

L'Eau : Rein et Vessie

C'est le plus contradictoire des Eléments. Il est chaque adjectif et son contraire (profonde, peu profonde, calme, agitée etc...). L'Eau contient en elle-même ces opposés, sans contradiction.

C'est peut-être pourquoi cet élément est la base du Yin et du Yang dans le corps et dans l'esprit.

La conception est un moment de rencontre entre le Yin et le Yang, l'Eau et le Feu, quand l'Essence (manifestation de l'Eau) rencontre le Shen (manifestation du Feu). On considère que les Reins contiennent notre potentiel reproducteur, donc sont notre réservoir du Yin et du Yang, d'Eau et de Feu.



1. Le mouvement de l'Eau : vers le bas

L'Eau s'écoule vers le bas, donc va en profondeur. Dans le corps humain ce qui est le plus profond, ce sont les os et leur moelle (moelle épinière) . L'eau va des montagnes jusqu'aux nappes phréatiques (descente) et dans notre corps, l'eau va vers le bas (la vessie)

Ce mouvement vers le bas est aussi lié à la fonction de stockage (pour se reposer on va en profondeur dans la Terre : hibernation, les plantes s'affaissent. chez les humains cette fonction de stockage est située dans le Hara et précisément dans les Reins qui contiennent notre Ki Source et notre Essence. C'est aussi là que nous retenons le Ki des Cieux (Ki de l'air) capté par les Poumons et enracinés par les Reins.

Enfin, cette attraction vers le bas nous enrachine et nous stabilise, nous permet de respirer profondément et de prendre des forces.

2. La saison : l'hiver

Les trois mois de l'hiver sont appelés la période de fermeture et de stockage...Les personnes devraient se coucher tôt le soir et se réveiller tard le matin. Elles devraient supprimer et dissimuler leurs souhaits, comme s'ils n'avaient pas de but interne, comme s'ils avaient été exaucés.



3. Le climat : le froid

Quand on transpire moins, on urine davantage, d'où le rôle primordial de la Vessie en hiver.

Le Feu vital au sein des Reins est mis à mal en hiver aussi il doit être stimulé c'est pourquoi il est primordial de se couvrir le bas du dos.

Et comme notre Ki Source s'amenuise au fil du temps, plus on vieillit, plus on devient frileux. Les enfants qui rentrent dans l'océan en courant ont un Ki Source en abondance !

4. L'émotion : La peur

La peur est liée à notre instinct de survie (c'est la peur qui fait stocker pendant le confinement !).

En cas de peur intense on libère le Ki Source par les Reins (c'est l'adrénaline), les déchets corporels sont éliminés, la digestion est interrompue et on est prêt à l'action. C'est important quand on est en danger. Si c'est le cas quand on voit un escargot (dans le cadre d'une phobie par exemple) ou à la vue d'un SMS, il y a une exagération du signal de la peur caractéristique d'un déséquilibre de l'élément l'Eau.

D'autres Eléments peuvent engendrer la peur. La Terre avec la peur de l'insécurité (nourriture), le Feu (peur de la perte de contrôle), le Bois (timidité ou indécision). Ces peurs se manifestent plus fréquemment que la

peur qui vient de l'Elément Eau. Cette dernière est profonde, elle vient des racines de notre personnalité et elle est capable de nous porter de façon puissante: la volonté de survivre, la tenacité, le refus d'abandonner.

5. La couleur de L'Eau : bleu noir

Les cernes noirs sont un déséquilibre de l'Eau, car l'épuisement nous fait puiser dans le Ki source.

6. Le son de l'Eau : le grognement

Une voix grognante, grinçante ou monotone comme la mer qui peut gronder ou être calme. C'est aussi la voix rauque qui disparaît quand on se repose.

7. L'odeur : putride

Légère odeur d'ammoniac d'urine stagnante, on la sent surtout autour dans le bas du corps.

8. L'organe des sens : l'ouïe

La peur est reliée au sens de l'audition (les bruits qui font sursauter la nuit !)

L'ouïe diminue avec l'âge comme notre KI Source qui est stocké dans les Reins.

