

### 3 Les méridiens principaux et secondaires – *jing luo*

*Claudia Focks*

<b>3.1</b>	<b>La circulation du Qi dans les méridiens</b>	<b>49</b>	<b>3.4</b>	<b>Les 12 régions cutanées (<i>pi bu</i>)</b>	<b>54</b>
3.1.1	Modèle de circulation centripète	49	<b>3.5</b>	<b>Les 12 méridiens musculaires (<i>jing jin</i>)</b>	<b>55</b>
3.1.2	Modèle de circulation autonome	50	<b>3.6</b>	<b>Les méridiens divergents (<i>jing bie</i>)</b>	<b>68</b>
<b>3.2</b>	<b>Brève présentation du système des méridiens principaux et secondaires (<i>jing luo</i>)</b>	<b>51</b>	<b>3.7</b>	<b>Les méridiens <i>luo</i> de communication</b>	<b>69</b>
<b>3.3</b>	<b>Les 12 méridiens principaux (<i>jing zheng</i>)</b>	<b>52</b>	<b>3.8</b>	<b>Les huit merveilleux vaisseaux (<i>qi jing ba mai</i>)</b>	<b>69</b>

Selon les préceptes de la médecine chinoise, les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) forment un réseau de méridiens et de vaisseaux à l'intérieur duquel le Qi, le Sang (*xue*) et les liquides corporels *jin ye* circulent selon un rythme de 24 heures :

- 12 régions cutanées (*pi bu*) ▶ 3.4.
- Les méridiens *luo* superficiels (*xue luo, fu luo, sun luo*) ▶ 3.7.
- 12 méridiens musculaires (*jing jin*) ▶ 3.5.
- 16 méridiens *luo* de communication (*luo mai*) ▶ 3.7.
- 12 méridiens principaux (*jing zheng*) ▶ 3.3.
- 12 méridiens divergents (*jing bie*) ▶ 3.6.
- 8 merveilleux vaisseaux (*qi jing ba mai*) ▶ 3.8.

### 3.1 La circulation du Qi dans les méridiens

Pour l'essentiel, il existe deux modèles qui tentent d'expliquer la direction de circulation du Qi dans les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*). Chacun repose sur une compréhension différente de la circulation du Qi dans le corps. Les deux modèles reposent sur l'image d'une personne tendant les bras vers le ciel (▶ Fig. 3.1, ▶ Fig. 3.2).

