, ils peuvent alors s'accumuler et entraîner l'apparition d'Humidité, de Glaires ou d'œdèmes. C'est pourquoi il faut toujours traiter la Rate en cas d'Humidité, de Glaires ou d'œdèmes. De plus, la Rate est aussi facilement envahie. Comme elle abrite la Pensée qui est l'Humidité externe, ceci altère alors sa fonction de transformation et de transport. En liaison avec la transformation de la nourriture et la digestion, on dit que la Rate "aime la sécheresse", ce qui revient à dire que l'activité de transformation et de transport de la Rate peut être facilement perturbée par une consommation excessive de boissons froides ou glacées (si fréquente dans bon nombre de pays occidentaux). Par contre, l'Estomac "aime l'Humidité", c'est-à-dire la nourriture qui est humide et n'assèche pas.

## **Elle contrôle les muscles et les quatre membres**

La Rate extrait le Qi des Aliments de la Nourriture afin de nourrir tous les tissus du corps. Ce qui est raffiné est transporté par la Rate dans la totalité du corps. Si la Rate est vigoureuse, le Qi raffiné est dirigé vers les muscles, plus particulièrement vers ceux des membres. Si le Qi de la Rate est faible, le Qi raffiné ne peut pas être transporté jusqu'aux muscles et la personne se sent fatiguée, les muscles sont faibles, voire, dans les cas graves, atrophiés. L'état de la Rate constitue donc un facteur de première importance dans la détermination de la quantité d'énergie physique d'un individu. De très nombreux patients se plaignent de fatigue, dans ce cas, c'est toujours la Rate qu'il faut tonifier.

Au Chapitre 44 des Questions Simples, on lit : "La Rate gouverne les muscles ... Si la Rate est affectée par la Chaleur, le malade a soif et ses muscles sont faibles et atrophiés". Au Chapitre 29, il est dit "Les quatre membres dépendent de l'Estomac pour le Qi, mais le Qi de l'Estomac ne peut atteindre les vaisseaux que sous l'action de la Rate. Si la Rate est malade, elle ne peut plus transporter les liquides de l'Estomac, et donc les quatre membres ne peuvent plus recevoir le Qi des Aliments".

## Elle contrôle le Sang

On dit que la Rate maintient le Sang dans les vaisseaux. Au Chapitre 42 du Classique des Difficultés, il est dit que "La Rate a pour charge de maintenir et de rassembler le Sang". Alors que le Qi, considéré de façon globale, maintient le Sang dans les vaisseaux, c'est plus précisément le Qi de la Rate qui assure cette fonction.

Si le Qi de la Rate est vigoureux, le Sang circule bien et reste dans les vaisseaux. Si le Qi de la Rate est insuffisant, le Sang peut alors s'échapper des vaisseaux et entraîner des hémorragies.

En plus de contrôler le Sang et de prévenir les hémorragies, la Rate joue également un rôle important dans la formation du Sang. En fait, la Rate extrait le Qi des Aliments et c'est ce qui permet la formation du Sang dans le Cœur avec l'aide du Qi Originel du Rein. La Rate est donc l'organe primordial et essentiel pour la formation à la fois du Qi et du Sang. C'est également une des raisons pour lesquelles on dit qu'elle est la "Racine du Qi du Ciel Postérieur". C'est pourquoi, si nous souhaitons tonifier le Sang, il faut toujours tonifier la Rate.

Li Dong Yuan (1180-1251), l'auteur des célèbres Discussions sur la Rate et l'Estomac, dit : "Le Qi Originel ne peut être fort que si la Rate et l'Estomac ne sont pas affaiblis et donc capables de le nourrir. Si l'Estomac est faible et la nourriture mal transformée, la Rate et l'Estomac sont affaiblis, ils ne peuvent nourrir le Qi Originel qui, alors, devient insuffisant et la maladie s'ensuit".