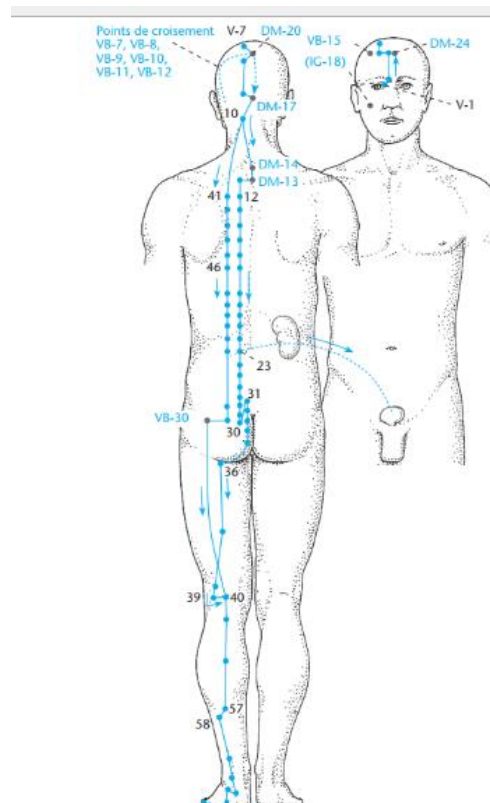
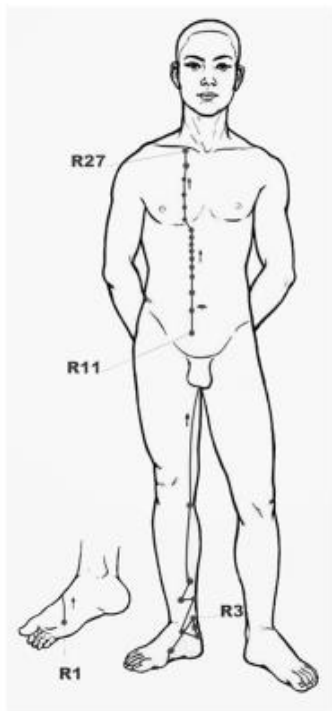
Les troubles liés à une inflammation des oreilles sont liés aux méridiens qui passent à proximité (Triple Réchauffeur, Vésicule Biliaire, Intestin Grêle) alors que la surdité, qui n'est pas attribuable à des causes extérieures, est traitée comme un dysfonctionnement des Reins.

Enfin les reins ont la forme d'une oreille.

9. La saveur : Le salé

En Médecine Occidentale on considère il donne plus de travail aux reins (car le sel favorise la rétention d'eau) dans l'organisme. En Médecine Chinoise on considère qu'il a un effet de descente vers le bas, qui vient pallier à une Eau trop faible pour ancrer. C'est pourquoi en cas de déséquilibre on a envie de manger salé.

Bien évidemment il ne s'agit pas de manger des chips et du saucisson, mais de privilégier les aliments naturellement salés comme les germes de luzerne, artichauts, orge, millet, miso, moules, persil...



Reins		Vessie	
Rein 1	tonifie le Yin, calme le Shen, évacue la Chaleur	Vessie 1	Effet bénéfique sur les yeux
Rein 3	tonifie le Ki Source et l'Essence, tonifie à la fois le Yin et le Yang, régule l'Utérus, renforce la région lombaire et les genoux	Vessie 2:	dégage la tête, hémorroïdes, effet bénéfique sur les yeux
Rein 27	Régule le Qi des Poumons et transforme les Glaires, dégage la poitrine	Points Shu	De T3 à S4, effets sur les méridiens
		Vessie 47	(sous T9 à 3 cun) porte le l'Ame Ethérée « Hunmen » (cauchemars, foie, rate et estomac, tendon)
		Vessie 67	action sur le déplacement du bébé (accouchements, pb position)

Les Fonctions du Rein en MTC :

1. Fonction de stockage du Jing : les fondations de la santé

1. En culture asiatique, nous héritons d'un « kit de survie » qui est stocké entre nos Reins et qui nous fournit le Jing et le Ki Source qui doit durer toute notre vie.
2. Le maintien de notre bonne santé dépend de la qualité de ce kit de survie et de la façon dont on le conserve.
3. La première variable correspond à des facteurs génétiques, ce que les Chinois appellent « ancestral ». En fonction de l'âge de nos parents, de leur santé au moment de la conception, de la santé de notre mère, des circonstances de l'accouchement et des 6 mois qui suivent (fusion avec le Ki de notre mère), nous avons une qualité de Jing et de Ki Source plus au moins bonne.
4. La seconde variable dépend entièrement de nous. Le Jing et le Ki Source ne peuvent pas être réapprovisionnés mais seulement conservés. D'où l'importance d'avoir une bonne hygiène de vie (sport régulier sans excès, respiration, nourriture équilibrée...)