#### 3.1.1 Modèle de circulation centripète

▶ Fig. 3.1

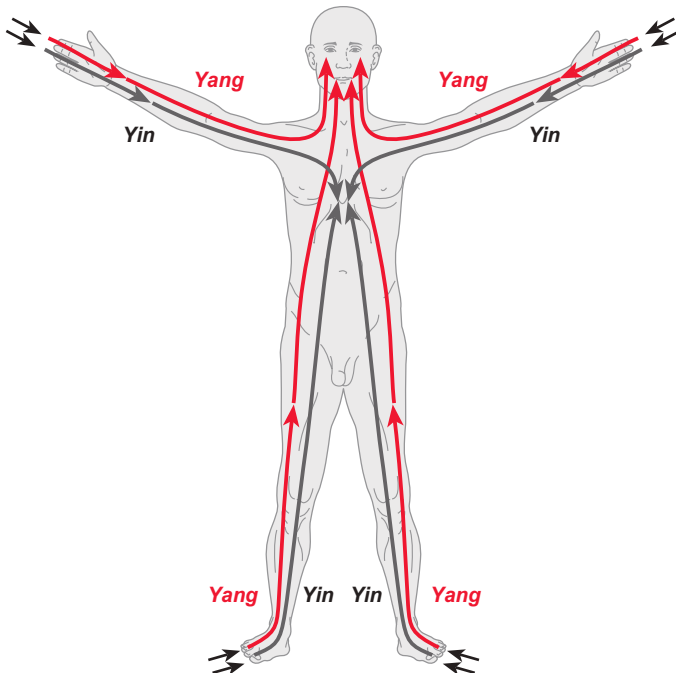


Fig. 3.1 Modèle de circulation centripète

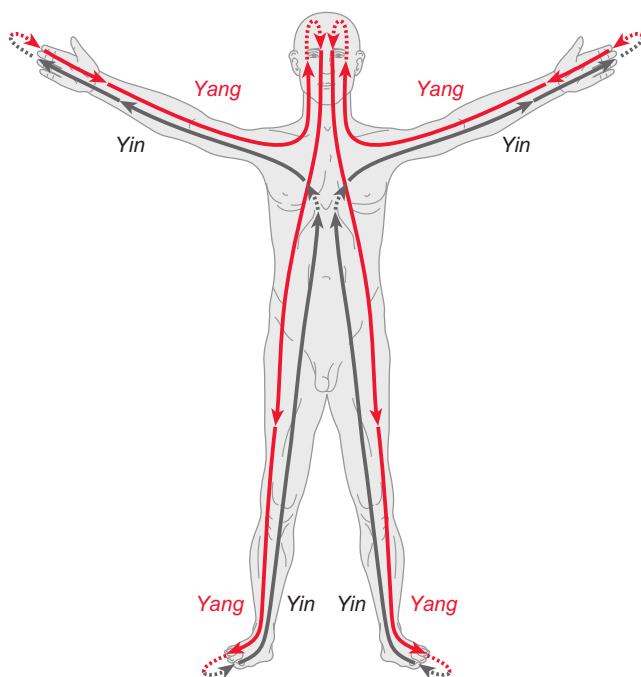


Fig. 3.2 Modèle de circulation autonome

La cosmologie chinoise traditionnelle place l'homme entre le ciel (*Yang*) et la terre (*Yin*), et explique les interrelations, les influences et les interdépendances entre le cosmos et l'homme. Les premiers textes sur les méridiens décrivent les (onze et douze) méridiens comme des trajets qui partent des extrémités, se dirigent vers le centre du corps et se terminent soit à la tête, soit au torse. C'est le schéma du modèle de circulation centripète (► Fig. 3.1). Nous retrouvons ce modèle dans la théorie des cinq points *shu* de transport (► 4.1.6). Selon ce modèle, le *Qi* macrocosmique pénètre dans le corps par l'extrémité des membres et peut être comparé au cours d'un fleuve. Au début, il est très dynamique et commence avec un puits, un jaillissement, une rivière, puis il s'élargit jusqu'à former un fleuve qui se jette dans une mer vaste et profonde au niveau des coudes et des genoux, avant d'atteindre, à travers les méridiens, les Viscères. Dans ce modèle, les méridiens forment des antennes qui captent l'influence cosmique et la transmettent au corps. Dans ces méridiens, le *Qi* circule toujours d'un point distal (venant de l'extérieur et pénétrant dans le corps ses extrémités) vers un point proximal (en direction du centre, vers les Viscères).

### 3.1.2 Modèle de circulation autonome

#### ► Fig. 3.2

Avec l'évolution de la société chinoise moderne, l'importance du concept d'une relation étroite entre l'homme et le cosmos (en tant que modèle « ciel-terre-homme ») s'est amoindrie. Aujourd'hui, le système des méridiens est davantage comparé à des phénomènes créés par l'homme, tels que les canaux et les fossés de drainage.

L'importance de la relation originelle entre l'homme et le cosmos a progressivement cédé la place à des concepts représentant les réseaux relationnels à l'intérieur d'une société. La société chinoise s'est resserrée pour former un ensemble uniforme et fermé au monde extérieur. En conséquence, le concept des méridiens reliant l'homme au macrocosme a été partiellement abandonné au profit d'un concept décrivant la circulation du *Qi* comme un système cyclique plus indépendant vis-à-vis de l'extérieur et plus fermé sur lui-même, dans le sens d'un modèle de circulation autonome (► Fig. 3.2). Selon ce modèle, le *Qi* peut circuler dans un sens ou dans un autre, aller des extrémités vers l'intérieur du corps et de l'intérieur vers l'extérieur. Ainsi, le sens de circulation du *Qi* dans les méridiens principaux peut aller d'une direction proximale à une direction distale et, inversement, selon la polarité *Yin* ou *Yang* de chaque méridien, et en fonction de chaque extrémité.

