

Yin / Yang

Bien que la théorie du Yin / Yang ne soit pas spécifique à la médecine chinoise, elle est un pilier fondamental de cette discipline. Issue de la philosophie et des sciences antiques, elle est à la base du système dialectique médical et de ses applications.

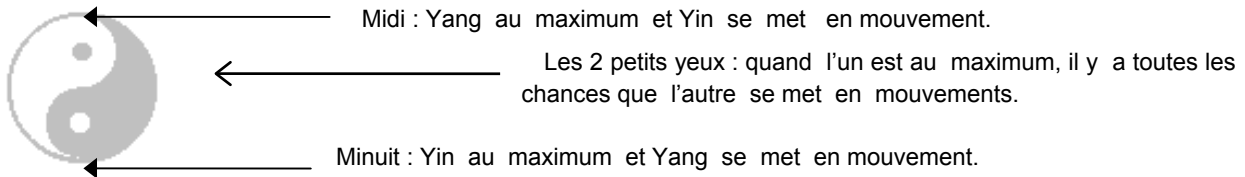
1. Définition

La théorie du Yin /Yang découle de celle du Qi et en est le prolongement direct. Cependant, Yin et Yang ne sont ni des énergies, ni des substances, ni des éléments mythiques ou ésotériques. Il s'agit tout simplement d'un critère de division et de classification des objets et des phénomènes, dont l'intérêt est principalement dialectique. Il marque l'apparition de la notion de dualité issue du caractère unique de l'Energie, c'est le sens de l'expression du *Lei Jing*: "**Yin/Yang, c'est l'unité qui engendre la dualité.**" Cette notion de dualité est universelle dans le monde manifesté. L'éphémère des phénomènes et leur transformation découlent des perpétuels changements d'état du Qi. Celui-ci peut se manifester sous une forme tour à tour substantielle (comme dans la matière de l'organisme) ou énergétique (comme dans l'activité fonctionnelle du corps).

Etymologiquement et par extension, la lumière, la chaleur, l'activité, le jour, la progression sont des exemples de caractères représentatifs du Yang,

L'obscurité, le froid, l'inertie, la nuit, la régression sont de la nature du Yin.

P.S. La Tao



Le Tao (la voie rationnelle) est l'expression la plus courante du Yin et du Yang, à condition que ce Yin - Yang soit considéré d'une façon dynamique et non statique comme ce dessin. Le Yin engendre le Yang et le Yang engendre le Yin comme le jour vient après la nuit, en passant par tous les degrés de variation de l'un dans l'autre. C'est une spirale en perpétuel mouvement où le calcul mathématique découvre d'étonnants parallélismes avec toutes les courbes d'harmonie.

D'après la note de Nei Jing, du matin à midi c'est l'heure où l'énergie de Yang commence à apparaître et atteint l'excès, ce qui est appelé « Yang dans le Yang ». La période de midi au crépuscule, bien qu'il fasse jour, est appelée « Yin dans le Yang » car au crépuscule l'énergie de Yin commence. Du soir à l'aube, il fait nuit, c'est l'heure où l'énergie Yin est à l'excès, on appelle cette période « Yin dans le Yin ». De l'aube au matin, c'est l'heure où la nuit finit et l'aurore apparaît, l'énergie de Yang commence, on l'appelle donc « Yang dans le Yin ».

2. Correspondances

Il est impossible de proposer une liste exhaustive des objets d'application de la théorie du Yin/Yang, cette dialectique étant universelle. Il ne sera fait mention ici que des éléments généraux permettant de mieux comprendre la nature de cette dualité et des attributions particulières du Yin/Yang en médecine.

TABLEAU: Attributions générales du Yin/Yang

	YANG	YIN
Localisation	Haut, extérieur	Bas, intérieur
Cycle circadien	Jour	Nuit
Saisons	Printemps, été	Automne, hiver
Température	Tiède, chaud	Froid, frais
Humidité	Sec, desséché	Humide, humecté
Poids	Léger	Lourd
Luminosité	Lumineux	Sombre, obscur
Etat mouvement	Ascendant, mobile, agité. Hyperfonction liée à l'excitation	Descendant, inerte, calme. Récession liée à l'inhibition
Elément de prédilection	Feu	Eau
Directions	Est, Sud	Ouest, Nord
Saveurs	Doux, piquant	Acide, Amer, Salé

TABLEAU: Yin/Yang en médecine chinoise

Yang	Yin
Partie externe du corps (Biao)	Intérieur du corps (Li)
Haut du corps	Bas du corps
Face postérieure du corps	Face antérieure du corps
Face externe	Face interne
Peau et poils	Tendons et os
Vaisseaux secondaires (Luo Mai)	Méridiens (Jing Mai)
Fu	Zang
Qi, Shen	Xue, Jin Ye (Jin est l'aspect Yang, Ye est Yin)
Energie défensive (Wei Qi)	Energie nourricière (Ying Qi)
Naissance	Croissance
Mort, destruction	Conservation, préservation
Transformation de l'Energie (Qi Hua)	Parachèvement de la Forme corporelle (Cheng Xing)
Hyperactivité fonctionnelle	Hypoactivité fonctionnelle
Hyperesthésie	Hypoesthésie
Hyperthermie	Hypothermie
Maladies aiguës	Maladies chroniques
Douleur	Gonflement
Inflammation	Tumeur
Maladies d'origine externe (Wai Gan)	Maladies d'origine interne (Nei Shang)
Plénitude	Vide
Chaleur	Froid
Catabolisme	Anabolisme
Insomnie	Hypersomnie
Appétit	Inappétence
Constipation	Diarrhée

3. Principes élémentaires de la théorie du Yin/Yang

3-1) Omniprésence de la dualité Yin/Yang

Toutes les choses et tous les phénomènes ont deux aspects : un aspect Yin et un aspect Yang. Cela est directement lié à la temporalité du monde manifesté, à l'alternance des contraires, et représente le fondement même du mouvement perpétuel de l'univers. Aucun phénomène ne persiste éternellement dans sa nature particulière. Les critères de la vie se définissent par comparaison avec la mort. Le soulagement ne

se perçoit que par rapport à la douleur, le bonheur par rapport au malheur, le jour par rapport à la nuit. Le mouvement n'est perceptible qu'avec la référence de l'immobilité. Ainsi, l'espace, le temps, la nature, la condition humaine et tous les phénomènes perceptibles – qu'ils soient abordés par la science, la philosophie, l'art ou selon n'importe quelle dialectique fondée sur la dualité - peuvent s'exprimer en terme de Yin/Yang. Cela explique que la théorie du Yin/Yang soit omniprésente dans la culture traditionnelle chinoise: médecine, astronomie, agriculture, politique, calligraphie, peinture, musique, architecture, cuisine, arts martiaux, jeu d'échec ...