2. Fonction de stockage du Jing : la croissance

1. Si le Jing et le Ki Source sont de bonne qualité, l'enfant atteint l'âge adulte sans difficulté particulière. Sinon il peut y avoir un retard de croissance ou de développement du psychisme, des maladies génétiques...
2. Une utilisation abusive du Jing peut causer un vieillissement précoce

3. Fonction de stockage du Jing : la reproduction

1. L'héritage du Jing de nos parents détermine nos facultés de reproduction puisque c'est le Jing qui passe de génération en génération. Donc des problèmes de développement du système reproducteur, un déséquilibre hormonal, peut provenir du Rein.
2. Un dysfonctionnement sexuel (impuissance, faible libido) peut également être un signe de faiblesse du Rein. D'autres éléments peuvent intervenir mais le Rein reste le premier élément à vérifier
3. Une activité sexuelle excessive, des grossesses répétées contribuent à diminuer le Jing.

4. Les os

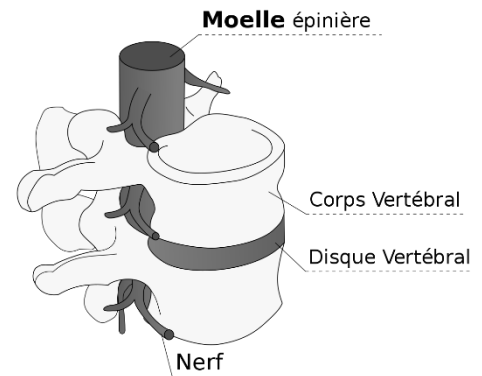
1. Il s'agit de l'aspect le plus profond en nous : les os, donc les faiblesses osseuses peuvent venir des Reins (ostéoporose, fractures multiples...)
2. En MTC, les os incluent les dents.

5. La moëlle

Il s'agit de la moëlle des os mais aussi de la moëlle osseuse de la colonne vertébrale et du cerveau (la mer de la moëlle). Puisque les Reins gouvernent l'aspect le plus profond, le plus Yin du corps, ils gouvernent le plus profond des os.

Les Reins gouvernent donc le cerveau et le système nerveux, nos schémas mentaux, notre vivacité. Des réactions lentes, des problèmes de coordination, la procrastination peuvent résulter d'une moëlle déficiente.

L'intellect lui, est du domaine de la Rate, mais les Reins l'assistent pour ce qui concerne la mémoire et la clarté de l'esprit.

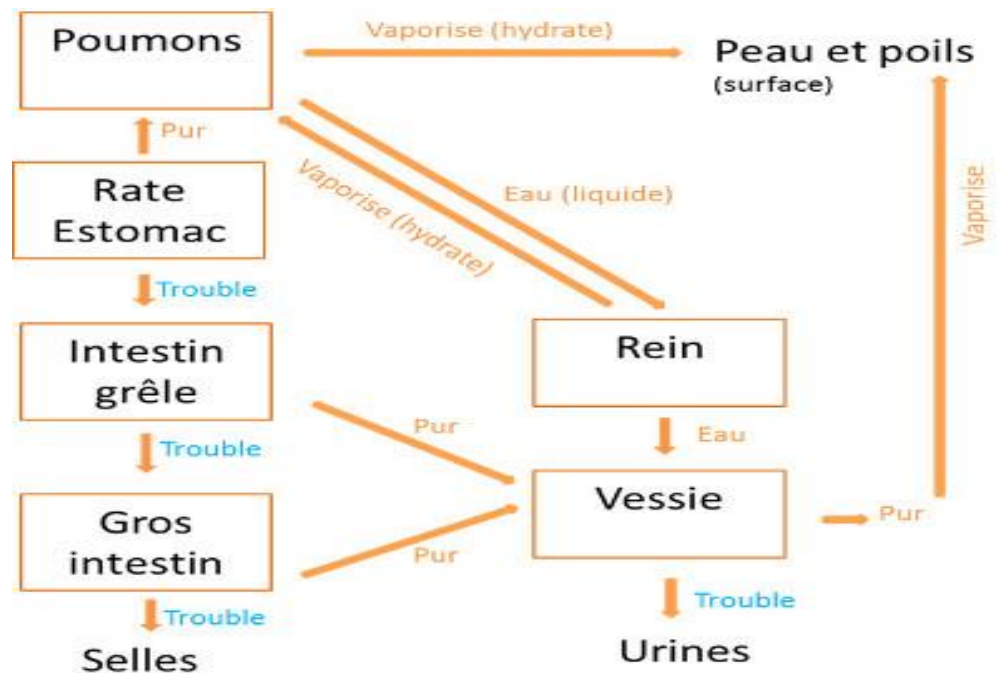


6. L'eau

Les Reins et la Vessie, contrôlent l'Eau avec l'aide de la Rate (qui extrait l'Eau des aliments), des Poumons (qui la disperse à la peau et de l'intestin grêle qui la purifie).