Selon ce deuxième concept historique probablement plus récent, le *Qi* traverse le corps dans une circulation continue, du thorax vers la main, vers la tête, vers le pied et de nouveau vers le thorax. Ce modèle reflète l'évolution de la civilisation chinoise, de son agriculture, et notamment le système de contrôle de l'eau – stockage dans des réservoirs, canaux de drainage, fossés – sur lequel repose une part essentielle du concept considérant les méridiens comme des canaux du *Qi* et du Sang. Les interconnexions entre les méridiens étaient par conséquent considérées comme des anastomoses qui veillent à ce que le *Qi* puisse circuler à travers un réseau ininterrompu et circulaire d'un méridien à l'autre, tout en étant en contact avec l'intérieur (voir Focks, 2006).

Dans la tradition occidentale de l'acupuncture, cette conception de la circulation du *Qi* dans les méridiens reçoit souvent plus d'attention, ce qui est partiellement dû à la méthode de numérotation des points des méridiens utilisée en Occident. Cependant, ce nouveau système de circulation était probablement toujours trop rigide pour pouvoir expliquer efficacement les effets de l'acupuncture. Selon Pirog (1996), cela expliquerait pourquoi les méridiens secondaires comme les méridiens musculaires (► 3.5) et les méridiens divergents (► 3.6), avec leurs cours primitifs et simples dans le sens d'une circulation centripète, ont été intégrés dans le système des *jing luo*.

### 3.2 Brève présentation du système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*)

Le *Ling Shu* (chap. 11) précise : « L'homme vit, les maladies surviennent [...] le maître, qu'il soit débutant ou expérimenté, doit toujours commencer par le système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*). »

En médecine chinoise, les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) sont considérés comme un réseau de méridiens et de vaisseaux dans lesquels circulent le *Qi* et le Sang (*xue*). Ils sont en relation avec le système des Viscères (*zangfu*) et « irriguent » l'ensemble de l'organisme. Ils approvisionnent donc le corps en *Qi* et en Sang (*xue*) à la surface (l'extérieur) et au plus profond du corps (l'intérieur), en haut comme en bas. D'un point de vue fonctionnel, les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) distribuent le *Qi* et le Sang, régulent le *Yin* et le *Yang*, et protègent le corps. Mais ils constituent également des voies de diffusion des maladies dans lesquelles s'expriment les réactions du corps aux différents troubles physiques. Il peut s'agir de troubles propres aux méridiens mais également de maladies des Viscères (*zangfu*) qui s'expriment à travers les méridiens principaux et secondaire (*jing luo*). En pratique clinique, ils peuvent servir à diriger le *Qi* vers les régions malades du corps. Selon la loi de l'extérieur et de l'intérieur (*biao li*), « l'extérieur » communique avec

« l'intérieur ». L'extérieur (*biao*) correspond plutôt à la peau, aux muscles et aux trajets superficiels du système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*). Les trajets profonds des méridiens et le système des Viscères (*zangfu*) sont attribués à l'intérieur (*li*). Pour permettre la circulation du *Qi* et la communication entre l'extérieur et l'intérieur, il faut une organisation structurelle spécifique à l'intérieur du système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*). Dans cette organisation, les merveilleux vaisseaux (► 3.8) occupent une place particulière. Même s'ils jouent un rôle important dans la coordination et la régulation des méridiens principaux et de l'ensemble du système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*), ils ne relient pas directement l'extérieur et l'intérieur : ainsi, ils n'ont pas de lien direct avec les Viscères (*zangfu*). Plusieurs concepts existent quant à la localisation en profondeur des différents méridiens et vaisseaux à l'intérieur du corps (voir Focks, 2006).

### 3.3 Les 12 méridiens principaux (*jing zheng*)

**Synonymes :** méridiens primaires, méridiens réguliers.

Les 12 méridiens principaux constituent une partie intégrante du système des méridiens et jouent un rôle important dans la théorie du *jing luo*.

#### Caractéristiques

Les 12 méridiens principaux sont distribués symétriquement de chaque côté du corps. Chaque méridien suit son propre circuit qui comprend un trajet interne et un trajet externe. On distingue les méridiens *Yin* et les méridiens *Yang*, reliés entre eux par une relation Intérieur-Extérieur. À chaque méridien est attribué un Viscère (*zangfu*). Dans son trajet interne, le méridien est connecté à son propre Viscère et au Viscère du méridien avec lequel il est couplé dans une relation Intérieur-Extérieur.

