



Traité du « Soin de Soi » Li Chan.

保養說

或問保養修養何以異曰無大異也但修養涉於方外玄遠而非恒言恒道保養不外日用食息而為人
 所易知易行然則修養非難曰據方書神農起醫藥之方黃帝創導引之術後世傳之失其真耳蓋問曰
 飲食有節起居有常不妄作勞精神內守病安從來故能盡其天年度百歲乃去此保養之正宗也蓋有
 節有常而不妄則氣血從軌而無俟於搬運之煩如今之動工也則動運任督者久則生癩運脾土者
 久則風泄心動則不寐矣至於六字氣神能發散外而中虛有汗者已八段錦雖能流動血氣而中
 虛有火者忘離精其果所載古事引法此有一二明細可行者惟於後究而論之亦不遇吾儒與
 也精神內守則身心凝定而無俟於制伏之強如今之靜工也惟心息相依之說最為直截明心主守
 總總心息相依盡天年度百歲乃去則自古有生必有死惟不自速其死耳烏有如今之所謂飛
 昇超脫住世之說耶或曰保養既若是之易且顯何今之天者多而壽者少耶曰飲食起居動作之間安
 能一一由心所主而無所註誤哉香醪美味陳於前雖病所忌也而弗顧情况意與動於中雖病且危也
 而難遏者名聲利之心急逼於勞傷而不覺此古今之壽相遠者非氣稟之異也實今人之不如古人重
 其身也曰吾知精神內守而後飲食起居得其宜則今之內動外動皆不足取而靜工收斂精神不亦得
 其正乎曰若不識盡天年度百歲乃去機括雖終日閉目只是一團私意靜亦動也若識透天年百歲之
 有分限節度則事事循理自然不會不躁不妄斯可以却未病而盡天年矣蓋主於氣則死生念重而昏
 昧錯雜愈求靜而不靜主於理則人欲消亡而心清神悅不求靜而自靜此俗之所謂靜恐亦異乎古之
 所謂靜也曰若然則吾儒一敬盡之矣曰聖學至大非某能知但黃帝亦古聖人也今不信古聖名言而
 信盲人說異邪說甚則喪家殞身見亦誤哉此吾所以只言保養也曰保養之要無他曰避風寒以保其
 皮膚六腑則麻黃桂枝理中四逆之劑不必服矣節勞逸以保其筋骨五臟則補中益氣初發健步之劑
 不必服矣戒色慾以養精正思慮以養神則滋陰降火之藥
 以養氣則四物四君十全三和等湯又何用哉要之



création graphique : Frédéric Villbrandt



LA MEDECINE CHINOISE

L'éditao de Rodolphe Spiropoulos

La Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), c'est ma passion depuis plus de 20 ans et je suis heureux de constater qu'elle commence à faire beaucoup parler d'elle ! De plus en plus de patients y ont recours en complément des traitements de notre médecine occidentale. Sur le plan de la formation des praticiens de MTC, de nombreuses écoles privées ont des programmes sérieux de formation. Dans les facultés de médecine, des programmes plus « étoffés » qu'auparavant sont en cours d'élaboration pour les médecins. Mon souhait est que la MTC reste une médecine authentique, pratiquée dans l'art de la tradition et au service du malade avant tout. Elle ne doit en aucun cas devenir une branche de la biomédecine*. A ce propos, dans un esprit d'ouverture, le Dr Denis Colin a été invité à s'exprimer sur le projet de création d'un cursus complet en MTC à la faculté de médecine (p. 36). L'histoire nous a démontré qu'il n'était pas nécessaire d'être médecin en biomédecine occidentale pour pouvoir pratiquer

la MTC. Les médecins chinois l'exercent depuis des millénaires avec « bonheur » sans pour autant être diplômés en biomédecine ! Ce qui me paraît essentiel est la qualité de formation du praticien, de son exercice, et nous devons tous ensemble promouvoir cette qualité. J'aimerais que « la ronde de la MTC » soit composée de gens qui œuvrent à apporter une qualité d'enseignement et de pratique, et qu'un jour nous puissions tous nous « donner la main », médecins et non-médecins, pour conserver à la MTC son essence et sa richesse.

Dans ce numéro, consacré à la médecine chinoise, nous allons tenter de vous faire découvrir toute son originalité et vous présenter ses différents outils, l'acupuncture, la pharmacopée, le Tui Na et les mobilisations, et la diététique. Enfin, dans la seconde partie, je sais qu'il sera aussi question de Qi Qong.

Bonne lecture...

* Biomédecine est le terme utilisé pour désigner la médecine moderne occidentale.



crédit photo: Rodolphe Spiropoulos

La Médecine Traditionnelle *Chinoise*

Une longue histoire...!

par Rodolphe Spiropoulos

Voici pour commencer une brève introduction à la Médecine Traditionnelle Chinoise par le maître d'œuvre de ce dossier spécial, Rodolphe Spiropoulos. Il nous rappelle les principes philosophiques, les spécificités, et la description de l'arrivée en Europe, et principalement en France, de la discipline.



PORTRAIT

Rodolphe Spiropoulos, Masseur-Kinésithérapeute DE, Ostéopathe a étudié l'Homéopathie, la Sophrologie. Sa passion pour l'Energétique l'a conduit à l'étude de la MTC. Depuis plus de 20 ans, il pratique quotidiennement à son cabinet. Aujourd'hui dans son enseignement, il partage son savoir-faire et nous amène à la rencontre de l'Energétique Chinoise. Il contribue également activement au développement et à la reconnaissance de la MTC en France.

« Médecine traditionnelle chinoise »; une simple respiration, et ces trois mots me font venir à l'esprit d'innombrables étoiles de sagesse comme tradition, nature, art de vivre... santé et médecine. La médecine chinoise pourrait être une des réponses au questionnement éternel de l'Homme: longueur et qualité de la vie? La médecine est une science qui a pour but de guérir les maladies, mieux encore les malades; c'est un art. Cela devient même du grand art si l'on parle de santé, d'entretien de santé et de prévention pour l'homme et son environnement.

De tout temps, soigner...

La maladie a depuis tous temps représenté l'un des fléaux naturels contre lequel l'homme n'avait guère de défense possible; cependant il n'est pas de société qui n'ait connu des hommes qui se soient consacrés à soigner leurs semblables. De ce fait, la médecine, les médecines, constituent certainement l'une des activités humaines les plus anciennes. Peu à peu, avec l'apport des réflexions philosophiques de différents horizons, des connaissances se sont accumulées et ont permis aux guérisseurs et à la médecine d'acquérir des pouvoirs de plus en plus remarquables. On peut observer dans l'histoire de la médecine une alternance régulière de puissants mouvements d'obscurité et

de clarté tels le yin et le yang. Il a fallu des siècles et des siècles pour consolider les premières découvertes, les affiner, les contredire, les réinventer et cela non sans luttes internes au sein du corps soignant et du corps médical. Chez les peuples primitifs, la médecine était intuitive, fruit d'une connaissance immédiate et empirique; leur don d'observation leur a fait découvrir les vertus thérapeutiques de certains massages, de certaines piqûres, punctures et de certaines plantes. Ils comprirent très tôt que les agents extérieurs évidents, comme les agents pathogènes climatiques externes ou les traumatismes physiques, ne déterminaient pas et n'expliquaient pas tous les désordres du corps humain. Ils incriminèrent des interventions étrangères, invisibles, parfois même maléfiques, alors chassant le démon responsable du mal et seul le sorcier guérisseur détenait ce pouvoir. C'est seulement peu à peu que la maladie devint une entité qu'il convenait de combattre pour elle-même, qu'enfin la notion de malade en tant qu'individu original prit la première place et que le médecin succéda au soignant.

Une médecine archaïque et moderne

Il est difficile d'insérer dans une chronologie



parfaite les conceptions médicales propres à la Chine. Elles sont archaïques et primitives dans la mesure où leurs origines sont antérieures à plus de trois mille ans, elles sont actuelles et modernes dans la mesure où des centaines de millions d'être humains y ont encore recours aujourd'hui. D'une façon schématique, la pensée traditionnelle chinoise, modelée par le Taoïsme, le Confucianisme, l'Ecole du Yin Yang et des Cinq mouvements, et par le Bouddhisme, a conditionné des conceptions de l'anatomie, de la physiologie, de l'étiologie, de la pathologie, de la thérapeutique et donc de la clinique, tout à fait particulières à la médecine chinoise.

Pour commencer...

Le procédé d'investigation clinique le plus marquant de la médecine chinoise est sans conteste la palpation du pouls radial conditionné par le passage du sang « xue » et du souffle « qi ». Les deux procédés thérapeutiques les plus originaux sont l'acupuncture et la moxibustion. Le massage et la pharmacopée ont été cependant dès leur naissance d'une extrême richesse. Depuis le début de notre Moyen Age, la médecine chinoise a atteint presque sa maturité et n'a fondamentalement guère évolué si ce n'est à l'unisson de celle de l'Occident et pour peut-être parfois perdre de son originalité, de son essence. Comme je viens de l'écrire, la MTC est une médecine très ancienne qui s'est appuyée sur l'expérience et l'observation, qui s'est fondée sur l'étude des faits et sur la pratique, cautionnée par la réussite et surtout s'adaptant aux différentes situations. Elle est d'inspiration taoïste, perpétuée par les textes anciens, mais reste tout à fait adaptée aux temps modernes. Théorie et pratique sont les fruits d'environ cinquante siècles d'histoire marqués de courants philosophiques, de mouvements sociaux et politiques et de la ronde continue des praticiens tissant le lien entre le passé et le présent, la tradition et la pratique quotidienne de cette médecine. De tout temps, la dialectique du yin et du yang, la permanence du mouvement, l'impermanence de toute chose ainsi que les éléments de la nature ont imprégné la civilisation chinoise ; la pensée chinoise introspective et intuitive inspirée de la nature se retrouve dans la médecine chinoise, ainsi la vie et la santé peuvent être comprises comme le reflet harmonieux de la Nature. Reste à savoir qui est le miroir ?

Les spécificités de la Médecine Traditionnelle Chinoise point par point

- C'est une médecine traditionnelle très ancienne, plusieurs fois millénaire, aujourd'hui encore médecine d'Etat et pratiquée dans de nombreux pays dans le monde. Et surtout, son exercice ne nécessite que très peu d'outils.

**Identifier
la racine,
la cause de
la maladie...**

- Elle porte l'empreinte de la simplicité. Par exemple, si l'on s'intéresse à l'origine des maladies, on distingue trois types de causes : les conditions climatiques, la constitution et l'alimentation, et enfin les émotions, principes tellement essentiels.

- Son approche de la globalité de l'Être en tant que Corps-Esprit. L'être humain est un élément de l'Univers dont il ne peut être dissocié et ses propres structures et fonctions constituent un ensemble interactif indivisible.

Ainsi l'être humain fait partie de l'Univers, infini et sans limite, et a été modelé au sein de l'amas universel à partir de ses matériaux et de sa substance. Du chaos originel sans structure, sans forme et sans apparence, la manifestation va apparaître par la séparation des souffles. Aussi le microcosme humain est-il plus ou moins fait à l'image du macrocosme universel et reste en étroite corrélation avec lui, mais chaque corps d'homme constitue un tout individuel et non identique à celui de ses semblables.

- C'est une médecine dont l'histoire et les textes anciens sont très riches. La tradition



La roue des 5 mouvements est l'un des piliers central du système de pensée de la MTC.



Huang Di, l'Empereur Jaune.

crédit photo: D. R.



Georges Soulié de Morant.

crédit photo: D. R.

chinoise parle de la période légendaire des trois empereurs antiques qui seraient à l'origine des premiers écrits sur la médecine traditionnelle chinoise: Fu Xi, inspirateur du Yi Jing, le livre des mutations; Shen Nong, auteur du *Shen Nong Ben Cao Jing*, traité de matière médicale qui transmet les techniques de l'agriculture et les bases de la pharmacopée; Huang Di, l'Empereur Jaune, qui aurait transmis les fondements de la médecine chinoise dans le *Huang Di Nei Jing* qui comporte deux parties: le *Su Wen* et le *Ling Shu*.

- Son aspect scientifique et naturaliste; en effet elle possède la rigueur, l'exigence et l'objectivité de la science; il existe des méthodes de diagnostic et de thérapie; et dans son concept naturaliste, la nature n'a pas d'autre cause qu'elle-même, rien n'existe en dehors d'elle, la maladie vient de la nature et c'est en manipulant les énergies de la nature que l'on peut soigner. On ne prie plus de Dieu, on utilise dans les remèdes les règnes végétal, minéral et animal.