Le Yang des Reins vérifie qu'aucun organe n'est noyé (sinon : urines claires et œdèmes).

Le Yin des Rein permet aux organes et aux tissus de retenir l'eau et de rester lubrifiés (sinon urines foncées.)



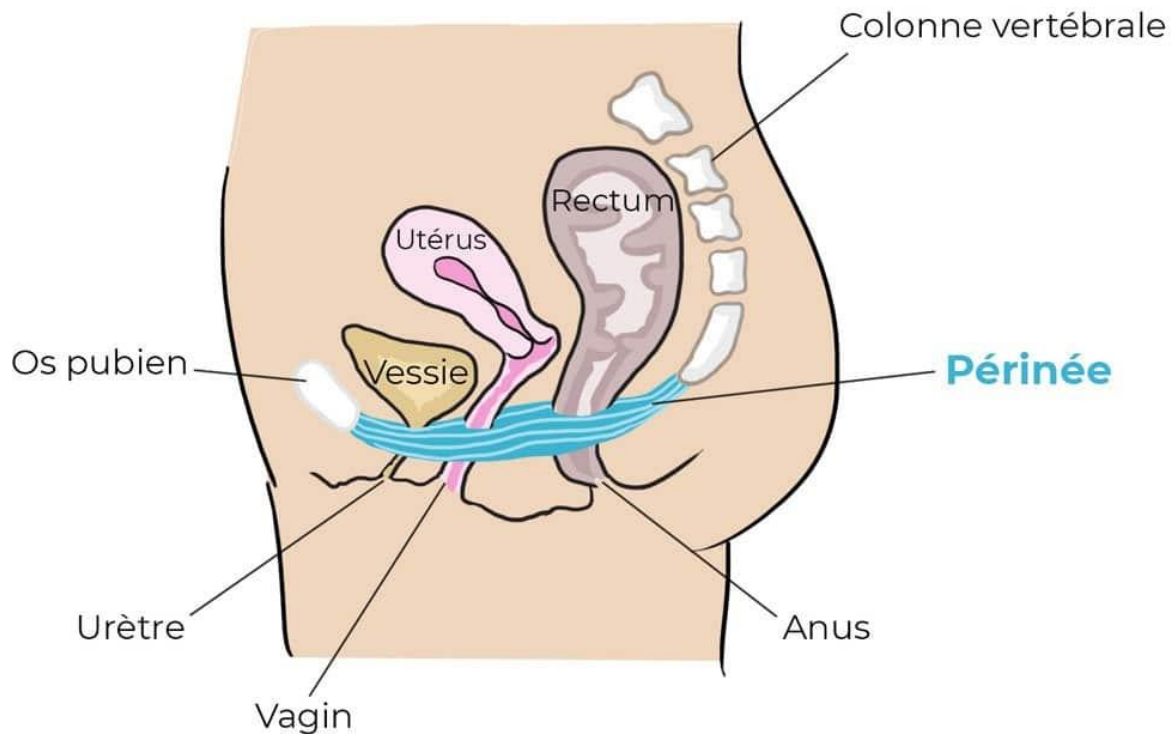
7. L'ancrage du Ki

1. Les Reins permettent d'ancrer le Ki de l'air.

2. Mais si la personne ne respire que par la poitrine, le Rein ne suffit pas et doit venir puiser dans le Ki Source.

L'asthme peut provenir d'une déficience des Rein puisque le Ki de l'air ne descend pas, ce qui procure une sensation de suffocation.

8. Les 2 yin (ou les 3 !)



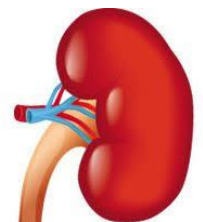
1. Euphémisme pour les 2 ou 3 orifices. Nous avons vu l'impact du Rein sur la sexualité et le système urinaire, il est aussi responsable de l'urètre, du vagin et par extension de l'anus.
2. Ainsi les problèmes d'énurésie, de démangeaisons sont souvent liées à une déficience des Reins. Le Foie, passant par les parties génitales peut également être impacté.