## Elle contrôle la "force d'élévation du Qi"

La Rate produit un effet "d'élévation" sur toute la ligne médiane du corps. C'est cette force qui fait que les viscères sont bien à leur place. Si le Qi de la Rate est insuffisant et que cette fonction d'élévation est faible, il peut s'ensuivre des prolapsus divers, par exemple de l'utérus, de l'estomac, des reins, de la vessie ou de l'anus.

Cette action de la Rate sur la force d'élévation du Qi représente un autre aspect de la fonction d'extraction du Qi des Aliments de la nourriture et de son transport au Poumon et au Cœur. Ye Tian Shi (1667-1746), le célèbre spécialiste des pathologies de type Chaleur, disait : "Le Qi de la Rate monte, le Qi de l'Estomac descend".

Li Dong Yuan disait : "La nourriture entre dans l'Estomac et la Rate fait monter la pure essence de la nourriture au Poumon,... afin qu'elle nourrisse le corps entier". Le mouvement de montée du Qi de la Rate est coordonné avec le mouvement de descente de l'Estomac. Tous deux sont absolument essentiels à un mouvement correct du Qi lors de la digestion, afin que la Rate puisse faire monter le Qi pur et que l'Estomac puisse faire descendre le Qi impur. Le Qi est en liaison, vers le haut, avec le Poumon et le Cœur, vers le bas, avec le Foie et le Rein. Ce n'est que si ces mouvements de montée et de descente du Qi sont bien coordonnés que le Yang pur peut monter aux orifices supérieurs (des organes des sens) et que le Yin impur peut descendre aux deux orifices inférieurs. Si ces mouvements de montée et de descente sont perturbés, le Yang pur ne peut pas monter, le Qi pur, extrait des aliments, ne peut pas être stocké, et le Qi impur ne peut pas être excrété.

## Elle s'ouvre à la bouche et se manifeste dans les lèvres

Le fait de mâcher les aliments aide la Rate à transformer et à transporter les essences de la nourriture. C'est pour cette raison que la bouche entretient une relation fonctionnelle avec la Rate. Lorsque le Qi de la Rate est normal, le sens du goût est bon, les lèvres sont humides et roses. Si le Qi de la Rate est anormal, on peut constater une altération du sens du goût ou la présence d'un goût anormal dans la bouche ("fade" ou "collant"), un manque d'appétit et des lèvres pâles et sèches. En particulier, si la Rate est envahie par la Chaleur, les lèvres ont tendance à être sèches et le patient peut signaler un goût sucré, si le Qi de la Rate est vide, les lèvres peuvent être pâles. Au Chapitre 10 des Questions Simples, il est dit que "La Rate contrôle les muscles et se manifeste dans les lèvres". Au Chapitre 17 de L'Axe Spirituel, on lit : "Le Qi de la Rate est en relation avec la bouche ; si la Rate est en bonne santé, la bouche peut sentir le goût des cinq céréales".

## **ELLE ABRITE LA PENSEE (Yi)**

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

Dire que la rate est la résidence de la Pensée, revient à dire que la rate influence notre capacité à penser, à étudier, à nous concentrer, à fixer notre attention et à mémoriser.

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

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

## **LES REVES**

Au Chapitre 80 des Questions Simples, il est dit : "Si la Rate est faible, la personne rêve qu'elle a faim ; si c'est à la fin de l'été, elle rêve qu'elle construit une maison" .

Au Chapitre 43 de L'Axe Spirituel, on lit : "Si la Rate souffre de Plénitude, la personne rêve qu'elle chante et qu'elle est très lourde... Si la Rate souffre de Vide, la personne rêve d'abîmes dans les montagnes et de marécages".

## **LA RATE GOUVERNE LES QUATRE MEMBRES**

La Rate distribue les essences de la nourriture à toutes les parties du corps et, en particulier, aux membres. C'est pourquoi, lorsque la Rate est faible, les essences de la nourriture ne peuvent atteindre les membres qui deviennent froids et faibles.