- Sa conception bien particulière de l'élaboration d'un traitement: il faut pour cela identifier la racine, c'est-à-dire la cause de la maladie, identifier les branches, c'est-à-dire les symptômes, et identifier la constitution du malade du point de vue physique et mental. Ainsi on pourra traiter la cause et éliminer la pathologie (phase chronique et latente), traiter les symptômes et soulager le patient (crise aiguë), enfin soutenir la constitution pour renforcer l'efficacité du traitement, prévenir l'éventuelle rechute et permettre la prévention.

Le traitement s'intéresse aux niveaux d'existence physique, psychique et même spirituelle. En effet les activités mentales, émotionnelles et physiologiques sont les expressions d'un même principe vital. La vie qui anime tous les hommes

repose sur trois concepts qui sont l'essence « jing », l'énergie « qi » et l'esprit « shen ».

L'arrivée de la médecine chinoise en Europe

L'Europe a découvert la médecine chinoise à partir du 17^e siècle, essentiellement grâce aux missionnaires jésuites qui furent intéressés par la médecine chinoise et forgèrent le terme « acupuncture » à partir du latin. Ce fut RP Hervieu qui publia l'un des premiers traités français à Grenoble en 1671. Au 18^e siècle,

les publications continuèrent avec notamment Valsalva, Kaempfer, Du Halde, Dujardin et Vicq d'Azay.

Au 19^e siècle, les publications abondent, les auteurs les plus notables étant le Dr Berlioz, père du célèbre compositeur, le Chevalier de Sarlandière, Le Dantu, Cloquet et Dabry ex-consul de France en Chine. Les médecins commencent à pratiquer l'acupuncture de

façon empirique du fait de l'absence de supports théoriques traditionnels approfondis. Au 20^e siècle, Georges Soulié de Morant, sinologue, après avoir été consul de France en Chine, introduit les premiers fondements de cette médecine en traduisant les textes anciens et publie ses recherches en 1934 dans *Le précis de la vraie acupuncture chinoise*; c'est à ce moment-là que commence le vrai début de l'acupuncture en France et que cette thérapeutique attire. Depuis, la France n'a cessé de s'intéresser à l'acupuncture chinoise et de manière plus générale, à la médecine traditionnelle chinoise dans l'ensemble de ses techniques et spécialités. On peut citer de manière non exhaustive R. de la Fuÿe, J.E.H. Niboyet, Chamfrault, Nguyen Van Nghi, Borsarello, Laville-Mery, Faubert...

Aujourd'hui les échanges avec la Chine sont devenus de plus en plus nombreux et réguliers, sous forme notamment de stages hospitaliers ou de formations universitaires en Chine, et de stages en France, grâce à la venue de Professeurs chinois; ainsi les praticiens de médecine traditionnelle chinoise ont pu compléter et améliorer leur savoir-faire, non seulement en acupuncture, mais aussi dans toutes les spécialités de la médecine chinoise. ■

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

...Et les branches, c'est-à-dire les symptômes.

LA MTC EN RESUME

La Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) est une technique médicale, une discipline scientifique, qui s'appuie sur des connaissances et des pratiques en constante évolution depuis plus de vingt siècles. Elle a pour objet d'étude la physiologie, la pathologie, le diagnostic, la prévention et le traitement des maladies. Elle utilise notamment l'acupuncture, la moxibustion, la pharmacopée, la diététique, le massage et les mobilisations, et les exercices de santé (Qi Gong). La MTC se veut thérapeutique et préventive, elle a pour but le traitement des maladies et s'intéresse tout autant à la prévention et au bien-être.

Guy Trédaniel Éditeur

Internet : www.editions-tredaniel.com

19, rue Saint Séverin 75005 Paris

Tél : 01.43.36.41.05 – Fax : 01.43.31.07.45



1. Dr Yves Réquena

19 x 21 – 18.30 €

192 Pages

Illustré en couleur



5. Yves Réquena

17 x 23 – 22.60 €

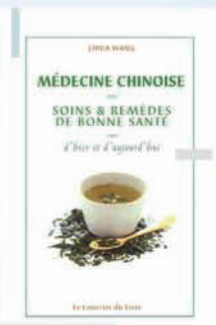
344 Pages



6. Dr Maoshing Ni

15 x 20 – 20 €

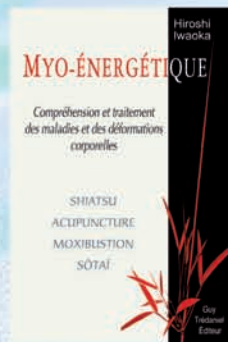
312 Pages



2. Dr Lihua Wang

15 x 23 – 21 €

360 Pages



3. H. Iwaoka

16 x 24 – 22 €

224 Pages



4. M. Meunier

17 x 25 – 28 €

288 Pages

Illustré en couleur

Illustré en couleur



7. Jean Motte

11 x 17 – 32 €

496 Pages



8. Philippe Sionneau

17 x 24 – 23 €

320 Pages



9. Philippe Sionneau

18,5 x 26 – 39 €

604 Pages illustrées



10. Philippe Sionneau

Richard Zagorski

16 x 24 – 22 €

230 Pages

Illustré en couleur



11. L. Too

14 x 17 – 19 €

384 Pages

Illustré en couleur



12. Laurence Dujardin

21 x 23 – 22 €

192 Pages

Illustré en couleur



13. Qu Lei Lei

20 x 26 – 20 €

128 Pages

Illustré en couleur

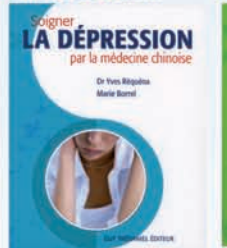


14. Asanaro

19 x 21 – 18 €

210 Pages

Illustré en couleur



15. Dr Yves Réquena

17 x 21 – 16 €

136 Pages

Illustré en couleur

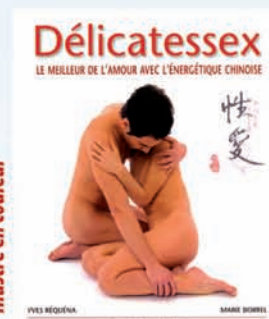


16. Dr Yves Réquena

17 x 21 – 16 €

136 Pages

Illustré en couleur



17. Y. Réquena & M. Borrel

19 x 24 – 20 €

144 Pages



18. L. Jing Ru & J. Ravenet

17 x 24 – 26 €

256 Pages illustrées

Bon de commande à renvoyer à : Guy Trédaniel Éditeur 19 rue Saint Séverin 75005 Paris

- 1. À la découverte du Qi Gong – 18.30€
- 2. Médecine chinoise... – 21€
- 3. Myo-énergétique – 22€
- 4. L'énergétique chinoise appliquée à la... – 28€
- 5. Le guide du bien-être selon la ... – 22.60 €
- 6. 100 secrets pour vivre jusqu'à 100 ans – 20 €
- 7. Vade-mecum et acupuncture... – 32 €
- 8. Manger peut vous sauver la vie – 23 €
- 9. Ces aliments qui nous soignent – 39 €
- 10. La diététique du Tao – 22 €
- 11. 365 astuces Feng Shui – 19 €
- 12. Créez ou aménager votre maison Feng shui – 22 €
- 13. Tai Chi la simplicité d'un art – 20 €
- 14. L'art secret du Seamm Jasani – 18 €
- 15. Soigner la dépression par la médecine chinoise – 16 €
- 16. Soigner la fatigue par la médecine chinoise – 16 €
- 17. Délicatessex – 20 €
- 18. Ba Gua Zhang – 26 €

Montant de la commande :€

Frais de port :

(2 Euros par livre – Franco à partir de 80 Euros)

Votre règlement :

Chèque

Carte bancaire :

– Expiration :/.....

N° :



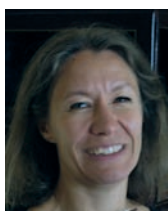
Chrono-acupuncture

A la recherche du temps perdu...

par Catherine Germain

Pour ce numéro spécial, nous avons souhaité nous intéresser à un pan méconnu de l'acupuncture : la chrono-acupuncture, qui agit dans le présent sur les traumatismes du passé, en sollicitant les points d'entrée et d'ouverture des points d'acupuncture à un moment précis de la journée. Explications.

Depuis la nuit des temps, l'homme a tenté d'en arrêter le cours, de stopper l'écoulement permanent qui nous entraîne inéluctablement vers l'échéance ultime et — pourquoi pas — de revenir en arrière... La tentative de retour sur le passé — dans le passé, avec l'objectif éventuel d'en modifier les « séquelles » — reste à jamais (!) une quête mythique bien souvent relatée en littérature ou au cinéma... La tradition chinoise a conçu depuis l'Antiquité une façon toute particulière de retrouver le contexte temporel du passé. L'élaboration si précise de sa conception cyclique du temps nous ramène avec la plus exacte des régularités aux conditions énergétiques qui ont précédé... De là à imaginer que ce retour puisse nous offrir la possibilité d'intervenir sur les faits qui en ont découlé...

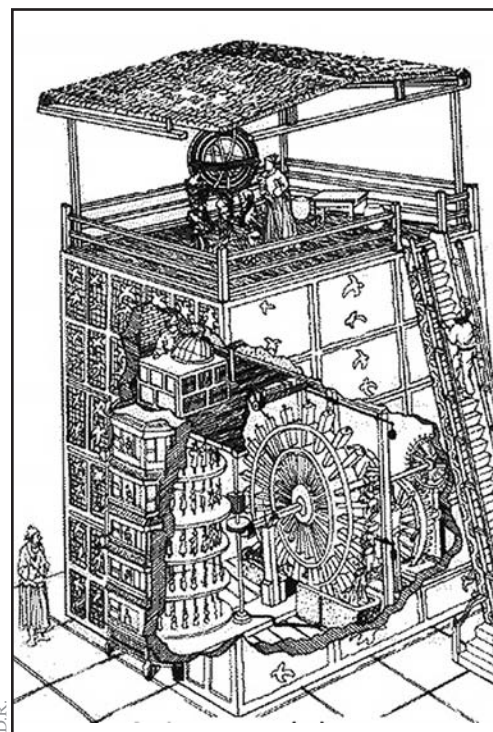


PORTRAIT

Catherine Germain est docteur en médecine vétérinaire, formée en médecine traditionnelle chinoise. Son passage par la Fac de Médecine Paris XIII lui donne l'occasion de prendre part à la fondation d'un organisme professionnel de MTC au sein duquel elle collabore avec le groupe de recherche sur la chrono-acupuncture et participe à l'organisation de 3 stages sur ce thème.

Les points d'ouverture

La théorie traditionnelle chinoise affirme que nous nous trouvons sous une influence énergétique en perpétuel renouvellement. Sur le plan médical, elle suggère que, de deux heures en deux heures, notre corps propose une nouvelle « entrée » particulièrement accessible aux influences cosmotelluriques : un nouveau point d'acupuncture, à la sensibilité optimale se trouve « ouvert » tel une fenêtre aux flux externes et internes. Les points d'ouverture, s'enchaînant selon des règles précises, se retrouvent de cycle en cycle. L'approche se complexifie du fait que les Chinois ont défini plusieurs catégories de « points d'ouverture » selon que l'on choisit de raisonner en termes de méridiens principaux dont les « points d'ouverture » seront les points Shu antiques et les points Source, ou que l'on préfère se référer aux Merveilleux Vaisseaux à la notion plus



Clepsidre à eau de Su Sung. 1090.

ésotérique, au potentiel thérapeutique bien différent et qui possèdent leurs propres « points d'ouverture ». Quatre méthodes ont été élaborées. Deux méthodes utilisent les points Shu antiques : Na zi fa et Na jia fa, réunies sous la dénomination Zi wu liu zhu. Les deux autres utilisent les points des Merveilleux Vaisseaux : Ling gui ba fa et Fei teng ba fa. Dans tous les cas, les calculs se réfèrent obligatoirement à l'heure solaire du lieu. Dans l'application traditionnelle de cette théorie, les médecins chinois proposaient, soit l'utilisation des points ouverts au moment de la consultation, soit l'organisation de consultations aux heures propices selon les pathologies ou le tableau énergétique du patient.

Agir sur le passé

En France, un courant de recherche, mené par un médecin alsacien, le docteur Claude Simmler, a procédé à une étude approfondie de ces différentes méthodes, souhaitant préciser le champ d'action de chacune et leur possibilité d'association. Par ailleurs, il est parti d'un postulat différent de celui — traditionnel — décrit plus haut. Selon le principe qu'au moment exact où survient un événement notre sensibi-





lité énergétique est à son point culminant en un point précis du corps, on peut alors penser qu'en intervenant sur ce point on pourra avoir une influence sur les conséquences dudit événement. Nous parlons ici de tout épisode ayant engendré des modifications psychiques ou physiques dans la vie du patient, a fortiori ceux qui ont entraîné des processus pathologiques: accidents, opérations chirurgicales, mais aussi les stress psychologiques comme les deuils, séparations, considérant comme stress ce qui est exprimé comme tel par le patient qui en reste traumatisé. Poussant plus loin le raisonnement, on peut considérer que l'événement le plus marquant d'une existence reste... la naissance, et on peut parfois décider de puncturer les points d'ouverture correspondants à l'heure de naissance du patient quand la pathologie exprimée y invite. Il arrive même que l'on retrouve une concordance entre les points de naissance et ceux d'un ou de plusieurs traumatismes...