3-2) Divisibilité infinie du Yin / Yang

Non seulement tout peut être divisé en Yin et en Yang, mais dans chaque catégorie une nouvelle division peut être observée, à l'infini. Par exemple, l'hiver est Yin et l'été est Yang. Le jour, en hiver, est Yang dans le Yin; la nuit, en hiver, est Yin dans le Yin. Le jour, en été, est Yang dans le Yang; la nuit, en été, est Yin dans le Yang. Le crépuscule d'un jour d'hiver est Yin de Yang de Yin, et ainsi de suite...

Voici, à titre d'exemple, une application de ce principe aux Viscères :

- Parmi les Viscères, les Organes (Cœur, Poumon, Rate, Foie et Reins) sont Yin et les Entrailles (Vésicule biliaire, Estomac, Intestin grêle, Gros intestin, Vessie et Trois Foyers) sont Yang.
 - Parmi les Organes, Cœur et Poumon sont Yang, alors que Rate, Foie et Reins sont Yin.
 - Parmi les Organes «Yang», Cœur est Yang et Poumon est Yin; parmi les Organes « Yin », Foie est Yang, tandis que Rate et Reins sont Yin.
 - De plus, chaque Organe a individuellement un aspect Yin et un aspect Yang. On parle de Yin du Cœur et de Yang du Cœur, par exemple...

4. Les quatre modes relationnels du Yin/Yang

4-1) Opposition du Yin et du Yang (Yin Yang Dui Li)

Etant donné qu'ils représentent deux aspects totalement complémentaires des choses et des phénomènes, le Yin et le Yang s'opposent point par point. Cependant, du fait de leur antagonisme, Yin et Yang se complètent mutuellement. Leur affrontement produit un phénomène de limitation mutuelle (la présence du Yin s'oppose au développement excessif du Yang et vice versa). Leur unité s'exprime dans un état d'équilibre, chaque aspect croissant au détriment de l'autre. Inversement, le déclin de l'un favorise l'ascension de l'autre.

Bien entendu, cet équilibre est dynamique et évolue sous une forme cyclique. Cela s'observe dans la succession des saisons. En été, le Yang atteint son point culminant; aussitôt après cette apogée, le Yin commence à croître alors que le Yang décline progressivement. En hiver, le Yang est à son minimum et le Yin atteint sa plénitude, qui marque également le début de son déclin. Ainsi, la phase de développement ultime d'un aspect est le point de départ de sa restriction progressive et l'origine de la croissance de l'autre.

Dans l'être humain, la substance est Yin tandis que l'activité fonctionnelle est Yang. Le Yang s'exprime principalement dans le Qi et le Yin se révèle dans la matière. Lorsque l'activité augmente, une partie de la matière se transforme en énergie (catabolisme); ainsi, l'activité physique fait maigrir. A l'inverse, l'énergie non utilisée peut se transformer en matière de réserve. C'est pourquoi une alimentation riche en calories sans dépenses physiques adaptées fait grossir. Lorsque les fonctions vitales sont harmonieuses, l'état d'équilibre dynamique issu de la confrontation du Yin et du Yang conduit à une unité cohérente. On dit alors « le Yin est équanime et le Yang est secret » (Yin Ping, Yang Mi)

L'importance excessive du Yin ou du Yang au sein de leur opposition permet, dans le cadre de la pathologie, de déterminer des tableaux cliniques et d'élaborer une stratégie thérapeutique destinée à rétablir l'équilibre perturbé. Par exemple, un patient souffrant de fièvre élevée avec agitation, soif, langue rouge, enduit jaune, pouls Hong (vaste) et Shuo (rapide) présente des signes de Chaleur, d'excès de Yang qui n'est pas suffisamment contrôlé par le Yin. Il faut alors rafraîchir la Chaleur (Qing Re) et calmer (Zhen Jing). Un patient souffrant de diarrhée, avec crainte du froid, extrémités froides, urines claires et abondantes, langue pâle, enduit blanc humide, pouls Chen (profond) et Chi (lent) présente des signes de Froid, d'excès de Yin qui n'est pas suffisamment contrôlé par le Yang. Il faut alors réchauffer l'interne (Wen Li).

Ces deux exemples illustrent l'expression utilisée en médecine chinoise : « Limiter l'agitation en calmant et contrôler l'excès de Yin par le Yang. »

4-2) Interdépendance du Yin Yang (Yin Yang Hu Gen)

Dire que le Yin et le Yang sont interdépendants, cela signifie que la condition préalable à l'existence de l'un est l'existence de l'autre et qu'ils sont mutuellement utiles l'un à l'autre. Cela est vrai sur le plan philosophique et théorique, puisqu'ils ne peuvent se définir que l'un par rapport à l'autre : pas de nuit sans jour, pas de nord sans sud, pas d'extérieur sans intérieur...

C'est tout aussi évident dans la physiologie humaine : pas d'activité fonctionnelle des Viscères si ceux-ci n'ont pas de forme physique, pas de circulation du Sang sans la matière même du Sang et, d'une façon générale, pas d'énergie sans matière et vice versa. Le Yang contient le Yin, le Yin retient le Yang; le Yin conserve, le Yang émet et fait communiquer. C'est le sens de l'expression :

«Le Yin est à l'intérieur, il ancre le Yang; le Yang est à l'extérieur, il est le messenger du Yin» (Su Wen, 5).

Ainsi, le Yang souffre des blessures du Yin et le Yin des blessures du Yang. Par exemple, une transpiration profuse (les liquides relèvent du Yin) entraînera secondairement un épuisement du Yang. Sans le Yang, le Yin ne peut être transformé; sans le Yin, le Yang ne peut être engendré. Lorsque le Yin existe sans le Yang ou le Yang sans le Yin, on parle de «Yin orphelin» (Gu Yin) ou de «Yang orphelin» (Gu Yang). La dissociation complète du Yin et du Yang marque le tarissement du Jing et du Qi, le terme de la vie.

4-3) Réduction et croissance du Yin/Yang (Yin Yang Xiao Zhang)

L'équilibre dynamique du Yin/Yang découle de l'alternance de phases de croissance et de décroissance pour chacun des deux aspects, sachant que la croissance de l'un se fait simultanément et proportionnellement à la décroissance de l'autre.

Ce mécanisme s'observe dans le déroulement des saisons, par exemple. Sur le plan physiologique, un exemple caractéristique est le métabolisme : l'activité fonctionnelle (Yang) dépend de la consommation de matières nutritives (Yin); il y a donc croissance du Yang et réduction du Yin (Yang Zhang Yin Xiao). A l'inverse, l'assimilation alimentaire nécessite une certaine consommation d'énergie; il y a alors croissance du Yin et réduction du Yang (Yin Zhang Yang Xiao).