## **LA RATE TRANSFORME LES LIQUIDES POUR L'ESTOMAC**

L'Estomac est à l'origine des liquides du corps et la Rate les transforme et les transporte. Les liquides de l'Estomac font partie du Yin de l'Estomac, alors que les activités de transformation et de transport sont associées au Yang de la Rate.

## **LA RATE EST LA RACINE DU QI DU CIEL POSTERIEUR**

La Rate est la source du Qi et du Sang du corps. C'est pour cette raison qu'elle est nommée Racine du Qi du Ciel Postérieur, c'est-à-dire du Qi et du Sang qui sont produits après la naissance, par opposition au Qi du Ciel Antérieur qui nourrit le fœtus avant la naissance.

## **LA RATE EST A L'ORIGINE DE LA NAISSANCE ET DU DEVELOPPEMENT**

Ceci renvoie au rôle central que joue la Rate lorsqu'elle nourrit le corps et assure ainsi son développement.

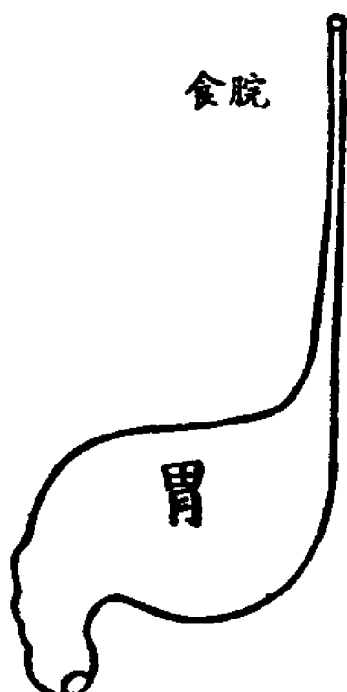
## LA RATE FAIT MONTER LE PUR (YANG)

Le Qi de la Rate s'élève et fait monter les énergies Yang pures vers la tête. Si l'Humidité obstrue la Rate, le Yang pur ne peut pas monter à la tête et il en résulte une sensation de lourdeur et de confusion au niveau de la tête.

## LA RATE DETESTE L'HUMIDITE

L'Humidité obstrue facilement la Rate entraînant un dysfonctionnement de ses activités de transformation et de transport. Il peut alors en résulter une distension abdominale, des problèmes urinaires, ou des pertes vaginales.

## L'Estomac



胃下口小腸上口

胃腑图

L'Estomac est le viscère Yang le plus important. Avec la Rate, il est connu sous le nom de "Racine du Qi du Ciel Postérieur", parce qu'il est la source du Qi et du Sang produits après la naissance (par opposition au Qi du Ciel Antérieur qui est acquis dès la conception). Au Chapitre 18 des Questions Simples, on lit : "La Rate et l'Estomac sont les Ministres chargés de stocker la nourriture et responsables des 5 saveurs".

Au Chapitre 11, il est dit : "L'Estomac est la Mer de l'Eau et des céréales et la principale Source de nourriture pour les 6 viscères Yang. Les 5 saveurs pénètrent dans la bouche pour être conservées dans l'Estomac et nourrir les 5 viscères Yin... Ainsi, les saveurs des 5 viscères Yin et des 6 viscères Yang proviennent toutes de l'Estomac .

Les fonctions de l'Estomac sont les suivantes :

- Il contrôle le "mûrissement et le pourrissement" de la nourriture.
- Il contrôle le transport des Essences de la Nourriture.
- Il contrôle la descente du Qi.
- Il est la source des Liquides.

## Il contrôle le "mûrissement et le pourrissement" de la nourriture

L'Estomac transforme les aliments et les boissons ingérés selon un processus de fermentation connu sous le nom de "mûrissement et pourrissement". Au Chapitre 31 du Classique des Difficultés, il est dit : "Le Réchauffeur Moyen est au niveau de l'Estomac..., et contrôle le mûrissement et le pourrissement des aliments et des boissons". Cette activité de l'Estomac prépare le terrain pour la Rate qui va séparer et extraire les Essences pures de la nourriture. C'est en raison de cette fonction de mûrissement et de pourrissement de l'Estomac que le Réchauffeur

Moyen est souvent comparé à un chaudron bouillonnant. Après avoir été transformée dans l'Estomac, la nourriture passe dans l'intestin Grêle où elle est à nouveau séparée puis absorbée.

