

L'actualité de la Médecine Chinoise

12 - Journal gratuit
Avril - Mai - Juin 2008

ISSN 1763-1041 - Dépôt légal : Avril 2008
Imprimé en France : AGC - 02.37.23.22.85

UFPMTC
BP294 - 75464 Paris Cedex 10
Tél. : 01.45.23.15.52 - Port. : 06.19.95.26.75
www.ufpmtc.com - info@ufpmtc.com

Directrice de la publication : Joëlle Vassail
Directrice de la rédaction : Joëlle Vassail
Comité de rédaction : C.A. de l'UFPMTC
Rédacteur en chef & maquette : Xavier Lavau
Ont participé à ce numéro : Josette Chapellet, Claire Debien, Philippe Laurent, Michel Martorell, Patrick Shan, Denis Souly, Rodolphe Spiropoulos, Myriam Trinh, Joëlle Vassail.

Le journal de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (UFPMTC)

法国中医医生联合会

ÉDITO

Traversée de la France : tout est blanc. Un lever du jour de carte postale, nuages s'irisant de lumière sur fond de ciel bleu clair et froid d'hiver, et des rayons de soleil pâle. Champs, vallonnements, bocages givrés.

Pas de villes sur ce trajet de TGV, quelques rares villages d'une architecture ancienne et immuable (témoin et conteuse d'histoire)... Le goudron rouge-rosé des départementales d'autrefois sinuant dans le paysage au fur et à mesure que le givre disparaît.

Bref ! Car l'édito doit être bref, peu poétique, concis, précis ; orienter la pensée globale, donner le ton. Bref donc, l'hiver est là, un véritable hiver, solide, qui a toutes chances s'il dure de faire disparaître les miasmes de l'année 2007, les vieux virus de l'année dernière, pas vraiment morts, renaissant plus fort de leurs cendres à chaque vague d'humidité et de chaleur.

Virus, tristesses, morts, pensées confuses, espoirs déçus de cette difficile année. En ont pourtant émergé des projets, de beaux débuts de réalisation et d'organisation, des succès (enquête Inca, UV1 de l'examen national, remboursements par les mutuelles...).

Tout cela à poursuivre ensemble en 2008.

Dans l'enthousiasme de la mise en place de l'examen national, symbole d'unité, nous avons dès le précédent numéro du journal annoncé qu'il serait cette année estampillé CFMTC.

Trop tôt ! Il nous faut encore laisser un peu de temps à cette confédération pour qu'elle se dégage des membranes et chorions divers au sortir de l'œuf. Elle est trop jeune encore. Laissons lui deux ans de plus.

Qu'à cela ne tienne ! Nous nous associons cette année avec le SIATTEC, membre comme nous de la confédération et mû par la même dynamique, pour organiser l'UV3a d'acupuncture et UV3c de tuina ainsi que la nouvelle session de l'UV1 de fondements théoriques et diagnostics les 28 et 29 juin. Une école de plus vient donc travailler dans les commissions pédagogiques de l'UFPMTC qui se déroulent tout au long de l'année afin de préparer la session 2008.

L'année 2009 sera l'année de l'avènement de l'UV3b de pharmacopée et 2010 finalisera l'ensemble avec l'UV2 de biomédecine (anatomie et physiologie).

Pour démarrer mieux encore l'année du Rat, saluons l'arrivée de notre nouvelle adhérente Lu Dong Ming, une école parisienne qui vient grossir les rangs de l'UFPMTC, dans un esprit de partage et d'amélioration de nos connaissances en MTC, notre passion à tous, n'est-il pas vrai ?

2008 sera pour nous une année de concrétisation et d'ancrage, solidement installée sur de saines bases ancestrales, sans nous laisser gagner par la précipitation et l'affolement ambiants.

Bonne lecture à tous.

Joëlle Vassail

EXAMEN NATIONAL 2008 2^{ÈME} SESSION - INFORMATIONS

Lieux : Paris & Marseille
Date : 28 et 29 juin 2008

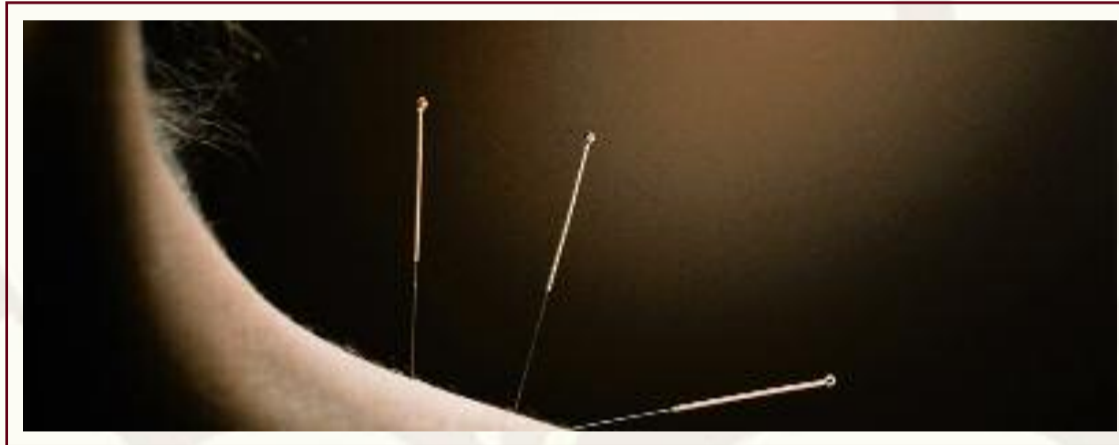
Matière : Bases fondamentales (y compris le diagnostic) [UV1] et acupuncture ou massage [UV3]
Forme : Questionnaire à choix multiples (QCM), questions à développer, pratique de massage et d'acupuncture.