Les phénomènes de croissance et de réduction du Yin et du Yang sont indispensables au fonctionnement du corps humain. Cependant, si la limite d'amplitude de ces mouvements de croissance/réduction est dépassée, un des aspects devient exagérément fort par rapport à l'autre qui décline proportionnellement, ce qui induit un déséquilibre pathologique. La pathologie peut naître soit de l'excès d'un aspect qui entraîne l'insuffisance de l'autre, soit de l'insuffisance d'un aspect qui produit, par compensation, l'excès relatif de l'autre.

4-4) Transformation du Yin et du Yang (Yin Yang Zhuan Hua)

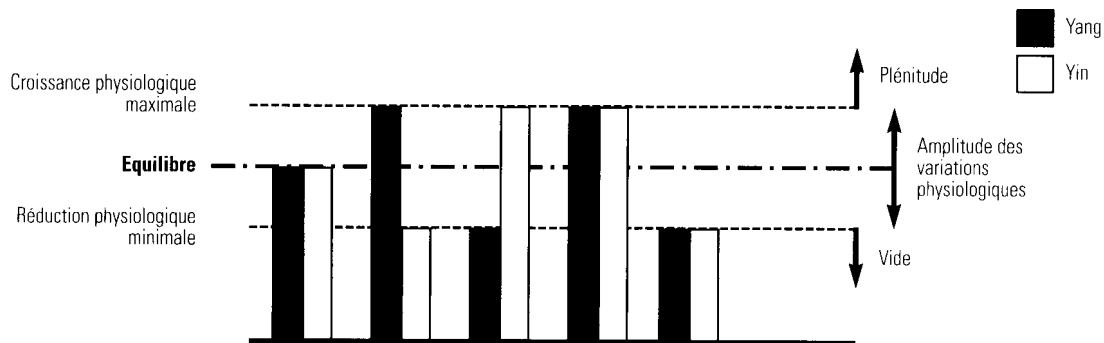
Dans certaines conditions extrêmes, le Yin et le Yang ne se contentent pas de s'opposer et de se compenser. Il peut s'opérer une transformation totale d'un aspect en son contraire. On dit alors : «Le Yin excessif se transforme en Yang, le Yang excessif se transforme en Yin» (Su Wen, 5); ou encore : «Le Froid, à son extrême, produit de la Chaleur, la Chaleur, à son extrême produit du Froid».

Réduction et croissance relèvent de l'aspect quantitatif de chaque aspect. La transformation est essentiellement qualitative. Cependant, ces deux modes relationnels du Yin/Yang sont complémentaires car le phénomène de transformation ne peut s'opérer que dans une situation de paroxysme qui découle de la réduction et de la croissance respective des deux aspects. En pathologie, on rencontre fréquemment ce phénomène de transformation : lorsque la Chaleur ou le Froid sont extrêmes, le Yin ou le Yang ont tendance à basculer dans l'élément opposé.

5. Le Yin/Yang dans la pathologie

Toute pathologie peut se ramener à une rupture de l'équilibre dynamique du Yin/Yang, c'est-à-dire à la perte de l'état de «Yin équanime, Yang secret».

Situation physiologique : Yin équanime Yang secret

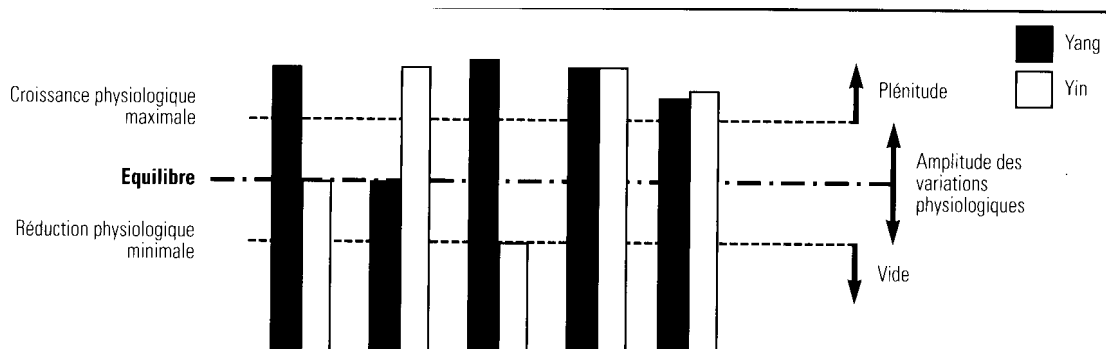


En effet, bien que le Yin et le Yang soient naturellement soumis à des variations d'amplitude complémentaires (quand l'un augmente, l'autre diminue), ces variations ne doivent pas dépasser une certaine mesure. Une augmentation ou une réduction extrême conduit inévitablement à la maladie.

L'apparition des maladies et leur évolution dépend de deux facteurs qui s'opposent :

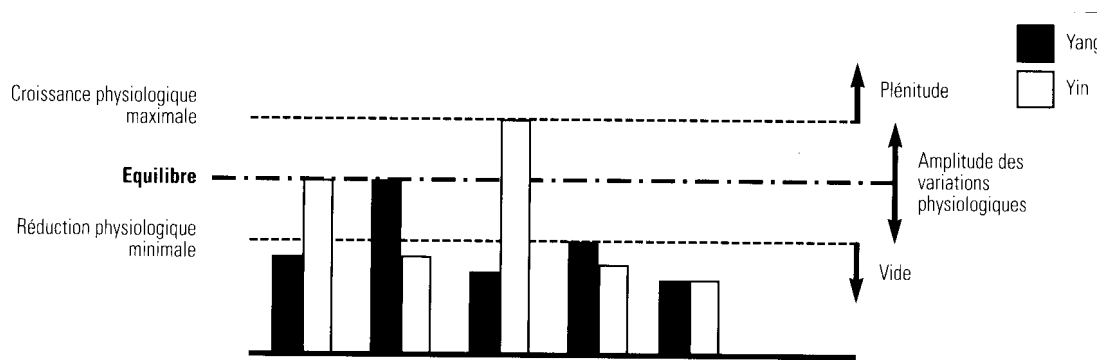
- L'Energie saine du corps, Energie correcte (Zheng Qi), facteur de résistance à la maladie.
 - L'Energie pathogène, Energie perverse (Xie Qi), terme générique qui regroupe toutes les catégories de facteurs pathogènes.
- Zheng Qi comprend des aspects Yin (Jing, Sang, Liquides organiques ...) et des aspects Yang (activité fonctionnelle des Viscères, production de Chaleur ...).
Zheng Qi ne peut induire une pathologie que par sa diminution (il ne peut pas y avoir d'excès de santé). On parle donc de maladies par Vide (Xu). Il peut s'agir d'un Vide de Yin, d'un Vide de Yang ou, dans certains cas, d'un Vide de Yin et de Yang.
 - Xie Qi, selon sa nature précise, peut être de nature Yin (Froid, Humidité ...), de nature Yang (Chaleur, Vent ...) ou, dans les cas complexes, comporter une combinaison des deux aspects. Quoi qu'il en soit, pour une pathologie donnée et à un moment précis, Xie Qi est soit de prédominance Yin, soit de prédominance Yang.
Xie Qi ne peut induire une pathologie que par son excès (il ne peut pas y avoir d'insuffisance de morbidité). On parle donc de maladies par Plénitude (Shi). Il peut s'agir d'une Plénitude de Yin, d'une Plénitude de Yang ou d'un excès combiné de Yin et de Yang.