Ce rôle de transformation de l'Estomac signifie que l'Estomac, conjointement avec la Rate, est la source du Qi du corps et c'est pour cette raison qu'on l'appelle la "Racine du Qi du Ciel Postérieur".

Au Chapitre 19 des Questions Simples, on lit : "Les 5 viscères Yin doivent tous leur Qi à l'Estomac et c'est pourquoi l'Estomac constitue la Racine des 5 viscères Yin".

Tout au long de l'évolution des théories de la médecine traditionnelle chinoise, l'Estomac a été considéré comme la source du Qi du corps. Aussi grave que puisse être la maladie, si le Qi de l'Estomac est encore fort, le pronostic est bon. D'où l'expression : «Là où est le Qi de l'Estomac, il y a la vie ; là où il n'y a plus le Qi de l'Estomac, il y a la mort». Yu Jia Yan (1585-1664) écrivait : "Si le Qi de l'Estomac est fort, les 5 viscères Yin sont vigoureux, si le Qi de l'Estomac est faible, ils s'affaiblissent aussi". Zhang Jie Bin disait : "Le Qi de l'Estomac est la nourriture de la vie même. Si l'Estomac est fort, l'individu est en bonne santé, si l'Estomac est faible, l'individu n'est pas en bonne santé". Il disait encore : "Le médecin qui veut nourrir la vie doit tonifier l'Estomac et la Rate".

Il s'est ainsi créée une école de pensée qui a particulièrement insisté sur l'importance qu'il y a "à Préserver le Qi de l'Estomac " et qui en a fait l'essentiel de sa méthode thérapeutique. Le principal représentant de cette école est Li Dong Yuan (1180-1251), le célèbre auteur des *Discussions sur l'Estomac et la Rate*.

## **Il contrôle le transport des Essences de la Nourriture**

L'Estomac, conjointement avec la Rate, est responsable du transport des Essences de la nourriture dans le corps entier et, plus particulièrement, dans les membres. Dans ce sens, les rôles de l'Estomac et de la Rate sont indissociables. Si l'Estomac est fort et possède suffisamment de Qi pour extraire et transporter les Essences de la nourriture dans tout le corps, l'individu est fort et rempli d'énergie. Si l'Estomac est faible, les Essences de la nourriture le sont également et l'Estomac n'a plus suffisamment de Qi pour les transporter dans tout le corps, si bien que l'individu est fatigué et souffre de faiblesse musculaire.

La fonction de l'Estomac dans le transport des Essences de la nourriture influence également le pouls. Au Chapitre 19 des Questions Simples, on lit : "C'est le Qi de l'Estomac qui permet au Qi des viscères d'atteindre le méridien des Poumons".

Ceci signifie que, en transportant les Essences de la nourriture à tous les viscères, le Qi de l'Estomac permet au Qi des autres viscères d'atteindre le pouls (qui, bien sûr est situé sur le méridien du Poumon). Un certain nombre de qualités d'un pouls normal sont associées à un Qi de l'Estomac vigoureux. Un pouls qui traduit un bon Qi de l'Estomac n'est ni faible ni fort, le Yin et le Yang sont parfaitement équilibrés, les battements sont réguliers et plutôt lents. On dit aussi qu'un Qi de l'Estomac vigoureux se traduit par un pouls "doux et harmonieux" ; si le pouls est trop fort ou rude, c'est que le Qi de l'Estomac est insuffisant.