Pratiquant et parfois associant les différentes méthodes citées plus haut, choisies selon les patients, les pathologies exprimées ou leur antériorité, nous obtenons des résultats saisissants. Certains patients vont jusqu'à voir la fin de pathologies chroniques dont ils étaient atteints depuis de nombreuses années. Notre ami alsacien qui a systématisé ses recherches a présenté ses travaux au congrès mondial de MTC qui s'est tenu à Paris en 2005.

En pratique...

En pratique, l'application de la théorie n'est pas toujours simple. La première difficulté est de déterminer, à deux heures près, le moment du traumatisme... Surtout après de nombreuses années. Cependant, à l'occasion de faits particulièrement traumatisants, certains patients feront montre d'une mémoire phénoménale! En ce qui concerne l'heure de naissance, outre les erreurs d'inscription sur le Livret de famille, la méconnaissance de l'heure de naissance est assez fréquente. De plus, il faut veiller à puncturer les points selon un ordre bien précis. Enfin, il est parfois nécessaire, pour « sortir » le malade de sa pathologie, d'associer à la chrono-acupuncture, quelques points thérapeutiques déterminés de manière classique. Parfois, il arrive que cela ne « marche quand même pas ». Que faut-il alors incriminer? Il est souvent complexe d'établir le lien entre la plainte présente et l'événement du passé. Nos critères de sélection ne correspondent pas toujours à la vulnérabilité prioritaire du patient. Il peut aussi s'agir d'une erreur de calcul: utilisation erronée de l'outil de détermination ou instrument non fiable. On retrouve également des erreurs d'horaire. En dehors des indications inexactes fournies par le patient lui-même, nous avons les erreurs en rapport avec la longitude: à Brest et à Stras-

bourg le soleil n'indiquera pas la même heure alors qu'elle sera identique sur la montre. Car c'est bien de l'heure solaire dont il s'agit et il ne faut jamais oublier de traduire l'heure donnée en heure solaire pour procéder aux calculs. Enfin, il ne faut pas omettre les changements entre heure d'été et heure d'hiver qui — de plus — ont varié dans l'histoire. Autant de paramètres dont beaucoup d'outils ne tiennent pas compte! En revanche, lorsqu'aucune irrégularité ne vient troubler l'application à bon escient de la chrono-acupuncture, la puissance réactionnelle de cette méthode exige l'attention prudente d'un professionnel expérimenté: ce procédé faisant bouger le patient en profondeur, le thérapeute doit se tenir prêt à réagir aux manifestations possibles de douleur physique ou morale au décours du traitement.

Nous sommes sous influence énergétique.

Des perspectives vertigineuses

La théorie chinoise traditionnelle du temps donne à l'être humain sa place dans l'espace-temps: ici et maintenant!

La chrono-acupuncture permet de déterminer cette place avec précision et offre au thérapeute la perspective vertigineuse d'une possible interaction avec le processus vibratoire qui anime son patient. Si la méthode peut paraître facile moyennant l'instrument adéquat, sa pratique doit être réservée aux praticiens avertis, bien équipés, conscients d'user de moyens subtils et d'avoir accès à des domaines délicats qu'il faut aborder avec humilité!

A notre époque où tout va si vite et où le monde vit à « court terme » sans paraître se soucier des conséquences de cette course en avant, il est logique que d'aucuns s'intéressent à la chrono-acupuncture, pan jusqu'à peu « oublié » de la médecine chinoise. Et l'on voit depuis quelques années fleurir les propositions de cours, de stages, de logiciels et autres sites sur la question. C'est à qui sera le plus traditionnel ou le plus adapté au monde occidental, le plus abscons ou le plus explicitement compréhensible... Selon les compétences et les intentions! Pour les patients comme pour les praticiens en quête de Connaissance, il est essentiel de savoir à qui l'on s'adresse dans ce domaine aux perspectives métaphysiques et donc propres aux dérives en tous genres. Dans ce paysage, il est cependant des esprits libres mais avisés dont les recherches bien que sérieuses bousculent les idées reçues! ❧

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

ACUPUNCTURE ET MOXIBUSTION

L'acupuncture et la moxibustion font partie des outils thérapeutiques par voie externe de la MTC. Il s'agit de piquer avec une aiguille ou de chauffer avec un *moxa* (variété d'armoise) des points du corps pour rétablir une bonne circulation de l'énergie, du sang ou des liquides organiques. Ces points sont choisis judicieusement grâce aux renseignements recueillis lors des quatre temps de l'examen: l'interrogatoire, l'observation, l'audition et l'olfaction, la palpation. Cet examen permet de poser le diagnostic dialectique, de définir un principe de traitement, le procédé thérapeutique et une association de points à stimuler en rapport avec la cause, le syndrome, la maladie, le malade. Tout l'art et le résultat résident dans la dextérité du praticien qui se doit d'appliquer une stimulation correcte de ces points. Enfin, dans le principe de l'unité de l'Univers et de l'Homme, la notion de cycle et de temps apparaît plus qu'importante, aussi bien pour le diagnostic que pour le traitement: le temps absolu, le cycle quotidien, le cycle mensuel, le cycle annuel (comme les changements de climat au fil des saisons), le temps physiologique, le temps nécessaire à la guérison....

Rodolphe Spiropoulos

Morceaux choisis du *Nei Jing* par Eric Marié dans le *Précis de Médecine Chinoise* (1997, Dangles): « La création de l'Homme vient du Qi de la Terre et du Ciel et obéit à la loi des quatre saisons. »

« Le mouvement naturel du Qi est germination au printemps, croissance en été, récolte en automne et conservation en hiver; l'homme devrait adapter son activité à ce mouvement. »
« A l'aube, le Yuan Qi s'active, à midi il culmine, au crépuscule il faiblit et les pores de la peau se referment. »



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...



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

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-

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.



Médecine manuelle chinoise

Une technique oubliée ?

par Thierry Thomas,
d'après les propos de Sylvain Merveilleux du Vignaux

Lorsque l'on évoque la MTC, des pratiques incontournables viennent immédiatement à l'esprit : acupuncture, pharmacopée, diététique, massages... Mais, la plupart du temps, on oublie de citer une autre technique majeure : la mobilisation ostéo-articulaire. Gros plan sur un praticien qui en a fait sa spécialité.



PORTRAIT

Sylvain Merveilleux du Vignaux est diplômé de l'IMTC (où il a notamment obtenu un DEA de médecine manuelle). Il exerce dans la station thermale d'Allevard-les-Bains, en Isère, où il a façonné sa propre technique en s'appuyant sur les fondements de la MTC. Il suit notamment la clientèle des Thermes d'Allevard dans le protocole spécialement conçu pour drainer les impacts du stress sur la santé.

Cette impasse sur la mobilisation ostéo-articulaire est sans doute liée au fait que peu de praticiens l'utilisent au quotidien, laissant ce champ d'investigation aux seuls ostéopathes et chiropracteurs. Sylvain Merveilleux du Vignaux a fait de cette médecine manuelle une spécialité. Il reconnaît que les deux pratiques sont complémentaires. Lorsque l'on évoque avec lui le parallèle entre médecine manuelle chinoise et ostéopathie, il explique avec passion que les techniques chinoises sont bien plus anciennes. Elles ont un objectif commun : traiter la douleur. Et la comparaison peut s'arrêter là car les protocoles de soins divergent rapidement. Pour comprendre le travail du thérapeute, il faut revenir à la définition de la douleur en MTC : « Lorsque le Qi, le sang ou les liquides organiques se bloquent, la douleur apparaît. Toute ma démarche consiste alors à les remettre en circulation. Voilà pourquoi, en MTC, on ne manipule jamais à froid. On effectue, avant toute mobilisation, une séance d'acupuncture, qui agit sur les points des méridiens, puis on pratique un massage profond sur les méridiens tendino-musculaires. Après ce travail, il est possible de traiter les zones de blocages. » Mais il faut faire attention. Il n'y a pas de règles et de protocoles immuables. Massages et manipulations pourront être plus ou moins profonds. Tout dépendra de l'état général du patient et de son bilan énergétique.

Dis-moi où tu as mal...

D'après la philosophie propre à la MTC, l'Homme ne peut exister si et seulement s'il se situe entre le Ciel et la Terre. Partant de ce principe, les Chinois ont divisé le corps humain en trois niveaux : les réchauffeurs. Pour ne pas



Crédit photo : Sylvain Merveilleux du Vignaux

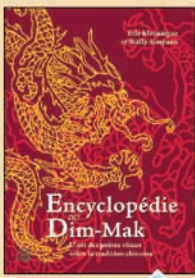
se compliquer la tâche, ils les ont nommés : supérieur, moyen et inférieur. Ces trois strates correspondent symboliquement au Ciel, à l'Homme et à la Terre. Très concrètement, Sylvain traduit et décompose cette approche de manière très simple : « La tête, c'est le Ciel, la colonne vertébrale représente l'Homme et en deçà de l'articulation sacro-iliaque, on rejoint la Terre. Un point très important car la colonne vertébrale est posée sur le trépied iliaque – sacrum – iliaque. » A l'aide de cette grille de lecture et d'un diagnostic plus traditionnel (langue, pouls, questionnaire...), il décrypte mieux les raisons profondes et réelles de nombreuses douleurs. « Toutes les émotions, quelles viennent du Ciel ou de la Terre atteignent l'Homme. Elles ont un impact privilégié sur une zone du dos en fonction de leur origine. » Concrètement, les douleurs qui touchent les lombaires sont provoquées par les émotions de la Terre (besoins matériels primaires et peurs). Les tiraillements dans la zone dorsale relèvent plus de l'affectif et sont symptomatiques. Lorsque l'on atteint les cervicales, nous touchons au « jardin secret ». C'est le Ciel pur. La douleur à ce niveau est souvent le reflet d'un désaccord entre son mode de vie et ses convictions profondes.

On ne manipule jamais à froid.

Remettre en phase le Ciel, l'Homme et la Terre

Aujourd'hui, toute la pratique de Sylvain découle de ces différents constats : « Pour être en bonne santé ostéo-articulaire il faut que la circulation d'énergie entre les trois réchauffeurs (supérieur, moyen et inférieur) se fasse sans entraves. Dans ce but, à chacune de mes consultations, je m'attache particulièrement à réaligner l'articulation atlas-occiput ; la charnière C7-D1 (7e cervicale, 1ère dorsale) et l'articulation sacrum et iliaque. ». A force de pratique, d'observations, d'expériences et de réflexions, Sylvain s'est ainsi façonné un savoir-faire hybride, entre tradition et pragmatisme. ■

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



1

Encyclopédie sur les points vitaux selon la tradition chinoise. Détails de tous les points d'acupuncture et des réactions. Un best seller ! 592 pages, 22 x 31 cm., couverture cartonnée. **59,50 €**



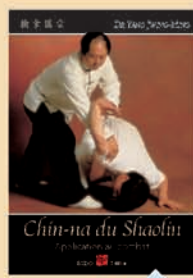
2

Secret : L'étude authentique des expérimentations de l'armée nipponne sur les points qui tuent avec les archives secrètes des 32 écoles traditionnelles. 368 p., 22 x 31, édition luxe relié toile. **43,50 €**



3

Second volume de Henry Plée sur les points vitaux : les "points qui rendent la vie". Kuatsu (réanimation), Seifuku (repositionnement des os). Inédit. 664 p., 22x31, édition luxe relié toile. **59,50 €**



4

Chin-Na du Shaolin, applications au combat, un livre pour tous les artistes martiaux désireux d'approfondir l'art du contrôle articulaire. 432 p., 1500 illustrations. **38,50 €**



5

Efficace : Une self-défense chinoise redoutable à la base de l'aikido et du ju-jutsu japonais. Livre de base. Un best seller. 623 photos, 224 p. **28,95 €**



6

Le travail énergétique des moines de Shaolin. Les secrets de la puissance par le chi-kung externe. Une sorte de qigong de combat. 338 p. 17x24. **34,50 €**



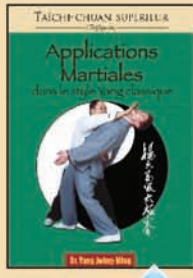
7

Le plus complet des livres sur le qigong. Histoire, liens avec la science, exercices... Prix littéraire Bushido 1997. 352 pages, 17 x 24 cm. **32,50 €**