Différentes situations de Plénitudes



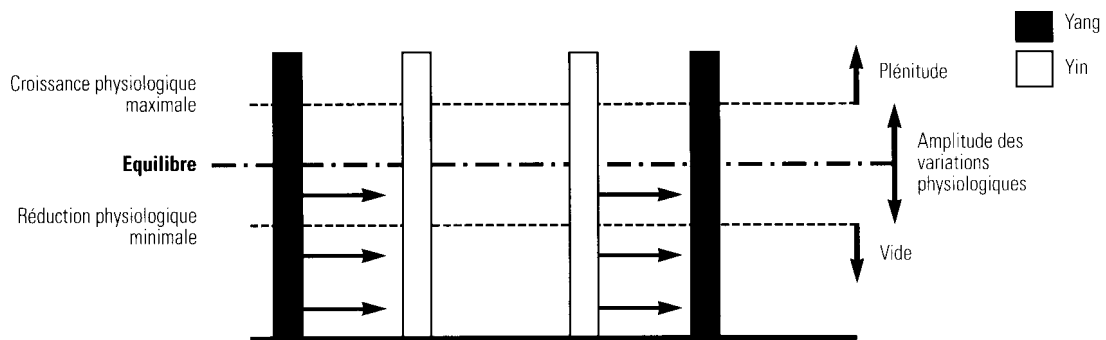
- Le Yin pathogène a tendance à se surajouter au Yin du corps et à affaiblir le Yang du corps. Le Yang pathogène a tendance à se surajouter au Yang du corps et à affaiblir le Yin du corps.

Différentes situations de Vide



- D'autre part, conformément à ce qui a été développé auparavant (Transformation du Yin et du Yang), un aspect, s'il est très excessif, peut se transformer totalement dans l'autre.

Transformation d'un aspect en l'autre



APPLICATIONS DES CONCEPTS DE YIN ET DE YANG A LA MEDECINE

La médecine chinoise, que l'on considère la physiologie, la pathologie, le diagnostic ou le traitement, pourrait se réduire à cette théorie fondamentale et essentielle qu'est la théorie du Yin et du Yang. Chaque processus physiologique, chaque symptôme, peut être analysé à la lumière de la théorie du Yin et du Yang. En définitive, chaque modalité de traitement se résume à l'une de ces quatre stratégies :

- Tonifier le Yang
- Tonifier le Yin
- Disperser le Yang en excès
- Disperser le Yin en excès.

Comprendre les applications des concepts de Yin et de Yang en médecine est donc d'importance primordiale pour la pratique clinique : on peut affirmer ainsi qu'il n'existe pas de médecine chinoise sans le Yin et le Yang.

LE YIN, LE YANG ET LES PARTIES DU CORPS

Chaque partie du corps est plutôt Yin ou plutôt Yang, et ceci a son importance en pratique clinique. On doit souligner, toutefois, que cette caractéristique est toute relative. Par exemple, la région de la poitrine est Yang par rapport à l'abdomen (parce qu'elle est placée au-dessus de lui), mais Yin par rapport à la tête.

En règle générale, les diverses caractéristiques des différentes parties du corps sont les suivantes :

<i>Yang</i>	<i>Yin</i>
Haut	Bas
Extérieur	Intérieur
Face postéro-latérale	Face antéro-médiale
Arrière	Avant
Fonction	Structure

De façon plus précise, les caractéristiques Yin et Yang des parties du corps, des viscères et des énergies sont les suivantes:

<i>Yang</i>	<i>Yin</i>
Partie postérieure	Partie antérieure (poitrine et abdomen)
Tête	Corps
Surface (peau et muscles)	Intérieur (viscères)
Au-dessus de la taille	En-dessous de la taille
Face postéro-latérale des membres	Face antéro-médiale des membres
Viscères Yang	Viscères Yin
Fonction des viscères	Structure des viscères
Qi	Sang et Liquides Organiques
Qi Protecteur	Qi Nourricier

Chacun de ces points donnera lieu à une explication détaillée.

- Partie postérieure - partie antérieure

C'est dans la partie postérieure que l'on trouve tous les méridiens Yang. Ils transportent l'énergie Yang et ont pour fonction de protéger le corps contre les facteurs pathogènes externes. La nature du Yang est d'être à la Surface et de protéger. La nature du Yin est d'être à l'Intérieur et de nourrir. Ainsi les méridiens du dos sont Yang et peuvent être utilisés à la fois pour renforcer le Yang, et donc augmenter la résistance aux facteurs pathogènes externes, et pour éliminer ces facteurs pathogènes externes lorsqu'ils ont réussi à envahir le corps.

C'est dans la partie antérieure (l'abdomen et la poitrine) que l'on trouve tous les méridiens Yin. Ils transportent l'énergie Yin et ont pour fonction de nourrir le corps. On les utilise souvent pour tonifier le Yin.

- La tête et le corps

C'est au niveau de la tête que commencent ou se terminent les méridiens Yang : ils s'y rencontrent et s'y croisent tous. En pratique, la relation qui existe entre la tête et l'énergie Yang se vérifie de plusieurs façons. Tout d'abord, l'énergie Yang a tendance à s'élever et, dans des situations pathologiques, la Chaleur et le Feu ont aussi tendance à s'élever. Comme la tête est la partie la plus haute du corps, l'énergie Yang (qu'elle soit physiologique ou pathologique) aura tendance à monter à la tête. Dans des cas pathologiques, le visage et les yeux seront alors rouges.

La tête est aussi facilement atteinte par les facteurs pathogènes Yang, comme le Vent et la Chaleur de l'Eté. Enfin, comme la tête est le lieu de convergence de tous les méridiens Yang, on peut utiliser des points de la tête pour augmenter l'énergie Yang.

Le reste du corps (la poitrine et l'abdomen) est Yin et se trouve facilement atteint par les facteurs pathogènes Yin, comme le Froid et l'Humidité.

- L'Intérieur et la Surface (l'Extérieur)

La Surface du corps comporte la peau et les muscles ; elle est Yang. Elle a pour fonction de protéger le corps des facteurs pathogènes externes. L'Intérieur du corps comporte les viscères et a pour fonction de nourrir le corps.