#### Pathologie

Chaque méridien possède ses propres symptômes et signes pathologiques qui constituent des repères cliniques importants de l'acupuncture. Les maladies propres aux méridiens sont à considérer comme des compléments utiles qui s'ajoutent à la pathologie des Viscères (une des bases de la pharmacopée chinoise). Dans le présent guide, les pathologies ne sont abordées que brièvement, l'*Atlas d'acupuncture* les traite de manière détaillée.

#### Circuits des méridiens

À l'intérieur de son système de méridiens, la médecine chinoise distingue trois circuits avec, pour chacun, quatre méridiens différents, dont deux cheminent sur le côté intérieur (*Yin*) et deux sur le côté extérieur (*Yang*) (► Tableau 3.1).

Tableau 3.1 Circuits des méridiens

Premier Circuit		
Méridien du Poumon	Thorax – extrémité des doigts	Main – <i>taiyin</i>
Méridien du Gros Intestin	Extrémité des doigts – visage	Main – <i>yangming</i>
Méridien de l'Estomac	Visage – extrémité des orteils	Pied – <i>yangming</i>
Méridien de la Rate	Extrémité des orteils – thorax (Cœur)	Pied – <i>taiyin</i>

(Suite)

Tableau 3.1 Suite

Deuxième Circuit		
Méridien du Cœur	Thorax – extrémité des doigts	Main – <i>shaoyin</i>
Méridien de l'Intestin Grêle	Extrémité des doigts – visage	Main – <i>taiyang</i>
Méridien de la Vessie	Visage – extrémité des orteils	Pied – <i>taiyang</i>
Méridien du Rein	Extrémité des orteils – thorax (Maître du Cœur)	Pied – <i>shaoyin</i>
Troisième Circuit		
Méridien du Maître du Cœur	Thorax – extrémité des doigts	Main – <i>jueyin</i>
Méridien du Triple Réchauffeur	Extrémité des doigts – visage	Main – <i>shaoyang</i>
Méridien de la Vésicule Biliaire	Visage – extrémité des orteils	Pied – <i>shaoyang</i>
Méridien du Foie	Extrémité des orteils – thorax (Poumon)	Pied – <i>jueyin</i>

### Connexion des axes

#### ► Fig. 3.3

**Synonyme :** relation haut-bas.

Cette relation désigne soit la relation entre les deux méridiens *Yin*, soit la relation entre les deux méridiens *Yang* d'un circuit.

**Exemple :** l'axe *taiyang* ou l'axe *yangming*, etc.

### Méridiens couplés

**Synonyme :** relation Intérieur-Extérieur.

Cette relation désigne la relation entre les méridiens *Yin* et *Yang* de la main ou la relation entre les méridiens *Yin* et *Yang* du pied à l'intérieur d'un circuit.

### Horloge des viscères

#### ► Fig. 3.4

Le circuit énergétique à l'intérieur des 12 méridiens principaux suit un rythme circadien de 24 heures de sorte que chaque méridien reçoit un flux d'énergie maximal pendant deux heures.

La polarisation de l'énergie (le changement de *Yin* à *Yang* ou de *Yang* à *Yin*) se fait toujours au niveau des mains et des pieds.

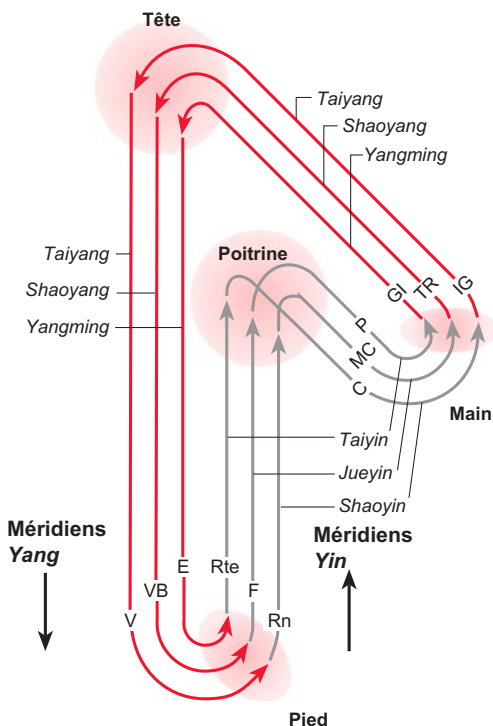


Fig. 3.3 Circuits des méridiens

### 3.4 Les 12 régions cutanées (*pi bu*)

Les 12 régions cutanées (*pi bu*) constituent la partie la plus superficielle du système des méridiens. Leur fonction consiste à assurer la circulation du *Qi* et du Sang vers la surface du corps. Elles nourrissent la peau et les pores, et protègent le corps contre les facteurs pathogènes externes.