8

Pour aller plus loin dans la pratique du taichi-chuan. Trois exercices pour développer le chi. Utile à tous les styles de taichi. 208 photos, 192 pages, format 17 x 24. **32,50 €**



9

Applications martiales de la forme complète du taichi Yang. Un livre qui place définitivement le taichi dans les arts martiaux. 354 pages. 17 x 24. **34,50 €**



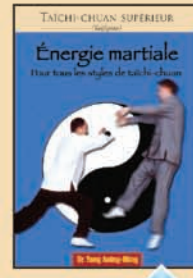
10

Complet. Outil idéal apprendre ou se perfectionner dans le taichi-chuan du style Yang. Histoire, positions, qigong, forme complète. 338 pages. 17 x 24. **34,50 €**



11

L'épée du taichi dans le style Yang classique. Apprendre à projeter l'énergie dans l'arme. Théorie et pratique. 224 p., 17 x 24 cm. **32,50 €**



12

Le chi est l'énergie vitale, le jing est l'expression de cette énergie dans le mouvement. Un ouvrage clair qui présente les exercices pour développer ces deux aspects fondamentaux. 256 pages, format 17 x 24. **32,50 €**



13

Un ouvrage tout en photos couleurs, luxueux, en couverture toile rigide. Un superbe cadeau pour les amateurs d'arts martiaux traditionnels japonais. 288 p., 26 x 30, **45 €**



14

Une méthode de chi-kung destinée à régler les problèmes de dos. Un livre pour tous, sédentaires comme sportifs, jeunes comme vieux. 288 pages, 17 x 24. **29,00 €**



15

Le plus complet des livres sur le qigong. Histoire, liens avec la science, exercices... Prix littéraire Bushido 1997. 352 pages, 17 x 24 cm. **34,50 €**



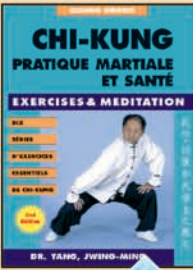
16

Le qigong de Bodhidharma (Da Mo): Transformation des muscles et tendons /nettoyage de la moelle et du cerveau. Traduc. des textes chinois. 352 pages, format 17 x 24. **36,50 €**



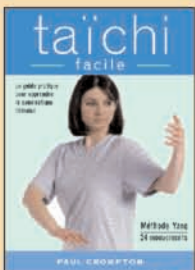
17

Un livre simple mais complet destinés à ceux qui veulent s'initier au chi-kung. Exercices traditionnels des 8 Pièces de Brocart visant la santé. 120 pages, 68 photos, 15 x 22. **11,95 €**



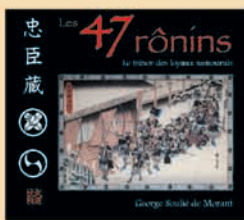
18

Livre destiné tant aux pratiquants d'arts martiaux qu'à ceux qui cherchent à améliorer leur santé. Un bon premier livre. 192 pages, format 17 x 24. **19,50 €**



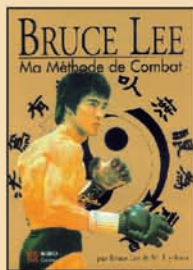
19

Excellent ouvrage pour débuter le taichi-chuan. Forme Yang la plus connue : les 24 et 48 mouvements simplifiés de la méthode de Pékin. Par un doyen du taichi britannique : Paul Crompton. 96 p. en couleur, 17 x 25. **14,95 €**



20

Fait réel romancé d'une des plus fameuses représentations de la loyauté des samouraïs japonais. Présentation par O. Gaurin sur le thème de la loyauté et du sacrifice. Livre cartonné 192 p. en couleur, 20 x 22. **25 €**



21

Méthode de combat écrite et présentée par Bruce Lee. Pour devenir un combattant d'exception et tout connaître sur sa méthode, le Jeet Kune Do. 596 p., 982 photos, 17 x 24. **37,95 €**



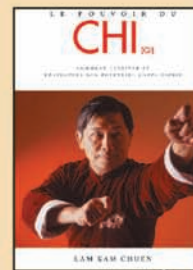
22

Tous les écrits traditionnels des grands maîtres et des fondateurs du taichi de l'école Yang. Un trésor de connaissance, une mine d'informations essentielles. 224 pages, format 17 x 24. **25 €**



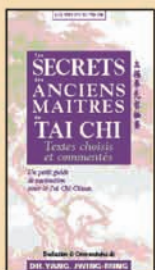
23

Autre école importante de taichi, l'école Wu est connu pour son travail au mains-collantes. Un trésor de connaissance, une mine d'informations essentielles. 128 pages, format 17 x 24. **25 €**



24

Le pouvoir du chi (Qi). Comment développer l'énergie interne martiale et améliorer sa santé par les exercices de Da Cheng Quan. Livre en couleur, 160 p. 17x25 cm. **22,50 €**



Par le Dr Yang, recueil des textes classiques des maîtres des temps jadis. Textes chinois et leur traduction accompagnés de commentaires explicatifs. 144 p. 10,5 x 19, **10,95 €**

Bon de commande à retourner à : BUDO Éditions, 77123 Noisy-sur-École.

tous nos livres et dvd sur www.budo.fr

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ENCYCLOPEDIE DIM-MAK - 69,50€ | <input type="checkbox"/> 11. L'ÉPÉE DU TAICHI - 32,50€ | <input type="checkbox"/> 21. BRUCE LEE ma méthode de combat - 37,95€ |
| <input type="checkbox"/> 2. POINTS VITAUX - 43,50€ | <input type="checkbox"/> 12. SECRETS STYLE YANG DE TTC - 25€ | <input type="checkbox"/> 22. SECRETS DU STYLE YANG - 25€ |
| <input type="checkbox"/> 3. POINTS DE VIE - 59,50€ | <input type="checkbox"/> 13. LES ARTS MARTIAUX - 45€ | <input type="checkbox"/> 23. SECRETS DU STYLE WU - 25€ |
| <input type="checkbox"/> 4. CHIN-NA APPLICATION COMBAT - 38,50€ | <input type="checkbox"/> 14. GUÉRIR LE MAL DE DOS - 29€ | <input type="checkbox"/> 24. LE POUVOIR DU CHI - 22,50€ |
| <input type="checkbox"/> 5. CHIN-NA ANALYSE - 28,95€ | <input type="checkbox"/> 15. RACINES DU CHI-KUNG - 34,50€ | <input type="checkbox"/> 25. SECRETS DES ANCIENS MAITRES - 10,95€ |
| <input type="checkbox"/> 6. KUNG FU SHAOLIN - 34,50€ | <input type="checkbox"/> 16. CHI-KUNG DE DA MO - 36,50€ | |
| <input type="checkbox"/> 7. CHIN-NA DU TAICHI - 32,50€ | <input type="checkbox"/> 17. 8 EXERCICES SIMPLES DE SANTÉ - 11,95€ | |
| <input type="checkbox"/> 8. CHI-KUNG DU TAICHI - 32,50€ | <input type="checkbox"/> 18. CHI-KUNG PRATIQUE MARTIALE - 19,50€ | |
| <input type="checkbox"/> 9. APPLICATIONS MARTIALES - 34,50€ | <input type="checkbox"/> 19. TAICHI FACILE - 14,95€ | |
| <input type="checkbox"/> 10. TAICHI STYLE YANG-34,50€ | <input type="checkbox"/> 20. LES 47 RONINS - 25€ | |

Commande téléphonique par **CARTE BANCAIRE**
01 6424 7038

Calcul et report

Nombre d'ouvrages :

Montant de la commande :€

Participation frais de port : ...3,00...€

Votre règlement :€

chèque - mandat (4308606H La Source)

Carte bancaire : expiration - / - / -

n°

Indiquez votre adresse sur papier libre



Tui Na *An Mo*

L'art des techniques manuelles chinoises

par Gérard Roger



crédit photo : Gérard Roger

10 questions essentielles pour tout savoir sur le Tui Na An Mo, l'art des techniques manuelles chinoises, l'une des cinq branches principales de la MTC.

1. Que signifie Tui Na An Mo ?

Tui Na An Mo désigne les techniques manuelles utilisées en Médecine Traditionnelle Chinoise. An Mo désigne les techniques de massage et Tui Na, les mobilisations. Mais en pratique, les deux parties sont utilisées conjointement. Tui Na est le terme couramment employé. Chaque caractère désigne une méthode précise: Tui: pousser / Na: saisir, malaxer / An: pression / Mo: frottement. Chaque terme (pousser, saisir, pression et frottement) englobe toute une série de mouvements. D'autres techniques ne sont pas incluses dans la dénomination, comme les étirements, les rotations, les différentes frappes avec la main ou le poing. Ces techniques s'associent souvent entre elles.

2. Comment la technique se transmet-elle ?

C'est l'enseignant qui peut transmettre le bon mouvement, la bonne pression, et le dosage de la vibration. Regarder ne suffit pas, il faut aussi apprendre par l'échange entre le masseur et le massé, chacun donnant à l'autre sa perception et son ressenti. Les élèves ont par exemple souvent peur de « faire mal ». Leur technique reste alors tout en surface. Or le Tui Na nécessite une action en profondeur. On parle souvent de médecine douce, or certaines pressions sur des points douloureux, appelés A Shi, sont très sensibles. En Chine, on va jusqu'à considérer que si le patient n'a pas mal, le praticien est dit inefficace. Même en acupuncture, certains points sont très douloureux, mais la maîtrise de la poncture atténue la douleur. En France, les techniques sont adoucies pour s'adapter aux « Occidentaux ». Au-delà de ces considérations, ce qui est important reste le résultat et les bienfaits dont peut en retirer la personne.

3. Depuis quand existe cette technique ?

On pourrait penser que c'est une nouvelle

discipline apparue en cette période où les pratiques de bien-être prennent un nouvel essor, mais le Tui Na est plus vulgairement connu sous le nom de massage chinois qui donne un aspect restrictif de ses applications. En Chine, des techniques de massage sont citées dans le *Nei Jing* (qui date de 2800 avant J.C). Actuellement, dans les hôpitaux chinois, il existe des services spécialisés en Tui Na. La discipline fait partie de la panoplie d'outils que comporte la MTC, comme l'acupuncture, la pharmacopée, la moxibustion, les ventouses, et le Qi Gong. Chaque outil apporte sa spécificité et il est complémentaire des autres. Le praticien pourra choisir à sa convenance et selon l'effet désiré l'outil adéquat.

4. Quelle est la spécificité du Tui Na par rapport aux autres techniques de massage ou de thérapie manuelle ?

Certaines techniques de massage ou de mobilisation se retrouvent dans d'autres disciplines, mais le Tui Na fait partie du vaste champ de la médecine chinoise. Le praticien va ainsi utiliser un diagnostic différentiel, avec la prise du pouls, le diagnostic de la langue pour cerner le déséquilibre énergétique, etc. Et le Tui Na sera adapté en fonction de la personne et du déséquilibre trouvé. Chaque séance sera unique et ne suivra pas toujours le même protocole, pour une plus grande efficacité et le meilleur résultat possible. Mais la pratique du Tui Na ne se coupe pas du savoir de la médecine occidentale. Il m'arrive en tant que praticien de conseiller à la personne de consulter un médecin, un kinésithérapeute, un ostéopathe, un cardiologue...

5. Quel est le but du Tui Na An Mo ?

Le but du Tui Na est de permettre la libre circulation des énergies du corps humain. Tout arrêt entraîne un dysfonctionnement car la vie est mouvement. Un exemple simple: une jambe dans un plâtre provoque une immobilité



PORTRAIT

Gérard Roger est praticien de MTC à Toulouse depuis 2006. Spécialisé dans le Tui Na avec l'association du Qi Gong. En 2000, il est formé à l'académie de MTC du Professeur Wang De-Feng (Médecin diplômé d'Etat, Professeur de l'Université de MTC de Pékin.)

Il enseigne le Tui Na à l'académie Wang de MTC et dans des stages de formation d'infirmières. Il pratique le Daoyin Fa, avec Richard Roger, praticien de MTC à Bergerac.



sation des muscles qui à la longue s'atrophient et qu'on devra par la suite tonifier. Le Tui Na aura une action sur les os, les muscles, la circulation veineuse, les tendons et plus particulièrement sur les points d'acupuncture et les trajets des méridiens, mais aussi sur la respiration. L'énergie est comme un courant, s'il n'y a pas d'obstacle, la circulation est fluide. Si survient un rocher dans la course de l'eau, celle-ci le contourne, crée des tourbillons. Le mouvement de l'eau n'est plus alors rectiligne. Il en est de même dans le corps humain et dans les méridiens. Tout déplacement de vertèbres, de l'axe d'un os, la contraction d'un muscle, le gonflement trop important d'un muscle, un œdème, toute perturbation de l'intégrité du corps humain engendre un déséquilibre énergétique. Le Tui Na a pour but d'enlever ces blocages, de relancer l'énergie, et de ramener les substances nutritives par l'intermédiaire du sang et du Qi. Les articulations deviennent ainsi plus mobiles, la peau est plus souple et mieux nourrie, les tissus se régénèrent, les défenses de l'organisme se renforcent, certaines douleurs sont atténuées, voire éliminées. Le Tui Na An Mo entretient la vie.