- Au-dessus et au-dessous de la taille

La partie du corps qui se situe au-dessus de la taille est Yang et peut être facilement attaquée par des facteurs pathogènes Yang comme le Vent, alors que la partie située en-dessous de la taille est Yin et peut être plus facilement attaquée par des facteurs pathogènes Yin, comme l'Humidité.

- La face postéro-latérale et la face antéro-médiale des membres

Les méridiens Yang se trouvent sur la face postérieure et latérale des membres et les méridiens Yin sur la face antérieure et médiale.

- Les viscères Yang et les viscères Yin

Certains viscères sont Yang, d'autres sont Yin. Les viscères Yang transforment, digèrent et expulsent les produits "impurs" provenant des aliments et des boissons. Les viscères Yin stockent les essences "pures" issues du processus de transformation dont sont responsables les viscères Yang. Au Chapitre 11 *des Questions simples*, on lit : "Les cinq viscères Yin stockent ... mais n'expulsent pas ... les six viscères Yang transforment, digèrent mais ne stockent pas".

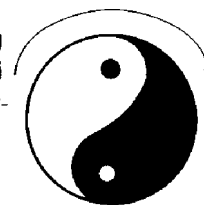
C'est pourquoi les viscères Yang, en conformité avec la correspondance qui existe entre le Yang et l'activité, se remplissent et se vident sans cesse, transforment, séparent et excrètent les produits de la nourriture afin de produire le Qi. Ils sont en contact avec l'extérieur dans la mesure où la plupart des viscères Yang (estomac, intestins, vessie) communiquent avec l'extérieur par l'intermédiaire de la bouche, de l'anus ou de l'urètre.

Les viscères Yin, au contraire, ne transforment pas, ne digèrent pas et n'excrètent pas, mais ils stockent les essences pures extraites de la nourriture par les viscères Yang. En particulier, ils stockent les Substances Vitales, c'est-à-dire le Qi, le Sang, les Liquides Organiques et l'Essence,

- Fonction et structure des viscères

Le Yang correspond à la fonction et le Yin à la structure. Nous venons de dire que certains viscères "sont" Yang et que d'autres "sont" Yin. Toutefois, en accord avec le principe selon lequel rien n'est totalement Yang ou totalement Yin, chaque viscère porte en lui un aspect Yin et un aspect Yang. Par exemple, la structure du viscère même, tout comme le Sang, l'Essence ou les Liquides Organiques qu'il contient, correspond au Yin et constitue donc son aspect Yin.

Fonction Yang de la Rate qui est de transformer et de transporter le Qi dérivé des aliments pour produire...



... le Sang qui est Yin et représente la partie Yin de la Rate

Fig.
Le Yin et le Yang en relation avec la fonction et la structure.

L'activité fonctionnelle du viscère constitue son aspect Yang. Bien entendu, ces deux aspects sont liés et interdépendants. Par exemple, la fonction qu'a la Rate de transformer et de transporter les essences extraites de la nourriture représente son aspect Yang. Le Qi ainsi extrait de la nourriture se transforme alors en Sang qui, étant Yin, contribue à former la structure de la Rate même. Au Chapitre 5 des *Questions simples*, il est écrit : "Le Yang transforme le Qi, le Yin forme la structure". On pourrait représenter ceci par le schéma de la figure.

- Le Qi et le Sang

Le Qi est en relation avec le Sang. Le Sang est également une forme de Qi : c'est une manifestation plus dense et plus matérielle du Qi, et par conséquent plutôt Yin.

Le Qi a pour fonction de réchauffer, de protéger, de transformer et de faire monter, fonctions typiquement Yang. Le Sang a pour fonction de nourrir et d'humidifier, fonctions typiquement Yin.

- Le Qi Protecteur et le Qi Nourricier

Le Qi Protecteur est Yang par rapport au Qi Nourricier. Le Qi Protecteur circule dans la peau et les muscles (zones Yang) et a pour fonction de protéger et de réchauffer le corps (fonction Yang). Le Qi Nourricier circule dans les viscères (zones Yin) et a pour fonction de nourrir le corps (fonction Yin).

Application des quatre principes du Yin et du Yang a la médecine

Voyons maintenant dans le détail l'application, en médecine chinoise, des quatre principes impliqués dans les relations entre le Yin et le Yang.

L'opposition entre le Yin et le Yang

L'opposition entre le Yin et le Yang se retrouve, en médecine, dans l'opposition entre les structures Yin et les structures Yang du corps humain, dans l'opposition entre les caractéristiques Yin et les caractéristiques Yang des viscères, et surtout, dans l'opposition entre la symptomatologie de type Yin et la symptomatologie de type Yang. Qu'elle que soit leur complexité, tous les signes et symptômes de la médecine chinoise peuvent être ramenés à leur caractéristique élémentaire et fondamentale, qui est d'être Yin ou Yang.

Pour interpréter, en termes de Yin ou de Yang, les signes des manifestations pathologiques, nous pourrions, pour faciliter notre pratique clinique, nous reporter aux caractéristiques de base ci-dessous :

Yang	Yin
Feu	Eau
Chaud	Froid
Agitation	Calme
Sec	Humide
Dur	Mou
Excitation	Inhibition
Rapidité	Lenteur
Non substantiel	Substantiel
Transformation, changement	Conservation, stockage, nutrition

- Le Feu et l'Eau

C'est une des dualités les plus fondamentales du Yin et du Yang en médecine chinoise. Bien que ces termes proviennent de la Théorie des Cinq Eléments, il existe une interaction entre ceux-ci et la théorie du Yin et du Yang.

Dans le corps, l'équilibre entre le Feu et l'Eau est crucial. Le Feu est nécessaire à tous les processus physiologiques, il symbolise la flamme qui maintient la vie et alimente tous les processus métaboliques. Le Feu, le Feu physiologique, aide le Cœur à abriter l'Esprit, il fournit à la Rate la chaleur qui lui est indispensable pour transformer et transporter, il stimule la fonction de séparation de l'intestin Grêle, il donne à la vessie et au Réchauffeur Inférieur la chaleur nécessaire à la transformation et à l'excrétion des liquides, et il fournit à l'Utérus la chaleur utile à la circulation du Sang. Si le Feu physiologique décline, l'Esprit souffre de dépression, la Rate ne peut plus transformer et transporter, l'intestin Grêle ne peut plus séparer les liquides, la Vessie et le Réchauffeur Inférieur ne peuvent plus les excréter et des oedèmes apparaissent, l'Utérus devient Froid et peut-être même stérile.

Le Feu physiologique est appelé "Feu de la Porte de la Vie" (*Ming Men*) et provient du Rein.

