



La pharmacopée *Chinoise*

Voyage à travers le temps

par Ingrid Renard

A travers la formule *Ping wei san*, bien utile pour les digestions difficiles, l'auteur vous invite à un voyage à travers le temps de la pharmacopée chinoise. Bon voyage...

traînée de poudre et il devint un favori parmi les jeunes apprentis en médecine. Aujourd'hui, au 21^e siècle, sa méthode est encore utilisée dans certaines régions par les étudiants et les jeunes internes en MTC. Avant l'ère communiste où l'on ouvrit des sections de MTC dans les universités, pour devenir médecin, il fallait étudier dès l'enfance et pendant de longues années sous l'égide d'un médecin chevronné. L'apprentissage par cœur de longs passages des classiques faisait partie de cette formation. On imagine aisément le regard réjoui et soulagé des jeunes étudiants, éreintés par l'apprentissage de centaines de pharmacopées à retenir par cœur, face à cet ouvrage ludique, mais sérieux, léger et complet. Regardons le chapitre 13 qui présente la formule *Ping wei san*.

Ping wei san, la poudre qui calme l'estomac

Une formule de pharmacopée est une association de plusieurs produits : plantes, produits minéraux ou animaux qui par leurs fonctions diverses se complètent, se potentialisent, réduisent la toxicité et les éventuels effets secondaires et s'adaptent au cadre clinique complexe du patient. Les formules, tout comme l'usage des produits de pharmacopée, ont été expérimentées et testées depuis 3000 ans pour être enfin adoptées lorsqu'elles avaient démontré leur efficacité et leur absence d'effets secondaires néfastes. *Ping wei san*, la poudre qui calme l'estomac, est l'une parmi les quelque 300 pharmacopées les plus basiques que l'étudiant en médecine doit maîtriser à la fin de ses 4 années d'études, pour ne pas parler des quelque 7500 que contient le *Fang ji fen*, dictionnaire de médecine chinoise publié en 1983 et qu'il devra aborder tôt ou tard pour traiter les différentes maladies. *Ping wei san* soigne les gastrites chroniques, les désordres gastro-intestinaux, les ulcères et les hépatites infectieuses. Liu Yi Ren nous dit : *Ping wei san est capable d'harmoniser et d'équilibrer, elle est capable de fortifier la rate et d'assécher l'humidité. Elle est toujours utilisée lorsqu'il y a un sentiment de plénitude, une oppression thoracique ainsi que dans les cas d'intoxications alimentaires et lorsqu'il y a des éructations et des régurgitations acides.* Cette formule de base est ensuite 'modifiée' : on y ajoute d'autres produits qui vont moduler ses effets selon qu'il s'agit d'une gastrite avec accumulation d'aliments, de froid, de chaleur, et que le ou la patiente souffre de vomisse-



crédit photo: D. R.

Dans son ouvrage, *La transmission directe* (de cœur à cœur) de la médecine », *Yi xue chuan xin lu*, Liu Yi Ren, un médecin vivant durant le règne de Dao Guang, le sixième empereur de la dynastie Qing (1821-1851), rêva, comme bien d'autres avant lui, de condenser dans un ouvrage court, à l'usage des étudiants, les fondements de la théorie de la médecine chinoise traditionnelle, ainsi que les traitements proposés pour les maladies les plus fréquentes. Particulièrement intéressante est sa présentation de cinq formules de pharmacopée choisies parmi les plus fréquentes. Attrayant, par sa forme en vers, et composé de chansons, cet ouvrage nous livre des clefs pour mieux comprendre l'auteur. Pédagogue passionné, adulte empli de compassion pour les jeunes débutants, poète plein d'humour, médecin érudit, esprit concis, capable de synthétiser les théories fondamentales complexes en formules qui restent simples sans devenir simplistes, cet auteur est un bon exemple du médecin accompli. Dans la Chine ancienne, celui-ci se devait de réunir une démarche scientifique, une réflexion philosophique et spirituelle, une pratique de la calligraphie, de la musique ou de la poésie et des responsabilités politiques. L'engouement pour ce livre se répandit comme une

PORTRAIT

Ingrid Renard est praticienne et enseigne la MTC. Elle a étudié en France à l'école Lü Men et suivi une formation en sino-oncologie auprès de l'organisme SFI. Elle a fait des stages à Kunming et Shanghai dans des hôpitaux de médecine traditionnelle. Elle aime voyager en Chine à la découverte de modes de vie et de techniques reflétant la philosophie de la MTC.





ments, de diarrhée ou de douleur à l'estomac. De quels produits est composée cette prescription? *Cang zhu*, racine d'atractylodis, *Hou po*, écorce de magnolia, *Chen pi*, vieille peau, ou peau de mandarine séchée, *Gan cao*, racine de réglisse. De même que de nombreuses autres formules fondamentales, Ping wei san est constituée de 4 produits qui forment une synergie toute particulière. Il a fallu des siècles de recherche pour arriver à cette association si bien équilibrée qui traite la faiblesse du système digestif avec les pathologies qui en découlent ou, dans le jargon MTC, la déficience de la rate/estomac avec stagnation et accumulation d'humidité dans le réchauffeur moyen.