6. Peut-on utiliser le Tui Na An Mo pour tout déséquilibre ?

Non, dans certains cas, l'acupuncture ou la pharmacopée s'avèrent indispensables. La panoplie des déséquilibres sur lesquels on peut intervenir reste malgré tout assez longue, et parfois donne de meilleurs résultats que les autres disciplines.

7. Peut-on utiliser le Tui Na sur tout le monde ?

Non, car il y a des règles à respecter. En fonction de certaines pathologies de peau, de cancer ganglionnaire, chez les dames enceintes, certains points et certaines zones seront gérées différemment. Chez les enfants également, le massage est très spécifique. De même chez les personnes d'un certain âge présentant des fragilités osseuses, les techniques devront être adaptées. Les prothèses et les vis limiteront certaines techniques.

8. Quels sont les effets ?

Une sensation de bien-être pendant ou peu après la séance. C'est différent selon chacun. Certaines personnes se sentent légères, détendues, leurs douleurs ont disparu. Les effets du Tui Na agissent parfois trois à cinq jours plus tard. On peut se sentir fatigué le jour suivant ou même en soirée, comme après une séance d'ostéopathie. Certains symptômes peuvent disparaître et de nouveaux apparaître. Ce n'est pas dans ce cas une erreur de diagnostic, mais à mettre en relation avec la notion d'équilibre



crédit photo: D. R.

énergétique du yin-yang. Si cet équilibre n'est pas respecté, et que le Yin par exemple est trop faible, la maladie apparaît. Le Tui Na permet de remonter ce déficit, mais si celui-ci est trop important, il faudra attendre une à deux séances pour atteindre le stade où la personne se sentira vraiment bien.

En Chine, des techniques de massage sont citées dans le *Nei Jing* qui date de 2800 avant J.C.

9. Quelle est la fréquence des séances ?

Tout dépend de l'état de fatigue de la personne et de l'ancienneté du problème. Des séances rapprochées sont parfois nécessaires, tous les deux à trois jours pendant une semaine. Parfois tous les quinze jours, ou une fois par mois pour atteindre un état stable.

10. Qui peut pratiquer le Tui Na ?

Je dirais tout le monde. La pratique demande d'abord de bien se connaître. Il faut aussi savoir se ressourcer (Qi Gong, Yoga, etc.).

En conclusion, c'est un outil merveilleux pour soulager la douleur et conduire au bien-être. C'est une discipline qui peut se pratiquer en famille, pour ôter le stress. Elle permet de vivre davantage en harmonie, et donc de vivre en meilleure santé. ☺

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

**Pousser,
saisir, presser,
frotter.**



La diététique *chinoise*

Un aliment et un remède pour le corps

par Josette Chapellet

La diététique chinoise est une diététique universelle ancrée dans la tradition et le bon sens. Mélange de saveurs, de couleurs, d'odeurs, de textures... On mange et on se soigne. Alors, mettez-vous à table, et bonne lecture.



crédit photo: D. R.

à avoir des difficultés pour digérer, j'ai senti que ce repas avait opéré comme un nettoyage à l'intérieur, je me suis senti nettement mieux ».

« Je souffrais depuis des mois de brûlures d'estomac, et lors d'un voyage en Chine, malgré une nourriture plutôt épicée, au bout de deux jours, mes brûlures d'estomac avaient complètement disparu ».

Des anecdotes comme celles-ci, on pourrait en citer des milliers, illustrant la façon dont la nourriture chinoise, ancrée dans une longue tradition, peut constituer autant un aliment qu'un remède pour le corps. Transmises de mère en fille, les recettes de santé permettent aux femmes chinoises de soigner leur entourage avec des soupes, des bouillies de céréales ou même de bons petits plats. Mais faut-il pour autant manger chinois pour être en bonne santé? Certes non, mais il est intéressant de comprendre les principes sur lesquels se base la diététique chinoise, pour ensuite pouvoir l'adapter à notre alimentation. Ainsi on s'apercevra que ces principes sont universels, et qu'un grog bien de chez nous peut avoir les mêmes vertus thérapeutiques qu'une soupe pékinoise...

« L'autre jour, il faisait très froid et humide, en rentrant chez moi le soir je ne me sentais pas bien, j'éternuais et mon nez commençait à couler, je me sentais fébrile et toute courbatue... Ma voisine chinoise m'a vue dans cet état et m'a confectionné une soupe très épicée... Après avoir bien transpiré pendant la nuit, je me suis réveillée le lendemain en pleine forme ».

« Etant commercial, j'enchaîne parfois les repas au restaurant. Il y a quelques jours, je me sentais nauséux, avec une sensation d'oppression au niveau de l'estomac. Devant cependant inviter des clients, j'ai opté pour un restaurant chinois. J'ai commandé une simple soupe de raviolis et un plat de bœuf aux cinq saveurs avec du riz blanc... Et alors que je m'attendais

Les repas de l'empereur

La diététique chinoise fait partie de la médecine traditionnelle chinoise, dont elle est une branche thérapeutique. Pendant la dynastie Zhou (XIe s – 770 av. JC), les médecins diététiciens étaient les plus considérés des médecins de la cour, ils planifiaient les repas de l'empereur chaque jour, selon les saisons, et avaient pour charge la conservation de sa santé et le traitement des déséquilibres par l'alimentation. Au cours des siècles, de nombreuses recettes traditionnelles de santé ont été collectées et compilées par les médecins, donnant naissance à de nombreux ouvrages sur le sujet.



Les principes de la diététique chinoise

Loin des concepts modernes de glucides, lipides, protéines et autres oméga-3 ou 6, la diététique traditionnelle chinoise analyse les aliments selon un certain nombre de paramètres, en relation avec le Yin-Yang, les 5 Mouvements, le système des méridiens et des organes. Chacun des aliments est pris en considération selon sa forme, sa nature, sa saveur et son tropisme particulier.

La nature des aliments

Basée sur la théorie du Yin Yang, la nature d'un aliment représente l'effet de froid ou de chaleur qu'il génère dans notre corps lorsque nous l'assimilons. Ainsi un piment, du gingembre ou de l'alcool, nous réchauffent, tandis que la menthe, les bananes, le soja ou les algues nous refroidissent. Selon le degré de froid ou de chaleur engendré, on distingue les aliments de nature froide, fraîche, tiède ou chaude. Quant aux aliments qui n'ont aucun effet thermique dans le corps, ils sont qualifiés de neutres. La nature des aliments permet d'harmoniser le corps aux conditions climatiques, ou de rééquilibrer des désordres internes dus au froid ou à la chaleur. Ainsi en hiver un vin chaud aux épices est bienvenu les jours de grand froid à la montagne, alors qu'un thé à la menthe est nettement plus adapté à la chaleur de l'été ou des pays du sud. A une personne très frileuse, on conseillera d'éviter les aliments de nature froide ou fraîche et de favoriser les aliments de nature neutre et tiède, voire chaude, alors que les recommandations seront à l'inverse pour une personne ayant toujours trop chaud, avec un teint bien rouge. Mais rassurez-vous, cela ne veut pas dire pour autant que selon votre déséquilibre certains de vos aliments préférés sont interdits... Il suffit souvent de les adapter: par exemple une banane est de nature froide, mais saupoudrée de can-

crédit photo: Josette Chapellet • avec l'aimable autorisation du photographe Jean-Marie Giraume



nelle (de nature chaude) et cuite au four, sa nature sera alors équilibrée.

Repas dans un restaurant diététique de Hangzhou.

Un réseau d'interdépendances

En relation avec les 5 Mouvements (Bois, Feu, Terre, Métal et Eau), les aliments sont classifiés selon leur couleur, leur consistance, leur odeur, et surtout leur saveur. On distingue cinq saveurs fondamentales: l'acide, l'amer, le doux, le piquant et le salé. A chaque mouvement est associée une saveur, mais aussi un organe, et chacune de ces saveurs, consommée en quantité modérée, va renforcer l'organe correspondant. Mais attention, en excès elle peut au contraire lui nuire. Ainsi, par exemple, une quantité modérée de saveur acide renforce l'énergie du foie, mais consommer trop d'aliments de saveur acide blesse le foie et ses correspondances, et peut ainsi favoriser une tendance aux crampes et aux tendinites, voire une propension à se mettre facilement en colère! (voir tableau page suivante)

A chaque saveur son effet!

Chaque saveur possède une action spécifique dans le corps: l'acide a un effet astringent; l'amer purge, draine la chaleur et a un effet

Manger moins lorsqu'on est fatigué.

QUELQUES CONSEILS DE BON SENS

- Boire avant le repas éteint le feu digestif, dilue les sucs gastriques et rend la digestion inopérante.
- Manger trop d'aliments froids et de crudités surmène l'estomac et consume le feu digestif, pouvant provoquer à la longue fatigue, frilosité et prise de poids.
- Terminer le repas par une glace coupe la digestion et demande un gros effort énergétique pour ramener ensuite le contenu de l'estomac à une température efficiente, alors qu'une boisson chaude à la fin d'un repas est favorable à une bonne digestion.
- Bien mastiquer les aliments et les réchauffer en bouche permet de faciliter le travail de l'estomac et d'économiser le feu digestif.
- Manger moins lorsqu'on est fatigué (s'il y a peu d'énergie disponible pour le corps, il n'y en pas non plus pour digérer).
- Après le repas, un massage léger sur l'estomac pour le réchauffer favorise la digestion.



TABLEAU DE CORRESPONDANCES

MOUVEMENT	BOIS	FEU	TERRE	MÉTAL	EAU
ORGANE	Foie	Cœur	Rate	Poumons	Reins
VISCERE	Vésicule Biliaire	Intestin Grêle	Estomac	Gros Intestin	Vessie
TISSUS	Tendons	Vaisseaux	Chair	Peau	Os
EMOTION	Colère	Joie	Pensée	Tristesse	Peur
COULEUR	Vert / bleu	Rouge	Jaune	Blanc	Noir
CONSISTANCE	Dur	Fibreux	Charnu	Croquant	Mou
ODEUR	Rance	Grillé	Parfumé	Acre	Putride
SAVEUR	Acide	Amer	Doux	Piquant	Salé



PORTRAIT

Josette Chapellet a écrit avec Philippe Sionneau « Ces Aliments qui nous soignent (la Diététique Chinoise au service de votre santé) », aux éditions Trédaniel. Praticienne en Médecine traditionnelle chinoise, elle est chargée de cours à l'Université de Nice-Sophia Antipolis. Elle donne à Nice des cours de diétothérapie chinoise, d'acupuncture et de massage tuina, et organise des ateliers pratiques de MTC.

asséchant ; le doux est tonifiant et nourrissant, il relâche les tensions et harmonise ; le piquant active la circulation de l'énergie et du sang, assèche ; quant au salé, il ramollit et purge. L'effet produit par un aliment peut se manifester dans l'ensemble de l'organisme, ou vers un méridien ou un organe particulier : c'est ce que l'on appelle le tropisme de l'aliment. Ainsi on dit du riz et de la caille, de nature neutre et de saveur douce, qu'ils tonifient l'énergie des 5 organes, c'est-à-dire de l'ensemble du corps. La poire, de nature fraîche et saveur douce / acide, a une action particulière au niveau du Poumon et de l'Estomac, qu'elle va humidifier et rafraîchir dès que la chaleur les assèche, ces deux organes y étant particulièrement sensibles. Si c'est le Gros Intestin que la chaleur atteint, provoquant une constipation avec des selles sèches, l'aubergine (de nature froide et de saveur douce), sera plus indiquée. La crevette, de nature tiède et de saveur douce et salée, sera excellente pour réchauffer le Yang des Reins.