9. Les cheveux

La beauté des cheveux est un signe de bonne santé des Reins, avec la diminution du Jing et du Ki Source, les cheveux deviennent plus fragiles, grisent et tombent.

10. Les oreilles

L'ouïe est le sens du Rein car sa forme ressemble à une oreille. Les Reins sont responsables de notre audition (qui décline avec l'âge), ainsi les acouphènes révèlent un Rein faible. Attention, les otites, inflammations du tympan etc... sont imputables à d'autres méridiens.



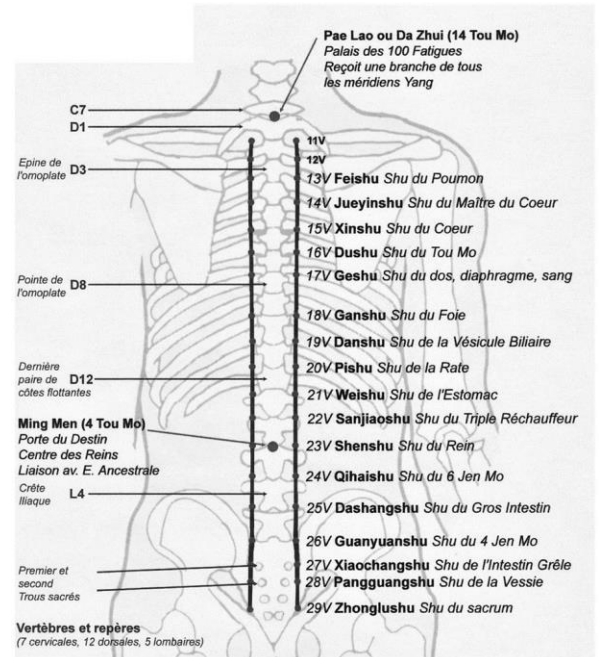
11. Yang Originel, Yin Originel

les Reins revêtent les qualités du Feu et de l'Eau, dans le corps mais aussi dans l'esprit. L'équilibre entre les 2 est primordial pour la santé et les Reins aident cet équilibre à se maintenir en fournissant l'énergie Yang pour se battre ou courir devant le danger...et le Yin qui apporte le nectar de la détente après le stress.

Les Fonctions de la Vessie en MTC :

1. Les points Shu

1. En MTC ce méridien contient les Points de Transport (points Yu ou Shu) qui influencent directement le travail de tous les organes et fonctions du corps
2. Ils se situent de chaque côté de la colonne vertébrale, le plus souvent à proximité de l'organe correspondant, ces points sont parmi les plus utilisés, car ils apportent une information diagnostique : soit que les donneurs les perçoivent en déséquilibre, soit que les receveurs les trouve sensibles

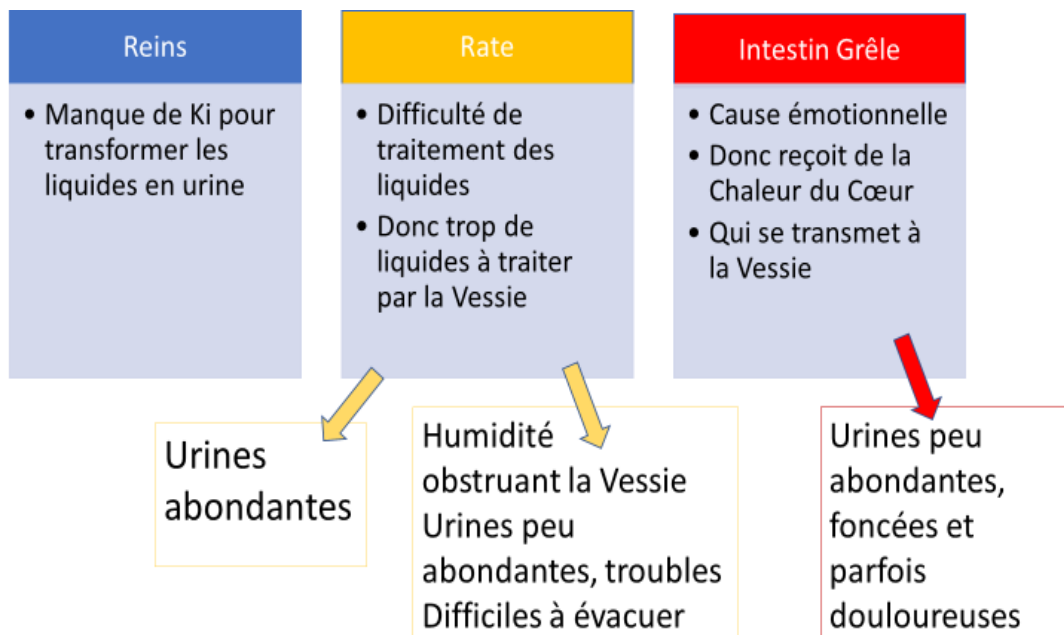
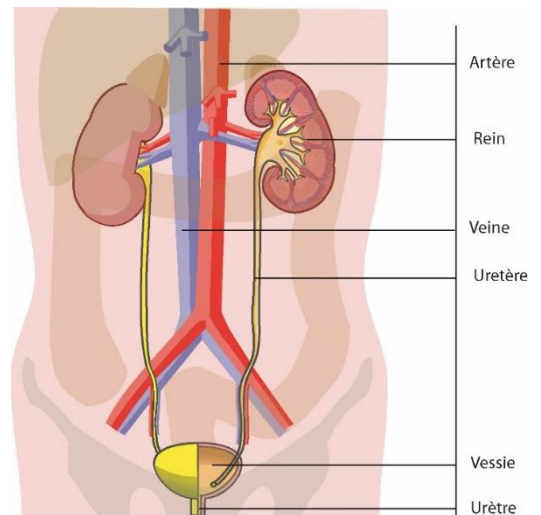