Dans toutes les fonctions physiologiques du corps, l'Eau a pour rôle d'humidifier et de rafraîchir, de contrebalancer l'action réchauffante du Feu physiologique. L'origine de l'Eau est également le Rein. L'équilibre entre le Feu et l'Eau est donc fondamental dans tous les processus physiologiques du corps. Le Feu et l'Eau s'équilibrent et se contrôlent mutuellement dans le moindre des processus physiologiques. Lorsque le Feu devient incontrôlable et excessif, il a tendance à s'élever, c'est pourquoi il se manifeste surtout au niveau de la tête et de la partie supérieure du corps, sous forme de céphalées, d'yeux rouges, de visage rouge, ou de soif. Lorsque l'Eau est excessive, elle a tendance à descendre et à causer des oedèmes des jambes, des mictions abondantes ou de l'incontinence.

- Le Chaud et le Froid

Un excès de Yang se manifeste par de la Chaleur ; un excès de Yin se manifeste par du Froid. Par exemple, une personne qui présente une Plénitude de Yang a chaud, alors qu'une personne qui présente une Plénitude de Yin a tendance à avoir toujours froid. Certains signes eux-mêmes peuvent également présenter des caractéristiques de Chaleur ou de Froid. Par exemple, un gros furoncle isolé qui est rouge et chaud au toucher indique la présence de Chaleur. Une région lombaire très froide au toucher indique la présence de Froid dans le Rein,

- L'agitation et le calme

L'agitation, l'insomnie, les tremblements, le fait de ne pas pouvoir rester en place, indiquent un excès de Yang. Un comportement calme, le fait de ne pas avoir envie de bouger ou l'envie de dormir, indiquent un excès de Yin.

- Le sec et l'humide

Tout symptôme ou signe de sécheresse, comme les yeux secs, la gorge sèche, la peau sèche ou des selles sèches, indiquent un excès de Yang (ou une déficience du Yin). Tout symptôme ou signe d'humidité excessive, comme les yeux ou le nez qui coulent, des vésicules sur la peau ou des selles molles, indiquent un excès de Yin (ou une insuffisance de Yang).

- Le dur et le mou

Tout nodule, toute enflure ou tout amas dur sont généralement dus à un excès de Yang, alors que le caractère mou est lié à un excès de Yin.

- L'excitation et l'inhibition

Chaque fois qu'une fonction est hyperactive, cela indique un excès de Yang ; si elle est hypoactive, cela indique un excès de Yin. Par exemple, un rythme cardiaque rapide peut indiquer un excès de Yang du Cœur, alors qu'un rythme cardiaque lent peut indiquer un excès de Yin du Cœur.

- La rapidité et la lenteur

Elles sont perceptibles à deux niveaux : dans les mouvements de la personne et dans la façon avec laquelle les symptômes apparaissent.

Si une personne a des mouvements rapides, si elle marche vite, si elle parle vite, cela peut indiquer un excès de Yang. Si ses mouvements sont lents, si elle marche lentement, si elle parle lentement, cela peut indiquer un excès de Yin.

Si les symptômes et les signes apparaissent brusquement et évoluent rapidement, ils indiquent une pathologie de type Yang. Si ils apparaissent progressivement et évoluent lentement, ils indiquent une pathologie de type Yin.

- Le substantiel et le non-substantiel

Comme nous l'avons expliqué plus haut, le Yang correspond à un état subtil d'agrégation, alors que le Yin correspond à une forme d'agrégation plus grossière. Si le Yang est normal, toutes les fonctions sont bien assurées, le Qi circule normalement, les fluides sont transformés et excrétés. Si le Yang est insuffisant, le Qi stagne, les fluides ne sont plus transformés et excrétés et le Yin domine. C'est donc le Yang qui assure une libre circulation et un état de fluidité ou de "non-substantialité" correct. Lorsque le Yin domine, la faculté de mouvement et de transformation du Yang baisse, l'énergie se condense, prend forme et devient "substantielle". Par exemple, si le Qi circule normalement dans l'abdomen, les fonctions de séparation et d'excrétion des intestins sont normales. Si le Yang est insuffisant et que le Qi diminue, la faculté Yang de mouvement et de transformation est altérée, les fluides ne sont plus transformés, le Sang n'est plus mobilisé et, à long terme, la stagnation de Qi va entraîner des stases de Sang, puis des amas et des tumeurs physiques et réelles.

- La transformation ou le changement, et la conservation ou le stockage

Le Yin correspond à la conservation et au stockage, représentatifs des fonctions des viscères Yin qui stockent le Sang, les Liquides Organiques et l'Essence et les conservent en tant que substances précieuses. Le Yang correspond à la transformation et au changement, propriété qui apparaît dans les fonctions des viscères Yang qui, constamment, se remplissent et se vident et, constamment, transforment, transportent et excrètent.

Ces remarques générales constituent les lignes directrices qui vont nous permettre, dans le cadre de la théorie du Yin et du Yang, d'interpréter des manifestations cliniques. Tous les signes et symptômes peuvent être interprétés à la lumière de ces lignes directrices car toute manifestation clinique est le résultat d'une séparation du Yin et du Yang. Lorsque l'individu est en bonne santé, le Yin et le Yang sont harmonieusement intégrés dans un équilibre dynamique. Lorsque le Yin et le Yang sont ainsi équilibrés, on ne peut les identifier comme entités distinctes, et par conséquent aucun signe, aucun symptôme n'est perceptible. Par exemple, si le Yin et le Yang, le Qi et le Sang sont équilibrés, le visage est d'aspect normal, rose, resplendissant de santé et non pas trop pâle, trop rouge ou trop sombre. Autrement dit, aucun signe particulier n'est visible. Si le Yin et le Yang sont en déséquilibre, ils se séparent, l'un ou l'autre est en excès, le visage est soit trop pâle (excès de Yin), soit trop rouge (excès de Yang). Le Yin et le Yang se manifestent alors parce qu'ils sont en déséquilibre.

On peut imaginer que le graphisme "les confins du suprême", symbole du Yin et du Yang, se met à tourner très vite sur lui-même : le blanc et le noir ne sont alors plus visibles car l'œil n'est plus capable de les percevoir séparément. De la même façon, lorsque le Yin et le Yang sont équilibrés et circulent de façon harmonieuse, on ne peut pas les percevoir séparément, ils ne sont pas visibles, et aucun signe, aucun symptôme n'est perceptible.

Tous les symptômes peuvent être interprétés de cette façon, comme manifestation d'un déséquilibre entre le Yin et le Yang. Prenons un autre exemple : si le Yin et le Yang sont équilibrés, les urines sont d'une couleur jaune pâle

normale et leur quantité est normale également. Si le Yin est en excès, elles sont extrêmement pâles, semblables à l'eau et extrêmement abondantes. Si le Yang est en excès, elles sont alors foncées et peu abondantes.