La diététique du bon sens

Si ces données vous semblent trop techniques, sachez que la diététique chinoise, c'est aussi et avant tout une diététique du bon sens. Ainsi la médecine chinoise considère que l'estomac doit effectuer une maturation et une décomposition des aliments et des boissons qu'il reçoit, afin de favoriser leur transformation en énergie, en sang et en fluides pour le corps. Or, cette maturation ne peut se faire que si les aliments sont amenés à une certaine température, légèrement au-dessus des 37° de la tempé-

rature du corps, et si le feu digestif activant l'estomac est suffisant (voir l'encadré, page précédente, pour les quelques conseils de bon sens). En plus de la régularité des repas, la sagesse chinoise conseille de « manger bien le matin, manger un peu plus à midi, et manger peu le soir ». Une des grandes erreurs actuellement est de manger tard le soir. Au moment

où l'énergie des organes doit se mettre au repos, nous demandons à l'estomac de commencer un cycle d'activité. Souvent un sommeil perturbé pourra rentrer dans l'ordre simplement en allégeant le repas du soir et en le prenant plus tôt. La diététique traditionnelle chinoise porte également une attention particulière à la vitalité des aliments. Notre propre vitalité se nourrit de celle des aliments

que nous consommons : des aliments de saison, cueillis de préférence très peu de temps avant d'être consommés, auront un effet plus favorable sur notre énergie que des aliments industriels traités chimiquement, emballés sous plastique, et cuits au micro-ondes !

Basée sur une tradition millénaire, la diététique traditionnelle chinoise est donc surtout une diététique de bon sens, dont les principes universels peuvent s'adapter sans difficulté à la cuisine occidentale. Notre alimentation peut nous déséquilibrer ou nous guérir, le tout est de comprendre comment et pourquoi. La diététique chinoise nous donne des clés importantes pour cette compréhension, tout en privilégiant le fait d'allier plaisir de manger et bonne santé. ■

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

Manger bien le matin, un peu plus à midi et peu le soir.






**L'Institut Chuzhen
de médecine chinoise**
c'est
15 années d'expérience
*des formations,
des éditions,
& la revue trimestrielle*
Journal de médecine traditionnelle chinoise

**10, bd de Bonne Nouvelle • 75010 • Paris • France |
contact | 01 48 00 94 18 | infos@chuzhen.com |
| stages & formations hors cursus |
| stages de diététique | cours de calligraphie |
| éditions |
| www.chuzhen.com |**

plein temps | séminaires | week-end | stages en Chine
**acupuncture
pharmacopée
massage
qigong
tuina ■ ■ ■ ■**

Institut Européen de Qi Gong
Dirigé par Yves Réquena

Vous désirez gagner en équilibre et bien-être ?

UNIVERSITE LIBRE DU QI

- Compétence en Qi Gong > 1 an, Praticien de Qi Gong > 2 ans, Professeur de Qi Gong > 3 ans
- Autres formations : Compétence en massages traditionnels asiatiques > 2 ans, Psychologie énergétique, Qi Gong anti-âge, Wùo Tai

SÉMINAIRES EXCEPTIONNELS ETE 2008

Inscrivez-vous dès maintenant !

- Yi Jing et Feng Shui avec Cyrille Javary et Kimli Fong-Yan du 29 juillet au 2 août
- Diététique Chinoise avec Pierre Svetoslavsky du 29 au 31 juillet
- Qi Gong et Tai Ji : Les Mouvements du Bonheur et Les 5 Animaux avec Yves Réquena ; Le Tai Ji des 24 Mouvements avec Wei Na...

Renseignement et inscriptions :
INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG
www.ieqg.com / info@ieqg.com / Tél. : 04.42.50.28.14

Qi Gong
THÉRAPEUTIQUE



Pour la 1^{ère} fois en France
Maître Zhang Wen Chun
docteur en MTC,
professeur à l'université de Jiangxi,
disciple de Maître Pang He Ming
fondateur du Zhi Neng Qi Gong

nous enseignes
le **Zhi Neng Qi Gong**
ou **Qi Gong de la sagesse**
1^{ère} méthode Peng Qi Guan Ding Fa,
2^{ème} méthode Xing Shen Zhuang

**du 26 juillet au 1^{er} août
à Montpellier**

tél. 06 12 92 12 92
site : www.edentao.fr



Trouver *un praticien ?*

Pas si facile...

par Fabrice Laplatte

Vous avez entendu parler de la Médecine Traditionnelle Chinoise et vous êtes curieux d'essayer. La première épreuve est de trouver le praticien en MTC. En effet, ce n'est pas une mince affaire!

C'est souvent par relation que l'on trouve un bon thérapeute. Le bouche à oreille est une bonne référence: « J'en suis très satisfait, je vous le recommande ». « Vous ne connaissez personne? - Pas de problème nous allons regarder dans l'annuaire ». Praticien de Médecine Traditionnelle Chinoise... Aucune rubrique à ce nom. Peut-être à Médecin? Médecine Générale Orientation Acupuncture... Est-ce la même chose que Médecine Traditionnelle Chinoise? Non, bien sûr! Mais ces thérapeutes font-ils de la Médecine Traditionnelle Chinoise? C'est possible... mais pas forcément. On est bien avancé! Savez-vous qu'il existe une rubrique « soins hors d'un cadre réglementé »? Dommage, car le praticien de MTC peut-être présent dans cette rubrique parmi les rebouteux, ostéopathes, magnétiseurs et les hypnotiseurs. Mais comme personne ne connaît cette rubrique, peu de thérapeutes s'y inscrivent et, de plus, leur spécialité ne figure pas toujours sous leur nom.

Consulter les Fédérations, un bon moyen pour s'informer

Vous n'êtes pas satisfait par l'annuaire? Vous avez alors la possibilité de vous adresser aux Fédérations qui réunissent les praticiens de MTC, il en existe plusieurs. Vous pouvez par exemple écrire sur votre système de recherche Internet « ufpmtc.com » qui est le site de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise et vous aurez là une liste de praticiens de MTC classés par ordre alphabétique et par département. Vous n'avez pas Internet? Il vous reste le « 118 pouet pouet » et vous demandez le numéro de téléphone de la Fédération que vous avez choisie. Si vous appelez l'U.F.P.M.T.C. vous tomberez sur une charmante secrétaire qui vous rapprochera du thérapeute le plus près de chez vous.

La visite chez le praticien

Bon...! Admettons...! Vous trouvez une adresse. La visite chez le praticien en Médecine

Traditionnelle Chinoise peut soulever quelques questions. *Comment dites-vous? Vous avez pris rendez-vous chez l'acupuncteur? Est-ce que l'acupuncteur fait bien de la Médecine Traditionnelle Chinoise?* Et bien, pas forcément. L'acupuncture est un outil de la MTC parmi les autres disciplines que sont la philosophie, la diététique, le Tui Na (un travail manuel sur les trajets énergétiques), l'utilisation des plantes et le Qi Gong (mouvements ou postures à objectif thérapeutique). Toutes ces techniques ont pour but de faire circuler le Qi et le Sang dans l'organisme, de supprimer la douleur et de retrouver la santé. *Comment allez-vous savoir si votre thérapeute fait bien de la MTC?*

Par l'approche qu'il a face à votre pathologie et à vos conditions de vie. Je vais développer. Vous arrivez dans la salle d'attente. Elle doit être agréable et soignée. C'est souvent le reflet de la considération du thérapeute envers son patient. Si le thérapeute est bien organisé, vous ne devriez pas attendre bien longtemps... La porte du cabinet s'ouvre, vous êtes invité à y entrer. Après les petits mots d'usage et avoir décliné vos coordonnées, le thérapeute est à votre écoute. Le praticien vous demande des précisions sur les signes que vous manifestez. Il mène une véritable enquête. Depuis quand avez-vous ça? C'est venu à la suite de quoi? C'est aggravé par quoi? Est-ce amélioré par le froid ou la chaleur?... Et il est tellement curieux qu'il pose des questions sur des phénomènes qui vous semblent étrangers à l'objet de votre visite. Ne vous inquiétez pas, il sait où il veut en venir, en tout cas il a une piste... Les questions peuvent même aborder l'aspect émotionnel, votre façon de vivre, de vous alimenter, l'ambiance au travail ou à la maison. Le thérapeute cherche à avoir une vue globale de votre fonctionnement. Dans la vision de la MTC, il y a un langage spécifique, une vision originale, des lois de l'énergétique. Le langage peut prendre des couleurs de type Yin/Yang. Vous entendrez des mots comme le Qi (l'énergie), le Shen (l'Esprit), le Jing (l'essence



PORTRAIT

Fabrice Laplatte est praticien de Médecine Traditionnelle Chinoise à Vichy. Possesseur du Diplôme National d'Acupuncture Traditionnelle (D.N.A.T.) du Centre de Recherche et d'Etude en Acupuncture Traditionnelle. Ayant l'expérience de la pratique hospitalière en Chine. Fondateur et directeur pédagogique de l'Institut Energétique du Centre à Vichy. Membre de l'U.F.P.M.T.C.



vitale), les attaques externes de Vent de Froid ou d'Humidité. Une vision originale puisqu'on vous dit que vous êtes influencé par le cycle saisonnier, que chaque saison influence vos fonctions organiques, et en plus que vous faites partie de la nature, incroyable ! Il est vrai que nous concevons très bien qu'en automne les arbres perdent leurs feuilles, mais il est plus difficile de sentir la différence qui nous anime à chaque printemps. Savez-vous que nous possédons en commun un tiers de nos gènes avec les jonquilles ? Les lois de l'énergétique mettent en rapport la surface et la profondeur. En d'autres termes, on peut dire que tout dérèglement à l'intérieur du corps va se manifester à l'extérieur. Et cela fonctionne dans l'autre sens également, toute intervention ou perturbation au niveau de la peau va influencer les fonctions des organes internes, d'où l'intérêt de l'acupuncture. Ces lois parlent aussi des branches et des racines par rapport à la maladie. Les branches sont les manifestations de la maladie alors que les racines en sont la cause. Le praticien devra donc tenir compte des deux pour établir un traitement.

La prise de pouls

Bien ! la conversation allait bon train lorsque le thérapeute vous suggère de vous déshabiller et de vous allonger sur la table d'examen. C'est une phase importante du diagnostic énergétique basé sur l'observation et la palpation. Il pose les doigts sur votre poignet pour prendre les pouls. Les pouls sont un outil diagnostique particulier et original de la MTC. La manière dont va s'exprimer la circulation de l'énergie et du sang dans les vaisseaux donne une idée très précise sur ce qui se passe dans l'organisme.

- Veuillez me tirer la langue s'il vous plaît.
- Allons bon ! Voilà autre chose... La langue, comme les pouls, traduit l'état interne du corps. On observe sa forme, sa couleur, l'enduit qui la recouvre et même la couleur et la forme des veines qui sont en dessous. Le praticien va s'attarder sur la zone du trouble, puis il posera les mains sur l'abdomen et d'autres endroits comme la colonne vertébrale. Il regarde comment se comportent les différents tissus tout en repérant les zones chaudes et les zones froides et toutes caractéristiques apparentes. En corroborant les informations obtenues par le questionnement et ses observations sur le corps, le praticien va déterminer un diagnostic énergétique qui va s'exprimer par exemple par un vide de Yang des Reins, vide de Qi de la Rate, vide de Sang du Foie ou encore chaleur / plénitude de l'Estomac mais aussi mucosités / humidité, etc. Suivant le problème, le praticien propose une séance de Tui Na (massage) ou d'acupuncture. Il peut utiliser la moxibustion pour réchauffer un point ou une

crédit photo: Fabrice L. aplatte



Une représentation de la pratique clinique en Chine datant de la fin du 19^e siècle par la mise en scène de personnages en cire au musée de MTC de Shanghai.

zone. Les ventouses sont aussi des outils très utilisés dans la pratique clinique. Une fois le patient habillé, le praticien peut conseiller de changer de comportement, de prendre de nouvelles habitudes alimentaires, suggérer une formule complexe de plantes étudiée depuis quelques milliers d'années par la MTC sur le type de syndrome chinois manifesté par le patient. A l'issue de la séance et suivant le cas, le praticien vous invitera peut-être à revenir pour une autre séance. En effet, certains troubles nécessitent plusieurs séances rapprochées alors que d'autres ne demandent qu'une séance toutes les trois semaines. L'attention permanente du praticien pour le patient ne lui permet pas de prendre plusieurs personnes en même temps. Alors ! Ça vous tente ?

La langue traduit l'état interne du corps.

Combien ça coûte ?

Le montant de la consultation est variable suivant le lieu d'exercice et le thérapeute. La fourchette de prix se situe entre 45 et 90 Euros. La première consultation dure environ une heure et demi et les suivantes une heure. En conclusion, même si la MTC n'est pas encore bien connue, elle est très appréciée par ceux qui l'utilisent. Elle est non seulement utilisée à titre curatif mais aussi à titre préventif. Comme vous l'avez compris, la MTC fait retrouver la santé au corps et à l'esprit. ☘

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



Les atouts humanitaires de la MTC

Une médecine universelle

texte et photos par Patrick Shan

Médecine préventive, mais aussi médecine de soins, la MTC s'adapte à de nombreuses conditions. Patrick Shan nous livre ses atouts.