#### Caractéristiques

Les régions cutanées sont divisées en fonction du trajet du méridien principal correspondant et de ses vaisseaux (*luo*). Leurs noms sont en relation avec les méridiens principaux. Elles n'ont pas de points propres.

Dans le cadre du diagnostic des zones cutanées, ces régions reflètent la condition physiologique des méridiens principaux et des Viscères (*zangfu*) auxquels ils sont

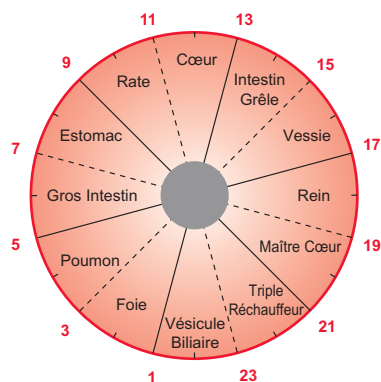


Fig. 3.4 Horloge des Viscères

rattachés, par exemple par des sensations cutanées pathologiques, des lésions cutanées ou des décolorations de la peau.

### Fonctions

Les régions cutanées font circuler le Sang et le *Qi*, et notamment le *Qi* Protecteur (*wei qi*) vers la surface du corps. Elles régulent les fonctions de la peau et des pores, et renforcent les défenses du corps.

### Pathologie

Les régions cutanées reflètent à l'extérieur les troubles pathologiques des méridiens principaux et de leurs Viscères (*zangfu*).

Le traitement et le diagnostic se font, entre autres, par l'acupuncture du poignet ou de la cheville. Les techniques thérapeutiques pour les régions cutanées comprennent la méthode du *gua sha* (technique chinoise de grattage, 7.6.1), les techniques d'acupuncture superficielles comme les ventouses, le massage, etc. (7.6.3).

## 3.5 Les 12 méridiens musculaires (*jing jin*)

**Synonymes :** méridiens tendinomusculaires, muscles en relation avec les méridiens, zones musculaires.

Les 12 méridiens musculaires sont des extensions externes des méridiens principaux. Ils ont comme fonction de renforcer les relations entre les articulations, les muscles, les tendons et les ligaments. Par cette fonction, ils soutiennent les mouvements naturels et la mobilité.

### Caractéristiques

Les 12 méridiens musculaires bilatéraux sont en lien avec les méridiens principaux dont ils portent le nom. En principe, les méridiens musculaires forment des groupes de muscles, de tendons et de ligaments qui se projettent le long du trajet des méridiens principaux et de leurs vaisseaux (*luo*). Ils circulent (en superficie) à la périphérie du corps et soutiennent les méridiens principaux en favorisant la circulation du *Qi* et du Sang vers les muscles, les tissus, les articulations et la surface du corps. Ces méridiens ne possèdent pas de points propres et n'ont pas de liens (directs) avec les Viscères (*zangfu*).

Chaque méridien musculaire a son propre trajet qui suit généralement le trajet du méridien principal auquel il est rattaché. Toutefois, à la différence des méridiens principaux, les méridiens musculaires commencent toujours aux extrémités (bouts des doigts et des orteils). Le plus souvent, ils se séparent des méridiens principaux aux points puits (*jing*) (4.1.6). Leur trajet s'oriente toujours en direction crâniale, soit vers le tronc, soit vers la tête ou le visage. Les méridiens musculaires forment de larges bandes et recouvrent des zones plus vastes que les méridiens principaux auxquels ils se rattachent. Cet aspect leur permet de recouvrir certaines régions qui ne sont traversées ni par les méridiens principaux, ni par les méridiens divergents. Leur trajet permet d'expliquer l'action de certains points situés sur les méridiens principaux auxquels ils se rattachent.

Dans certaines pathologies, les méridiens musculaires se manifestent par des points *ashi* (*a shi xue*) ou des « points gâchette » (*trigger points*).