En gardant bien à l'esprit les principes généraux qui régissent les caractéristiques Yin ou Yang des signes et symptômes, on peut ainsi dresser la liste des principales manifestations cliniques :

Yang	Yin
Maladie aiguë	Maladie chronique
Apparition brusque	Evolution pathologique rapide
Apparition progressive	Evolution pathologique lente
Chaleur	Froid
Agitation, insomnie	Apathie, hypersomnie
Repousse les couvertures	Aime à être bien couvert
Aime s'étendre	Aime se coucher en chien de fusil
Membres et corps chauds	Membres et corps froids
Visage rouge	Visage pâle
Préfère les boissons froides	Préfère les boissons chaudes
Parle beaucoup et d'une voix forte	N'a pas envie de parler et la voix est sans force
Respiration forte	Respiration faible et peu profonde
Soif	Absence de soif
Urines foncées et peu abondantes	Urines pâles et abondantes
Constipation	Selles molles
Langue rouge, enduit jaune	Langue pâle
Pouls plein	Pouls vide

Enfin, après avoir présenté les caractéristiques Yin et Yang des signes et symptômes, il faut bien insister sur le fait que, bien que l'identification du caractère Yin ou Yang soit fondamental, ces caractéristiques ne sont pas suffisamment précises pour être performantes en pratique clinique. Par exemple, si le visage du malade est trop rouge, cela indique un excès de Yang. Toutefois, cette conclusion est trop générale pour nous fournir des indications utiles à l'élaboration d'un traitement correct. En fait, la rougeur du visage peut provenir d'une Plénitude Chaleur ou d'un Vide Chaleur (tous deux pouvant être classés dans les pathologies de type "excès de Yang"). Si la rougeur est due à une Plénitude Chaleur, il faut alors trouver quel est le viscère impliqué dans la pathologie : la rougeur peut provenir d'un Feu du Foie, d'un Feu du Cœur, d'une Chaleur du Poumon, ou d'une Chaleur de l'Estomac. Le traitement sera alors différent dans chaque cas. La théorie du Yin et du Yang, bien que fondamentale, est donc trop générale pour nous fournir des indications concrètes quant au traitement nécessaire. Comme nous le verrons plus loin, il est nécessaire de l'intégrer à la théorie des Huit Règles et à la théorie des Viscères pour pouvoir l'utiliser effectivement dans des situations cliniques réelles. La théorie du Yin et du Yang est néanmoins indispensable et fondamentale pour la compréhension des signes et symptômes.

L'interdépendance du Yin et du Yang

Le Yin et le Yang s'opposent mais ils dépendent également l'un de l'autre. Le Yin et le Yang ne peuvent exister isolément, et ceci se comprend parfaitement quand on considère la physiologie du corps. Tous les processus physiologiques sont le résultat de l'opposition et de l'interdépendance du Yin et du Yang. Les fonctions même des viscères en médecine chinoise témoignent très clairement de l'interdépendance du Yin et du Yang.

- Les viscères Yin et les viscères Yang

Les viscères Yin et les viscères Yang sont fort différents de par leurs fonctions mais, en même temps, ils dépendent les uns des autres pour assumer ces fonctions. Les viscères Yin dépendent des viscères Yang pour produire le Qi et le Sang à partir de la transformation des aliments. Les viscères Yang dépendent des Viscères Yin pour leur subsistance, qu'ils puisent dans le Sang et l'Essence stockés par les viscères Yin.

- La structure et la fonction des viscères

Chaque viscère a une structure représentée par le viscère lui-même, plus le Sang et les Liquides Organiques qu'il contient. Parallèlement, chaque viscère possède des fonctions spécifiques qui, à la fois, affectent sa structure et sont affectées par celle-ci. Par exemple, la structure du Foie comprend le viscère même et le Sang qu'il stocke. Une des fonctions spécifiques du Foie est de stocker le Sang. Une autre de ses fonctions est d'assurer la libre circulation du Qi dans tout le corps. En assurant la libre circulation du Qi, le Foie assure aussi la libre circulation du Sang, et donc fournit les conditions nécessaires à un stockage correct du Sang dans le Foie lui-même. Ceci illustre comment la fonction du Foie aide la structure du Foie. D'autre part, pour pouvoir assurer ses fonctions, le Foie a besoin d'être nourri par le Sang. Ceci illustre comment la structure du Foie aide les fonctions du Foie.

Sans la structure (Yin), la fonction (Yang) ne pourrait être assumée, sans la fonction, la structure serait fixe et statique.

Au Chapitre 5 des *Questions simples*, il est dit : "Le Yin est à l'intérieur et constitue le fondement matériel du Yang ; le Yang est à la Surface et est la manifestation du Yin".

Le Yin et le Yang s'équilibrent mutuellement

Le Yin et le Yang se modifient constamment, de sorte que si l'un augmente, l'autre diminue afin de rétablir l'équilibre. On peut facilement constater ce phénomène dans le flux et le reflux du jour et de la nuit : alors que le jour s'achève, le Yang décroît et le Yin s'accroît. On peut faire les mêmes constatations pour ce qui est du cycle des saisons : lorsque le printemps arrive, le Yin commence à décroître et le Yang à croître. Au-delà de la pure préservation de leur équilibre, le Yin et le Yang "s'épuisent" mutuellement. Lorsque l'un croît, l'autre doit décroître. Par exemple, si le temps devient exagérément chaud (Yang), l'eau du sol (Yin) se raréfie.

Par conséquent

- Si le Yin diminue, le Yang augmente
- Si le Yang diminue, le Yin augmente
- Si le Yin augmente, le Yang diminue
- Si le Yang augmente, le Yin diminue.

Dans le corps humain, on peut constater ce rééquilibrage mutuel à la fois au niveau physiologique et au niveau pathologique.

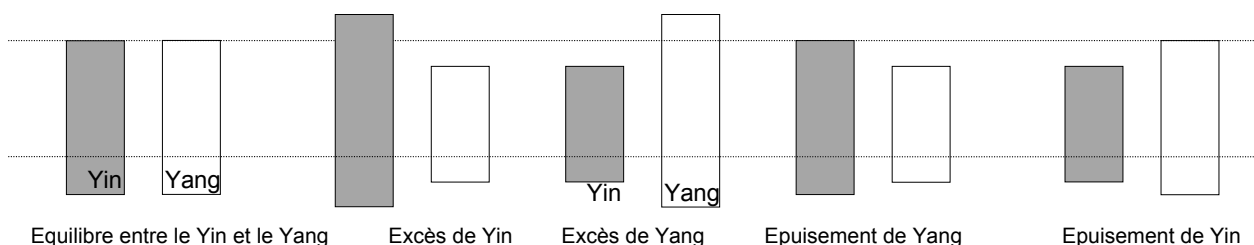
Au niveau physiologique, le rééquilibrage mutuel du Yin et du Yang est un processus normal destiné à préserver l'équilibre des fonctions physiologiques. Ce phénomène peut s'observer dans tous les processus physiologiques, comme par exemple la régulation de la transpiration, des mictions, de la température du corps, de la respiration, etc... Par exemple, en été, lorsqu'il fait chaud (Yang), nous transpirons plus (Yin). Lorsque la température extérieure est très basse (Yin), le corps commence à grelotter (Yang) pour produire de la chaleur.