2. Aspect Yang des Reins

On peut utiliser tous les méridiens du Yang pour stimuler la fonction de leurs organes Yin associé, ainsi la Vessie sert de véhicule pour les fonctions Yang des Reins.

3. Transformation et excrétion de l'urine

L'organe Vessie reçoit les liquides impurs des Reins (qui filtrent le sang) qu'elle transforme en urine, stocke et évacue

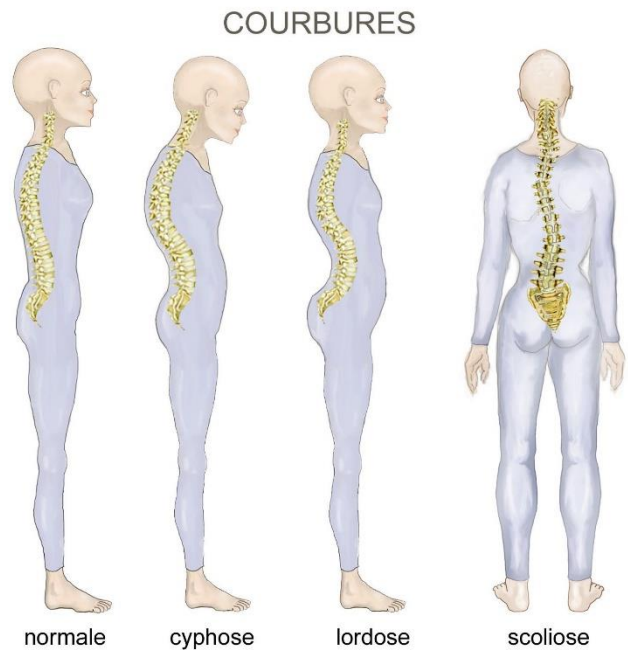


4. L'Utérus

La Vessie étant le pouvoir exécutif des Reins, qui gouvernent la reproduction, et du fait de la proximité de la vessie avec l'utérus, le Ki de la Vessie a une influence sur la fonction reproductrice (stérilité, règles douloureuses).

5. Le Dos

1. La Vessie, avec les Reins, influence les os et son méridien suit le rachis, donc tout déséquilibre prolongé de la Vessie peut influencer le dos.
2. Quand ce processus débute tôt dans la vie, la structure du dos peut être déformée, avec scoliose ou courbure du rachis
3. Ou lombalgie, sciatique (trajet dans la jambe).
4. Quand le Yang des Reins est déficient, ces symptômes s'accompagnent d'une sensation de froid.
5. Influence la posture car elle procure force et soutien au dos (avec Estomac et VB)



A retenir :

Reins en MTC	Vessie en MTC
Fonction de stockage du Jing (santé, croissance et reproduction) Os Moëlle Eau Ancrage du Ki Les 2 ou 3 Yin Les cheveux Les oreilles Yin Yang originel	Points Shu Transformation et excrétion de l'urine Utérus Dos

Le trajet des méridiens :