A l'heure où des étudiants français de Médecine Traditionnelle Chinoise se voient interdire le droit de poser des aiguilles sur les patients lors de leurs stages en Chine, se pose la question dérangeante du niveau de formation pratique dans notre pays, ainsi que de la nature réelle des relations entre les écoles françaises et les hôpitaux chinois. S'ajoute à cela la disparité des pratiques et des praticiens existants, ainsi que l'impossibilité d'organiser un internat de MTC digne de ce nom sur notre sol : tout semble fait pour que la MTC « made in France » reste un art médical mineur exercé par des théoriciens impuissants. Fatalité ? Comment sortir par le haut de cette triste situation ? Les missions humanitaires pourraient bien être l'alternative. Mais la MTC est-elle faite pour ? Voici quelques éléments de réponse.

Les atouts de la MTC

Si l'humanitaire de guerre a sa médecine, l'humanitaire de paix n'a pas encore trouvé la sienne. En tout cas, pas de manière internationalement reconnue. Même s'il existe de nombreuses associations de thérapies alternatives organisées sur le modèle des structures médicales officielles, aucune d'entre elles ne semble à même de proposer des soins à la fois efficaces, peu coûteux, répondant à la plupart des pathologies courantes, d'une mise en œuvre facile et combinable avec les médecines traditionnelles locales. Aucune ? La Chine est, étymologiquement, le pays du milieu (Zhong Guo). Sa philosophie se situe elle aussi symboliquement au centre, d'où l'on peut voir toutes les directions. La pensée médicale traditionnelle chinoise se fonde sur le taoïsme, philosophie millénaire basée sur un intérêt profond pour la nature et l'observation de ses lois, codifiées en un système de modélisation mathématique du monde d'une impressionnante simplicité et universalité : le Yin et le Yang. Une théorie présente aux quatre coins du globe, sous de multiples formes, dans toutes les traditions. La philosophie médicale chinoise permet ainsi d'échanger avec les autres médecines traditionnelles sur la magie du vivant, de les enrichir, comme de s'enrichir elle-même à leur contact. Il faut également souligner la vocation préventive de la MTC, énoncée dès le tout premier chapitre de son ouvrage de référence, le *Nei Jing Su Wen*, et qui sied à merveille à la philosophie humanitaire des temps de paix : « Attendre d'être malade avant de se soigner, c'est comme attendre d'avoir soif avant de creuser un puits, ou que la guerre soit déclarée pour forger des armes. N'est-ce pas bien tard ? ».



Dans un centre de soins à Abomey, ancienne capitale du Dahomey rebaptisé Bénin.

Une médecine de terrain

Simple, efficace et peu iatrogène*, la médecine



chinoise est une médecine de terrain par excellence. Si sa vocation initiale est d'entretenir la santé plutôt que de pourchasser la maladie, elle n'en est pas moins capable de faire face aux troubles immédiats ou chroniques les plus variés : assurer les soins de santé primaire du quart de l'humanité depuis 3000 ans, cela donne quelque expérience ! Dans cette perspective, les différentes branches thérapeutiques de cette médecine, à savoir l'acupuncture, la moxibustion, la pharmacopée, le massage, le Qi Gong et les conseils de santé, forment un ensemble remarquablement homogène, répondant avec souplesse à la diversité des pathologies et aux exigences propres aux soins ambulatoires. Ce qui témoigne au passage que la MTC est un système médical à part entière, et non un patchwork de techniques disparates, étudiées souvent séparément chez nous.

Autre avantage à l'universalité de la MTC, la possibilité pour ceux qui l'étudient de la pratiquer à peu près partout où des gens sont malades. Ce qui donne à des étudiants de différentes écoles la possibilité de se retrouver, à l'occasion de missions de soins humanitaires dans différents pays, pour y effectuer l'équivalent d'une formation d'internat, et d'asseoir une pratique généralement insuffisante par rapport à la plupart des formations théoriques reçues chez nous. Cela permet également aux praticiens de différents horizons de confronter et d'harmoniser leurs approches thérapeutiques, et d'apprendre à tous à se responsabiliser face à des patients dont la souffrance est importante autant que la misère est grande. Ce contexte, au passage, rend à cette médecine sa dimension foncièrement humaniste, aussi bien dans nos pays où elle n'est pas donnée à tout le monde, qu'en Chine où elle se limite à une pratique hospitalière quelque peu déshumanisée.

La preuve par l'expérience

Tout ce qui vient d'être dit pourrait passer pour assertions gratuites, si les expériences personnellement menées depuis plusieurs années avec l'association « Humanitrad » dans différentes régions du globe ne venaient les confirmer à l'évidence. A l'heure où vous lisez ces lignes, dans un centre de soins à Abomey, ancienne capitale du Dahomey rebaptisé Bénin, une dizaine de tradipraticiens sont en train de faire tirer la langue à des patients, de prendre leur pouls et de leur poser des aiguilles, tout en leur prescrivant les plantes de leur pharmacopée locale. Il y a trois ans, personne dans cette région ne connaissait la MTC, et lors de notre première mission, mille quatre cents personnes se massaient dans la rue pour bénéficier de nos soins. Aujourd'hui, au rythme de quelque cinquante patients par jour, le centre offre des consultations à la population pour le prix

**Simple,
efficace
et peu
iatrogène*.**



Ci-dessus : page de gauche, des moines tibétains réfugiés en Inde du Nord ; page de droite, Patrick Shan apporte son savoir-faire en acupuncture au Bénin.

d'une bouteille d'eau. En Inde du Nord, ce sont les moines et réfugiés tibétains, qui bien que disposant des aides conjointes de missions médicales en médecine occidentale, ayurvédique et tibétaine, réitèrent chaque année leur invitation pour nous demander de venir en aide à la population locale, constatant la grande efficacité des soins que nous leur prodiguons en médecine chinoise. A propos de la situation tibétaine, et puisque nous parlons ici d'humanitaire, sans doute faut-il rappeler que la philosophie de la MTC millénaire dont nous parlons n'est plus exactement celle de la Chine d'aujourd'hui, qui n'a, à l'évidence, pas la

même définition des droits de l'homme que l'Occident, et à qui la notion d'humanitaire ne dit rien. La Chine est un pays qui, même si elle ambitionne de développer très largement ses affaires chez les autres, attend surtout en retour que les autres ne se mêlent pas des siennes. Cela aussi, nous avons pu nous en rendre compte lors de nos missions en Afrique et à Madagascar, lorsque nous avons demandé en vain aux missions dites « de coopération » chinoises en place des aides en matière d'information épidémiologique ou d'approvisionnement en médicaments. Même si la Médecine Traditionnelle Chinoise a des talents humanitaires, il se pourrait bien qu'il appartienne à ceux qui se sont approprié cette médecine sous d'autres cieux, de les révéler. ■

* Iatrogène : se dit d'une maladie ou d'un trouble provoqués par les thérapeutiques.

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



PORTRAIT

Patrick Shan dirige le Collectif d'Etude de Développement et de Recherche en Ethnomédecine. Cette école de MTC, basée sur la longue lignée de tradition familiale orale du Dr Leung Kok Yuen, fêtera ses vingt-cinq ans en 2009. Il fonde en 2003 l'association « Humanitrad », qui effectue des missions de soins humanitaires en MTC dans différentes régions du monde. Cette ONG internationale accepte les étudiants et praticiens de tous horizons.



Rodolphe Spiropoulos & Denis Colin

Deux chemins, deux regards, sur le présent et sur l'avenir de la médecine chinoise en France

propos recueillis par Delphine L'huillier



D'une part, Rodolphe Spiropoulos, praticien et enseignant de MTC, qui, depuis plus de 20 ans, œuvre pour développer et diffuser la discipline. D'autre part, Denis Colin, qui travaille depuis de nombreuses années à la mise en place d'un cursus complet de formation à la MTC en faculté de médecine. Si leur vision de l'avenir est différente, leur engagement total pour une reconnaissance en France de la MTC dans sa globalité les réunit. Explications.

Nos questions à Rodolphe Spiropoulos...

GTao : Quelle est pour vous la situation de la médecine chinoise aujourd'hui en France ?

dentale pour qu'elles deviennent, au même titre, deux médecines complémentaires.

Rodolphe Spiropoulos : Elle se porte bien. Bien, car de nombreuses personnes sont attentives à son sort, sont tournées vers elle ou s'y tournent. Tout d'abord, les malades, dans les cabinets, au cours des consultations dans les hôpitaux, dans les fédérations et les associations. Les professionnels sont de mieux en mieux formés et de plus en plus nombreux. Les formations sont de meilleure qualité et surtout plus complètes, c'est-à-dire qu'elles s'intéressent non seulement à l'acupuncture comme depuis longtemps déjà, mais aussi aux autres spécialités de la MTC comme la pharmacopée et la diététique, le Tui Na (massages et mobilisations), et le Qi gong (exercices de santé). Les échanges avec la Chine, et notamment le Ministère de la Santé, vont dans le sens de cette qualité. Le problème qui se pose aujourd'hui reste le problème de la reconnaissance de la MTC aux côtés de la médecine occi-

GTao : Considérez-vous la médecine chinoise en France comme une spécialité de la médecine occidentale ou comme une médecine alternative ?

R. S. : Effectivement, c'est une question importante, très importante. Une médecine plusieurs fois millénaire doit-elle devenir une spécialité d'une médecine beaucoup plus récente ? La logique voudrait que l'on ne se pose même pas la question... Je pense que les deux médecines, MTC et biomédecine moderne occidentale, devraient cohabiter comme un couple idéal. Vous en connaissez donc tous les pièges et les difficultés ! La sagesse pourra-t-elle l'emporter pour qu'aucune des deux n'empiète sur l'autre et la laisse vivre sa vie ? Ce qui m'amène au terme de « médecine alternative ». Encore une fois, je suis dérangé par ce terme. L'alternative, c'est un choix entre deux possibles. Il ne faut pas qu'un choix exclut l'autre... L'alternative permet deux choses, mais non

LES ETUDES UNIVERSITAIRES DE MEDECINE CHINOISE EN CHINE

Selon le Ministère de la Santé chinoise, il existe 3 lieux de formation :

- Les écoles de MTC
- Les Instituts de MTC
- Les Universités de MTC

Le cursus général en Université nécessite un minimum de 5 ans d'études pour obtenir un premier grade.

+ 1 an de pratique hospitalière pour un exercice hospitalier.

+ 2 ans de pratique hospitalière pour un exercice libéral.

Des années supplémentaires sont prévues pour un travail de recherche dans les différentes spécialités.

La passion, la volonté et le désir d'exercer ce métier.

simultanément, alors que je crois beaucoup à la complémentarité de ces deux médecines, même dans la simultanéité. Je préférerais au terme « médecine alternative », « médecine complémentaire », ce qui laisse un choix plus large au patient et au praticien, et donc un exercice plus libre et plus efficace de la médecine en général.

GTao : Son enseignement doit-il selon vous être dispensé en faculté de médecine, en école privée, ou les deux ?

R. S. : Tout d'abord, je pense que le lieu a peu d'importance. La question essentielle pour moi est : quel doit être le profil de l'étudiant, puis du praticien, et donc finalement, qui doit pratiquer cette médecine ? C'est la qualité de l'enseignement à mon sens qui doit importer. Il faut s'assurer de la qualité des enseignants, enseignants qui doivent être des praticiens eux-mêmes. Maintenant, quels doivent être les critères de sélection des étudiants ? Et doit-il y en avoir ? Certainement la passion, la volonté, la persévérance, et le désir d'exercer ce métier devraient suffire ! Après, les examens feront le reste. Pour répondre plus précisément à la question, j'opterai pour les deux lieux, à savoir faculté de médecine et école privée.

GTao : A qui cet enseignement doit-il être réservé ?

R. S. : En fonction du lieu de l'enseignement choisi, la réponse est toute faite ! En faculté de médecine, les médecins de médecine occidentale pourront accéder en complément à l'enseignement de la MTC, et plus particulièrement à l'acupuncture ou à la pharmacopée. Dans les écoles privées, moyennant un cursus adapté, après le baccalauréat par exemple, tout étudiant pourra accéder à la formation en MTC et obtenir un statut équivalent. Ce qui permettra d'avoir des praticiens « puristes » exerçant exclusivement la médecine occidentale. D'autre part, cela permettra aussi aux paramédicaux comme les kinésithérapeutes, ostéopathes, infirmiers, etc.

d'accéder à l'enseignement du Tui Na (massage, mobilisations) et de compléter ainsi leur cursus, et aux professionnels du sport de se former au Qi gong (exercices d'entretien de santé) par exemple. En conclusion, il me semble intéressant de se poser les questions suivantes : « à quoi sert la MTC et que veut-on en faire ? » pour répondre à la question « à qui l'enseignement doit-il être réservé ? ».

