

RATE

En Médecine Traditionnelle Chinoise, quand on parle de l'énergie d'un organe, il s'agit des fonctions de l'organe en question, ici, la rate, couplée avec l'estomac et le pancréas, et tout le système énergétique la concernant.

La rate gouverne la transformation de la nourriture en sang et le transport de tous les liquides dans le corps : sa position centrale en fait le réceptacle de tout ce qui vient de l'extérieur (nourriture, liquides, mais aussi émotions, pensées, informations...).

La rate transforme ce qu'elle reçoit. Elle distribue ensuite à l'ensemble du corps tous les éléments transformés. Ils nourrissent le sang, les organes, l'énergie. Elle assure ainsi son rôle nourricier, à l'image de la terre.

La rate joue un rôle dans l'humidification des tissus du corps. Elle contribue à maintenir le sang dans les vaisseaux.

Elle est un organe très important qui joue un rôle d'harmonisation et de centrage de tous les organes. Celle-ci se trouve au milieu des cinq organes. Elle représente l'esprit de l'harmonie et de l'adaptation. La rate joue un rôle dans la digestion des aliments, ainsi que des événements de la vie. Ainsi elle est reliée à notre capacité d'accepter, de relativiser, de transformer et de "digérer" même les situations difficiles.

Dans le Qi Gong et la méditation, la rate joue un rôle essentiel. Toute la circulation du corps doit passer par ce centre de communication, sans lequel le cœur ne s'harmoniserait pas avec les reins, et le foie ne s'harmoniserait pas avec les poumons. L'énergie de la rate monte et descend, s'intériorise et s'extériorise, c'est le seul organe qui peut orienter son mouvement dans les quatre directions. Avec son esprit Yi (l'intention), la rate aide aussi à la circulation des canaux énergétiques dans la direction dont notre corps a besoin.