Enfin, en liaison avec sa fonction de transport des Essences de la nourriture, l'Estomac est en relation très étroite avec l'enduit lingual. Ce dernier est formé par "l'humidité sale" qui est un produit dérivé de l'activité de mûrissement et de pourrissement de l'Estomac : cette humidité sale, par la suite, monte à la langue et forme l'enduit. Un enduit fin et blanc indique donc que l'Estomac fonctionne correctement. L'absence d'enduit témoigne de la perturbation de la fonction de digestion et d'un Qi de l'Estomac considérablement affaibli. La couleur de l'enduit est un très bon reflet des pathologies de l'Estomac : un enduit épais et blanc traduit la présence de Froid dans l'Estomac, alors qu'un enduit épais et jaune indique la présence de Chaleur.

## **Il contrôle la Descente du Qi**

L'Estomac fait descendre la nourriture transformée vers l'intestin Grêle, ainsi, quand la santé est bonne, le Qi de l'Estomac descend. Si le Qi de l'Estomac descend, la digestion est bonne et sans problème. Si le Qi de l'Estomac n'arrive pas à descendre, la nourriture stagne dans l'Estomac, ce qui produit une sensation de Plénitude et de distension, des régurgitations acides, des éructations, des hoquets, des nausées et des vomissements. Normalement,

le Qi du Foie contribue à la descente du Qi de l'Estomac et aide ainsi à la digestion. Si le Foie stagne dans le Réchauffeur Moyen, il peut empêcher la descente du Qi de l'Estomac et entraîner les symptômes mentionnés ci-dessus.

## Il est la source des Liquides

L'Estomac a besoin d'une abondance de liquides pour mener à bien le mûrissement et le pourrissement de la nourriture, tout comme une quantité suffisante de liquides est indispensable pour extraire les principes actifs d'une décoction de plantes. De plus, les liquides eux-mêmes sont issus des aliments et des boissons ingérés. L'Estomac s'assure que la partie des aliments et des boissons qui ne donne pas les Essences de la nourriture va se condenser et former les Liquides Organiques.

L'Estomac est donc une source importante des liquides du corps, et c'est pour cette raison que l'on dit que l'Estomac "aime l'humidité et déteste la sécheresse".

Si les liquides de l'Estomac sont abondants, la digestion est bonne et le goût est normal. Si les liquides de l'Estomac sont insuffisants, la personne a soif, la langue est sèche et fissurée et la digestion mauvaise. Une des principales causes de l'insuffisance des liquides de l'Estomac est la prise de repas copieux, tard le soir.

La fonction de l'Estomac, en tant que source des liquides, est très étroitement liée au Rein. Le Rein est parfois nommé "la Porte de l'Estomac", parce qu'il transforme les liquides dans le Réchauffeur Inférieur. Si cette fonction du Rein est perturbée, les liquides stagnent dans le Réchauffeur Inférieur et montent envahir l'Estomac, perturbant ainsi la digestion.

De plus, une insuffisance prolongée des liquides de l'Estomac conduit souvent à un Vide de Yin du Rein, de sorte que, dans les cas chroniques, un Vide de Yin de l'Estomac est pratiquement toujours accompagné d'un Vide de Yin du Rein.

Le rôle de l'Estomac en tant que source des liquides, souligne une étrange anomalie de la théorie des viscères. Bien que la Rate soit un viscère Yin et l'Estomac un viscère Yang, ces particularités sont souvent inversées car l'Estomac possède bon nombre de fonctions Yin et la Rate bon nombre de fonctions Yang :

- 1) L'Estomac est la source des liquides, qui sont Yin.
- 2) La Rate a pour fonction de transformer et de transporter, ce qui est une fonction Yang.
- 3) Le Qi de la Rate monte (c'est généralement le Yang qui monte) et le Qi de l'Estomac descend (c'est généralement le Yin qui descend).
- 4) La Rate est Yin mais aime la sécheresse, l'Estomac est Yang mais aime l'humidité.
- 5) Le méridien de l'Estomac est le seul méridien Yang situé sur la face antérieure du corps.
- 6) L'Estomac souffre facilement d'un Vide de Yin, alors que la Rate ne présente jamais de Vide de Yin, mais souffre très souvent d'un Vide de Yang.