GTao : Si un diplôme universitaire devait se mettre en place comme il en est question, quel est selon vous l'avenir des écoles formant des praticiens non-médecins ?

R. S. : Je crois avoir déjà répondu à cette question dans ce que je viens de dire précédemment. Il devrait toujours y avoir une place pour les personnes qui ne veulent exercer que la médecine chinoise. L'existence de praticiens non diplômés en médecine occidentale me semble presque être la garantie d'une médecine chinoise authentique. Dans ce cas, les écoles qui forment des praticiens non-médecins auront toujours leur rôle.

A quoi sert la MTC et que doit-on faire ?

GTao : Quels sont les projets des fédérations de médecine chinoise en France ?

R. S. : Les fédérations de MTC en France ont pour projet d'améliorer encore l'enseignement et la pratique de cette médecine. Le rapprochement avec les instances chinoises, l'existence d'un code de déontologie, de programmes communs aux écoles, les niveaux de formation de plus en plus élevés, la participation des fédérations aux examens nationaux et le recensement des praticiens nous montrent bien cette volonté.

GTao : Comment rendre les deux médecines, occidentale et chinoise, complémentaires au quotidien pour les patients ?

R. S. : Effectivement, il s'agit bien de complémentarité. C'est, je pense, le maître mot. Pour les patients, il semble important que les deux médecines soient complémentaires au quotidien, c'est-à-dire, avant tout pratiquées dans une même liberté, en cabinet privé et en milieu hospitalier

crédit photo : Rodolphe Spiropoulos



Rodolphe Spiropoulos avec Mme Zhang, chef de clinique du service de Tui Na de l'hôpital de MTC de Kunming.

par exemple par des médecins et des non-médecins. Si l'enseignement est de haut niveau, si la MTC est respectée dans son enseignement et dans sa pratique, si nous lui laissons une place digne de son rang aux côtés de la médecine occidentale, alors il suffira aux patients de suivre la Voie ! Espérons qu'un vent de paix et de longue vie souffle encore longtemps sur la MTC. ☯

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

PORTRAIT

Rodolphe Spiropoulos, Masseur-Kinésithérapeute DE, Ostéopathe a étudié l'Homéopathie, la Sophrologie. Sa passion pour l'Energétique l'a conduit à l'étude de la MTC. Depuis plus de 20 ans, il pratique quotidiennement à son cabinet. Aujourd'hui dans son enseignement, il partage son savoir-faire et nous amène à la rencontre de l'Energétique Chinoise. Il contribue également activement au développement et à la reconnaissance de la MTC en France.



Denis Colin en train d'appliquer des moxa.

crédit photo : Denis Colin

PROJET D'ETUDES UNIVERSITAIRES DE MÉDECINE CHINOISE EN FRANCE

Etudes classiques en Faculté de médecine : 9 ans + thèse.

Puis spécialisation en :

- Acupuncture
- Pharmacopée (diététique inclus),
- Pratiques corporelles (Qi Gong et Tuina).

Chaque module de spécialisation dure 3 ans d'études + 1 année de mémoire : Tronc commun 1 an + spécialisation 2 ans + 1 année de mémoire .

Si l'étudiant souhaite se former à toutes les spécialisations, il a la possibilité, après la première année du tronc commun de suivre le diplôme des pratiques corporelles pendant le cursus d'acupuncture ou de pharmacopée.

Le cursus complet de médecine chinoise est accessible en 5 ans minimum + 1 année de mémoire.

Nos questions à Denis Colin...

GTao : Considérez-vous la médecine chinoise en France comme une spécialité de la médecine occidentale ou une médecine alternative ?

Denis Colin : La Médecine Chinoise ne peut pas être une spécialité de la médecine occidentale puisque c'est la médecine chinoise. Elle est alternative quand les pratiques occidentales n'apportent pas de solution : pour apaiser les douleurs lombaires des femmes enceintes par exemple qui ne peuvent pas utiliser d'antalgique. Elle est complémentaire lorsqu'elle vient participer au protocole de soins de la médecine occidentale pour un patient (effets secondaires des chimiothérapies, réduction des doses des anti-inflammatoires ou des antalgiques...). On peut dire qu'il existe une spécialité en médecine chinoise et une spécialité en médecine occidentale.

GTao : Son enseignement doit-il selon vous être dispensé en faculté de médecine, en école privée, ou les deux ?

D. C. : Il existe pour moi deux niveaux d'enseignement. D'une part, un enseignement de formation qui est dévolu à l'université, et dans la mesure où c'est une formation médicale, elle doit être dispensée en faculté de médecine. D'autre part, un enseignement de perfectionnement et de formation continue qui peut avoir lieu en université ou dans les écoles privées. Tous les jeunes praticiens formés à la médecine chinoise comme tous les professionnels de santé doivent suivre une formation continue. Les écoles privées peuvent assurer ce perfectionnement. De plus, avoir un niveau d'enseignement universitaire signifie que tous les enseignants sont des enseignants chercheurs. L'enseignement universitaire doit disposer à la fois d'un budget consacré à la pédagogie, mais aussi à la recherche. Or pour moi, on ne peut pas penser à l'enseignement sans faire évoluer la recherche. Et c'est là le rôle de l'université. Par ailleurs, il est indispensable que l'université médicale enseigne à tout étudiant en médecine les possibilités offertes par la médecine chinoise. Il n'est pas normal que dans l'enseignement public de la médecine en France il n'y ait pas d'informations données aux futurs

médecins sur les possibilités alternatives ou complémentaires de la médecine chinoise.

GTao : La formation que vous êtes en train de mettre en place à la faculté de médecine de Bobigny s'adresse-t-elle à tous ou uniquement aux professions médicales ?

D. C. : Elle s'adresse aux médecins, aux professions médicales et aux personnes qui n'ont pas nécessairement fait des études de médecine. Il y aura en effet plusieurs compartiments. Dans un premier temps, il faut savoir que l'ordre des médecins et l'académie de médecine considèrent que la pratique de la médecine, c'est-à-dire, tout ce qui résulte d'un diagnostic et d'une prescription médicale, doit être réservée aux médecins. La MTC répond à ces critères. Ainsi les formations à l'acupuncture et à la pharmacopée seront réservées aux médecins et aux pharmaciens (pour la pharmacopée), le massage étant légalement réservé aux kinésithérapeutes. Quant au Qi Gong, il existera deux niveaux de formation (voir info p.64). Mais cette vision est une première étape pour le groupe de réflexions que je représente aujourd'hui. La deuxième étape étant, si nous pouvons entrer dans une collaboration avec la Chine et le Ministère Français de la Santé, la mise en évidence que pour pouvoir exercer la médecine chinoise, il est nécessaire d'avoir requis un minimum de connaissances en médecine occidentale, mais sans pour autant être docteur en médecine. Mon propos est de rester dans les voies de la légalité. Ainsi nous pensons même pouvoir générer de nouvelles professions, former par exemple les infirmières à des soins primaires élémentaires d'acupuncture ou de massage. On se situe aujourd'hui dans une configuration politique et sociale où l'on se préoccupe davantage de la santé publique, et par conséquent du nivellement par le haut des diplômes, ce qui est le rôle de l'université.

GTao : Dans ces conditions, quel est selon vous l'avenir des écoles formant des praticiens non-médecins, celles-ci ayant tant milité pour la reconnaissance de la médecine chinoise en France ?



D. C. : De par leur configuration non réglementaire, ces écoles ont pour beaucoup plutôt nui que servi la cause de la reconnaissance de la médecine chinoise en France. Elles ont par contre participé en grande partie au développement de la médecine chinoise en France en faisant connaître la discipline aux patients et aux praticiens. Et nous devons reconnaître le rôle de toutes ces écoles privées. Concernant le présent, les choses sont en ébullition et en évolution, donc l'avenir en dépendra. Mais le sens de mon action, et de l'ensemble des acteurs de ce projet universitaire, conduit à la mise en place d'une formation universitaire de haut niveau, avec un nombre d'heures de cours qui n'aura rien à envier à la Chine. L'essence même de ces écoles de formation de base deviendra donc caduque, voire illégale. Cela dit, je me souviens de l'année 1990, quand l'acupuncture a été reconnue et enseignée à l'université, les écoles privées médicales ont à l'époque toutes hurlé au scandale. Au final, celles qui avaient une certaine consistance sont devenues des écoles de perfectionnement et les autres ont disparu. Je trouve qu'il y a des praticiens non-médecins qui sont tout autant compétents que moi, voire davantage, mais tout le monde n'est pas de cet avis. Il faudra donc mettre en place une réglementation qui permet d'apaiser et d'harmoniser les relations entre médecins et non-médecins.

GTao : Quels sont les projets des facultés de médecine en France pour la médecine chinoise ?

D. C. : Les facultés n'ont pas de projets ! En ce qui concerne l'acupuncture, nous avons depuis 1990 obtenu une reconnaissance par l'ordre des médecins d'une qualification donnée par le diplôme inter-universitaire (DIU). En 2007, un diplôme d'Etat a été constitué sous la forme d'une capacité de médecine en acupuncture (la capacité est une spécialisation post-doctorale). C'est chaque université intéressée qui fait la demande d'habilitation auprès du Ministère de l'Education Nationale à délivrer cet enseignement de capacité. Cette habilitation est délivrée tous les 4 ans

et doit être renouvelée tous les 4 ans. C'est le Ministère de l'Education Nationale sur des critères de vérification de la qualité de l'enseignement théorique et pratique et de la recherche qui décide ou non de reconduire cette habilitation. Il existe 6 facultés qui enseignent l'acupuncture aujourd'hui en France : Paris, Bordeaux, Nîmes, Lyon, Strasbourg, Nantes. Pour la pharmacopée, la formation reste réservée aux médecins et aux pharmaciens en pré et post-doctorat. Les pharmaciens doivent être formés à la reconnaissance des plantes et à leurs dosages, mais aussi être en mesure de contrôler leur qualité. La formation à la diététique est incluse dans celle de la pharmacopée. Nous sommes en train de chercher à mettre en place un accès à tous pour un module de formation à la diététique, ce domaine n'étant pas aujourd'hui réservé aux médecins. Quant aux formations au massage et au Qi Gong, nous en avons déjà parlé. Je souhaite que toutes les universités collaborent entre elles pour un travail de réflexion partagé et pour une meilleure diffusion de la pratique.

GTao : Comment rendre les deux médecines, occidentale et chinoise, complémentaires au quotidien pour les patients ?

D. C. : Il faut tout d'abord définir les champs où la médecine chinoise intervient comme médecine complémentaire à la médecine occidentale, soit pour diminuer ou faire disparaître les effets secondaires des médicaments, soit pour activer une récupération en post-opératoire, soit pour améliorer la qualité de vie du patient dans une pathologie chronique ou incurable. Ceci implique que les médecins généralistes ou spécialistes aient un minimum de connaissance et de formation aux apports de la MTC. Le médecin traitant a aujourd'hui la charge de faire l'interface entre le patient et l'ensemble des professionnels de santé qui peuvent l'aider. Dans la mesure où la médecine chinoise est une médecine générale, on peut imaginer qu'elle devienne une médecine générale spécialisée, et que, par conséquent, le médecin traitant puisse recommander à son patient

d'aller voir un praticien. Je dis bien « praticien », car pour moi, obtenir que les non-médecins ayant acquis une profonde connaissance et une expérience de la pratique puissent être régularisés dans leur exercice me paraît être une évidence. De plus, il faut savoir qu'il existe des spécialités, comme la gynécologie et l'ophtalmologie qui bénéficient d'un accès direct, c'est-à-dire dont la consultation ne nécessite pas le passage par le médecin traitant. C'est ce statut que je souhaite pour la médecine chinoise. Pour les non-médecins, la question bien sûr ne se pose pas puisqu'il n'y a pas de remboursement.

GTao : Mais beaucoup de médecins n'y connaissent rien en médecine chinoise. Comment pourraient-ils recommander des soins ?

D. C. : C'est la raison pour laquelle la formation en université devient si nécessaire. Par obligation, les médecins devront se former à la médecine chinoise dans leur cursus. Ou plutôt, ils seront informés, que le traitement des effets secondaires de la chimiothérapie grâce à l'acupuncture est efficace par exemple... Et ils sauront alors quoi faire pour le bien-être de leurs patients.

GTao : Quelle est la situation aujourd'hui ?

D. C. : Le contexte politique est favorable globalement à une reconnaissance de la médecine chinoise. ■

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

Générer de nouvelles professions.

PORTRAIT

Médecin, Denis Colin est notamment responsable de l'enseignement de l'acupuncture obstétrique du DIU de Paris XIII, responsable de la Capacité de médecine en acupuncture, attaché à l'hôpital de Saint Cloud et Président du Collège Français d'Acupuncture et de Médecine Traditionnelle Chinoise.