Au niveau pathologique, le Yin et le Yang peuvent augmenter dans des proportions anormales et aboutir à l'épuisement de leur opposé. Par exemple, la température peut augmenter (excès de Yang) à l'occasion d'une maladie infectieuse et entraîner de la sécheresse et une diminution des liquides organiques (épuisement du Yin). Bien que certains puissent encore y voir une tentative du corps pour maintenir l'équilibre entre le Yin et le Yang (la température du corps et les liquides organiques), cet équilibre n'est pas normal mais pathologique et provoqué par un excès de Yang. Le raisonnement peut être poussé en affirmant que la fièvre elle-même constitue une tentative du corps pour combattre le facteur pathogène, mais cela ne change rien au fait que la poussée de température signe la présence d'un excès de Yang qui a conduit à l'épuisement du Yin.

Du point de vue pathologique, il existe quatre situations différentes dans lesquelles un excès de Yin ou un excès de Yang conduisent réciproquement à un épuisement de Yang ou de Yin. De même un épuisement de Yang ou de Yin entraînent par réciprocity un excès apparent de Yin ou de Yang.

Il est important de noter qu'un excès de Yang et un épuisement du Yin ne sont pas de même valeur. Dans l'excès de Yang, le facteur principal est une augmentation anormale de Yang qui a conduit à un épuisement du Yin. Dans l'épuisement du Yin, le facteur principal est une insuffisance spontanée de Yin qui a conduit à un excès apparent de Yang.

Les cinq schémas suivants vont permettre de clarifier cette notion:



- Excès de Yin

Par exemple, lorsqu'un excès de Froid (interne ou externe) dans le corps épuise le Yang, et plus particulièrement le Yang de la Rate, cela conduit à une Plénitude Froid.

- Excès de Yang

Par exemple, quand un excès de Chaleur (interne ou externe) brûle les liquides organiques (qui sont Yin) et provoque de la sécheresse, on a une Plénitude Chaleur.

- Epuisement du Yang

Il correspond à une diminution spontanée de l'énergie Yang. La baisse de l'énergie Yang entraîne l'apparition de froid, de frilosité et d'autres symptômes qui, dans une certaine mesure, sont semblables à ceux que provoque un excès de Yin. La situation est toutefois totalement différente car dans un excès de Yin, c'est l'excès de Yin qui constitue l'aspect primordial et qui provoque un épuisement du Yang. Dans le cas d'un épuisement du Yang, la diminution du Yang est l'aspect primordial et l'excès de Yin n'est qu'apparent. Dans ce cas là, on a un Vide Froid.

- Epuisement du Yin

Il est lié à un épuisement des énergies Yin du corps. La baisse du Yin peut entraîner des symptômes d'apparence semblable à ceux d'un excès de Yang tels que des sensations de chaleur. Là encore, cette situation est fort différente de celle que nous avons vue pour l'excès de Yang. Dans l'excès de Yang, c'est le Yang excessif qui est primordial. Dans le cas d'une diminution du Yin, celle-ci est essentielle, et l'excès de Yang n'est qu'apparent. Dans ce cas, on a un Vide Chaleur.

La distinction entre Vide Froid et Plénitude Froid, de même qu'entre Vide Chaleur et Plénitude Chaleur est extrêmement importante en pratique clinique car dans les cas de Vide, il faut tonifier, alors que dans les cas de Plénitude, il faudra disperser.

La transmutation du Yin et du Yang

Bien que de nature opposée, le Yin et le Yang peuvent se transformer l'un en l'autre. Cette transformation ne s'opère pas au hasard ; elle est conditionnée par les stades d'évolution et les conditions internes.

Tout d'abord, la transformation n'intervient que le moment venu, lorsque les conditions favorables sont réunies. Le jour ne se change pas en nuit à n'importe quel moment, mais seulement lorsqu'il a atteint son point limite.

La seconde condition nécessaire au changement est déterminée par les caractéristiques internes de toute chose et de tout phénomène. Le bois peut se transformer en charbon, une pierre ne le pourra jamais.

Le processus de transformation du Yin en Yang et du Yang en Yin s'observe dans de nombreux phénomènes naturels, comme par exemple l'alternance du jour et de la nuit, les saisons, le climat.

Le principe de transmutation du Yin et du Yang a de nombreuses applications en pratique clinique. Comprendre cette transmutation est essentiel pour la prévention des maladies. Si nous sommes conscients que toute chose peut se transformer en son opposé, nous pouvons agir préventivement et retrouver l'équilibre qui est l'essence même de la médecine chinoise.

Par exemple, une somme de travail excessive (Yang), sans période de repos, entraîne une insuffisance extrême (Yin) des énergies du corps. Un jogging excessif (Yang) donne un pouls très lent (Yin). Une consommation exagérée d'alcool crée un état d'euphorie (Yang) qui est très vite suivi par une "gueule de bois" (Yin). Des soucis excessifs (Yang) épuisent (Yin) l'énergie du corps. C'est pourquoi réaliser un équilibre dans notre vie, notre alimentation, notre dépense physique, notre travail, notre vie affective et sexuelle, constitue l'essence de la prévention en médecine chinoise. De même, une bonne compréhension de la façon dont le Yang peut se transformer en Yin et inversement, peut nous aider à éviter des passages trop rapides de l'un à l'autre, passages qui seraient néfastes à notre vie physique et émotionnelle. Bien entendu, rien n'est plus difficile à réaliser que cet équilibre dans nos sociétés occidentales modernes qui semblent être prédisposées à nous assurer le maximum de passages d'un extrême à l'autre.

La transmutation du Yin et du Yang peut aussi s'observer dans les modifications pathologiques que l'on rencontre en pratique clinique. Ainsi, le Froid externe peut envahir le corps et, au bout d'un certain temps, facilement se changer en Chaleur. Un état de Plénitude peut également facilement se transformer en état de Vide. Par exemple, une Chaleur excessive peut endommager les liquides organiques et entraîner une insuffisance de ces mêmes liquides. Un état de Vide peut se transformer en état de Plénitude. Ainsi, un Vide de Yang de Rate peut entraîner une Plénitude Humidité. C'est pourquoi il est extrêmement important de savoir discerner les transmutations possibles du Yin et du Yang en pratique clinique, afin de traiter correctement le malade.