## Aspect mental

Il faut mentionner ici l'influence qu'exerce l'Estomac sur l'état mental. L'Estomac est facilement atteint par des pathologies de type Plénitude, comme le Feu ou les Glaires Feu. Le Feu agite facilement l'Esprit et entraîne des symptômes psychiques. Sur le plan mental, une Plénitude de l'Estomac peut se traduire par le fait que l'individu s'isole chez lui en fermant portes et fenêtres, qu'il cherche la solitude, qu'il parle, rit ou chante de façon incontrôlée, qu'il adopte une conduite violente et se déshabille. Ces symptômes, déjà décrits dans les ouvrages classiques de l'ancien temps, correspondent à ce qu'on nommerait aujourd'hui une conduite maniaque.

Dans les cas moins extrêmes, le Feu de l'Estomac et les Glaires Feu de l'Estomac peuvent entraîner de la confusion mentale, des crises d'angoisse, de l'excitation maniaque et de l'hyperactivité.

## Les Rêves

Au Chapitre 43 de L'Axe Spirituel, on lit : "Lorsque l'Estomac souffre de Vide, l'individu rêve qu'il mange des repas copieux".

## Les relations avec la Rate

Selon la théorie des Cinq Eléments, l'Estomac et la Rate correspondent tous deux à l'Elément Terre, l'un étant Yang et l'autre Yin. La relation entre ces deux viscères est très étroite, à tel point que l'on pourrait les considérer comme deux aspects différents d'un seul et même système organique. En fait, la fonction de l'Estomac de mûrir et de faire pourrir la nourriture est intimement liée à celle dévolue à la Rate de séparer et de transporter les Essences de la nourriture. La fonction de la Rate dans le transport du Qi des Aliments à l'ensemble de l'organisme, dépend fortement du Qi de l'Estomac. L'Estomac est la source des liquides et doit compter sur la fonction de transformation et de séparation de la Rate. La coordination entre la Rate et l'Estomac se résume comme suit:

- 1) L'Estomac est Yang, la Rate est Yin.
- 2) Le Qi de l'Estomac descend, le Qi de la Rate monte.
- 3) L'Estomac aime l'humidité et déteste la sécheresse, la Rate aime la sécheresse et déteste l'humidité.
- 4) Si l'Estomac est trop sec, le Qi de l'Estomac ne peut pas descendre et la nourriture ne peut pas être acheminée vers l'intestin Grêle. Si la Rate est trop humide, le Qi de la Rate ne peut pas monter et les liquides et les aliments ne peuvent pas être transformés.
- 5) L'Estomac souffre facilement de Plénitude, la Rate souffre facilement de Vide.
- 6) L'Estomac est sujet à la Chaleur, la Rate est sujette au Froid.
- 7) L'Estomac souffre facilement d'un Vide de Yin, la Rate souffre facilement d'un Vide de Yang.

**Tableau: Comparaison de la Rate et de l'Estomac**

<b>Estomac</b>	<b>Rate</b>
Yang	Yin
Entraille	Organe
Creux	Pleine
Reçoit la nourriture et la boisson	Transforme la nourriture et la boisson
Normalement, le Qi de l'Estomac descend	Normalement, le Qi de la Rate monte
Si le Qi de l'Estomac monte, on a des vomissements	Si le Qi de la Rate descend, on a des diarrhées
L'Estomac aime l'Humidité et déteste la Sécheresse	La Rate aime la Sécheresse et déteste l'Humidité
Il a tendance au Vide de Yin et aux signes de Chaleur	Elle a tendance au Vide de Yang et aux signes de Froid

En pratique, certains aspects de l'Estomac et de la Rate sont tellement proches qu'on ne peut les dissocier. On utilise très souvent des points situés sur le Méridien de la Rate pour traiter des déséquilibres de l'Estomac, ou des points situés sur le Méridien de l'Estomac pour traiter des déséquilibres de la Rate.