La machine à remonter le temps

Prenons la machine à remonter le temps comme le font les étudiants en MTC et allons voir ce qui se passait il y a 1000 ans. La formule Ping wei san est mentionnée pour la première fois dans *Le formulaire des grâces impériales de la période des Tai ping*, *Tai ping hui min he ji ju fang*, un ouvrage édité par le département médical impérial en 1078-1085. Cet ouvrage est publié à une période agitée dans l'histoire de la Chine où l'Empire du Milieu est morcelé et les populations jetées sur les routes de l'errance par les guerres. Ce fut également une période de grandes réformes. Le développement de la xylographie et son perfectionnement par l'invention des caractères mobiles permirent une diffusion beaucoup plus large du savoir à partir de cette époque. Les traités scientifiques et techniques utiles pour améliorer la vie courante sont des grands favoris. Sous l'égide du gouvernement, on entreprit la compilation de recettes médicales qui formèrent cet ouvrage. On y a regroupé 16834 recettes médicales: l'essentiel des connaissances médicales de l'époque. Cette œuvre est un bon exemple de la manière dont a été transmis le savoir dans le domaine de la pharmacopée et de la médecine chinoise, plus généralement en Chine. En effet, les recherches de plusieurs générations de médecins sont régulièrement compilées puis diffusées. La Chine est bien l'incarnation d'une civilisation du livre qui, combinée à un pouvoir centralisé et à une culture de la synthèse, a permis de transmettre un savoir qui est, aujourd'hui encore, une source de réflexion et de référence.

Encore un petit saut dans le passé et nous nous retrouvons vers l'an 500 environ de notre ère. Un sage taoïste, Tao Hong Jing qui se passionnait pour les recherches cosmologiques taoïstes mentionne un ancien ouvrage: le *Shen Nong ben cao jing*, canon de la pharmacopée. Selon lui, il aurait été transmis oralement depuis l'époque mythologique et retranscrit au 2e siècle de notre ère. Shen Nong est l'un des

trois héros mythiques de la culture chinoise auquel on attribue l'invention de l'agriculture. Il est dit de ce personnage, aussi appelé: 'le divin laboureur', qu'il « goûtait les saveurs de toutes les herbes et pousses, déterminant si elles étaient amères ou sucrées. Ainsi il enseigna aux humains lesquelles éviter et lesquelles utiliser. ». Ce récit mythique pose comme fondamental l'existence d'une méthode empirique dans le processus de constitution de cette médecine. Les termes *ben* et *cao* dans le titre indiquent que la plus grande partie des produits de la pharmacopée chinoise est constituée de racines et d'herbes. Ce livre fut aussi le premier à introduire une classification des produits de pharmacopée. Les plantes de la formule Ping wei san sont répertoriées et leurs fonctions décrites pour la première fois dans cet ouvrage. Voici ce que nous livre ce canon de la pharmacopée au sujet des plantes de cette formule: *Cang zhu est amer et tiède, il traite essentiellement l'obstruction par vent froid*

humidité, les muscles inertes, les spasmes et la jaunisse. Il arrête les sueurs, chasse la chaleur et favorise la digestion. Il peut être utilisé comme produit guide dans les décoctions, une prise régulière allège le corps, favorise la longévité et élimine la sensation de faim... (...)

Gan cao est de saveur douce et neutre. Il traite essentiellement les 5 organes et les 6 entrailles, le froid et le chaud et le qi pervers. Il fortifie les tendons et les os, allonge les muscles, augmente la force, guérit les blessures par arme blanche et élimine les toxines. Une prise prolongée allège le corps et favorise la longévité... (...)
Hou po est amer et tiède, il traite essentiellement les zhong feng, les blessures dues au froid, les maux de tête, la chaleur et le froid, les palpitations dues à l'effroi, l'obstruction de qi et de sang et les muscles inertes. Il élimine les 3 vers... (...)
Chen pi est piquant et tiède. Il traite les masses, la chaleur et le contre courant dans le thorax. Il fait profiter des aliments et des boissons. Une prise prolongée élimine la mauvaise haleine, fait descendre l'énergie et rend capable de communiquer avec l'esprit...

De retour à notre époque, nous pouvons nous féliciter de connaître encore Ping wei san. Notre mode de vie stressant, nos habitudes sédentaires et notre alimentation moderne mettent à mal notre système digestif. Nombreux sont les patients qui profitent des bienfaits de cette formule. Et si un jour votre thérapeute vous prescrit Ping wei san, vous pourrez envoyer une pensée reconnaissante à Shen Nong, votre rate s'en portera encore mieux. Et si votre intelligence est suffisamment aiguisée par une prise prolongée de Chen pi, peut-être pourrez-vous vous-même communiquer avec son esprit... ☸

Pour en savoir plus, consultez le carnet d'adresses p. 58.



crédit photo: D. R.

En MTC, il existe une représentation pour chaque pharmacopée. Cette illustration illustre la formule: Ping wei san.

Des formules testées depuis 3000 ans.