Convocations : Tous les candidats recevront par courrier leurs convocations à l'examen avec le lieu où se rendre.

Préparer l'examen : Sur le site www.ufpmtc.com, vous trouverez un article écrit par Rodolphe Spiropoulos, les programmes d'enseignements, des exemples de questions...

PRATICIEN

L'ACUPUNCTURE À QUATRE ÉPINGLES



Deux cow-boys se tiennent derrière un tronc d'arbre, revolver au poing, tandis que les indiens tournent autour d'eux. L'un d'eux, touché de plusieurs flèches dans le dos, se relève soudain et s'exclame : « ... ils ont guéri mon arthrite ! » Tout l'exotisme et la magie de l'acupuncture sont présents dans cet excellent dessin humoristique de Gary Larson. Humour seulement ? Pas si sûr. En Chine, une légende de ce type attribue la naissance de l'acupuncture à un général chinois, fortuitement guéri de sa maladie par une flèche dans la jambe.

Il est vrai que prendre une telle légende au pied de la lettre revient à considérer l'acupuncture comme une science née du hasard. Et qui se serait développée de la même façon par tâtonnements successifs au fil des siècles. Les tenants de la science expérimentale, s'ils ne prenaient pas l'acupuncture pour un simple placebo, auraient de quoi être séduits par cette version. En réalité, l'origine de cette méthode millénaire semble essentiellement intuitive : il a toujours été des personnes capables de ressentir en elles-mêmes, et dans les autres, des courants et des points d'énergie. Le massage de tels points ne date pas d'hier, et pas seulement en Chine. Le génie chinois a surtout consisté à développer et rationaliser la théorie d'ensemble des points et des méridiens, et à trouver un moyen d'augmenter efficacement leur stimulation par la cautérisation (moxibustion) et l'insertion de fines aiguilles.

UN PEU D'HISTOIRE

L'acupuncture remonte aux temps les plus anciens de la Chine, à une époque correspondant à l'âge de pierre et aux sociétés tribales primitives ayant déjà domestiqué le feu et les animaux. Des recherches archéologiques (faites elles-mêmes en 1700 avant J.-C. !) ont permis de trouver des aiguilles et poinçons de pierre à usage médical, appelées Bian, et qui préfiguraient les premières aiguilles d'acupuncture. La cautérisation (dont est dérivée la moxibustion), est un autre usage médical primitif qui a accompagné la découverte et le contrôle du feu par ces premières sociétés tribales (acupuncture se dit en chinois... suite en p.2

ACTUALITÉ

EXAMEN NATIONAL 2008

L'organisation et la préparation d'un évènement, tel que l'examen national de médecine traditionnelle chinoise, nécessite des moyens humains et financiers importants. Pour répondre à la question qu'il y a sur toutes les lèvres en ce moment, Joëlle Vassail, présidente de l'UFPMTC, prend le temps de répondre à cette interrogation : Pourquoi le passage de chaque UV coûte 100 euros en 2008 ?

Nombre de nos adhérents étudiants et praticiens se sont émus de l'augmentation conséquente du montant de l'inscription de l'examen 2008. Cette hausse se justifie de la façon suivante : Nous organisons cette année le passage de deux unités de valeur, l'UV1 de fondements théoriques, épreuve uniquement théorique se déroulant sur 2h et nécessitant la location d'une salle à Paris et Marseille, ainsi qu'une dizaine de surveillants. Est organisée le même WE le passage de l'UV3a et l'UV3c (acupuncture et massage), comportant chacun une épreuve théorique de 2h et une épreuve pratique. Ces deux UV nécessitent de louer les salles non pas une demi-journée comme en 2007, mais deux jours [samedi et dimanche] et de réquisitionner environ 30 examinateurs bénévoles dans chacun des deux ateliers sur les deux lieux du passage de l'examen. En espérant qu'avec ces éléments cette question aura su trouver la réponse que vous attendiez. Bonne continuation à tous.



Joëlle Vassail

UFPMTC

ASSOCIATION DE PATIENTS !

Cette association a pour but de rassembler les patients. Nous devons montrer que nous sommes nombreux à utiliser la médecine traditionnelle chinoise seule ou en synergie avec la médecine allopathique et qu'il en résulte un bilan positif de l'état de santé.

Déjà plusieurs appels témoignent de la guérison de maladies de longue durée. Nous devons le faire valoir sur un plan économique auprès des mutuelles. L'intérêt que nous trouvons à la médecine traditionnelle chinoise tant pour les soins que pour la prévention doit servir pour rendre accessible à tous la médecine traditionnelle chinoise.

Pour démontrer, par des études sérieuses, ce que nous constatons, il est important que notre association crée un lien privilégié entre patients- médecins ou praticiens et chercheurs.

De notre mobilisation, nous espérons à terme une prise en charge par des mutuelles de plus en plus nombreuses, permettant l'accès pour tous à une médecine de qualité.

POUR NOUS REJOINDRE,
CONTACTEZ-NOUS :

ANP Médecine Traditionnelle Chinoise
326 chemin des chaumes
83170 Brignoles - France
Tél. : 04 94 69 54 06
Courriel : anpmtc@orange.fr

En bref...

JOURNAL RECHERCHE POINTS DE DIFFUSION !

Le journal que vous tenez dans vos mains souhaite plus que tout trouver de nouveaux lieux où pouvoir montrer sa robe et diffuser ses « belles » paroles. Alors, si d'aventure vous connaissez un endroit qui voudrait bien l'accueillir, ou si vous êtes propriétaire d'une place et qu'il y a un petit coin pour lui, n'hésitez plus, contactez-nous comme indiqué ci dessous.

Pour vous faire connaître, contactez-nous :
Mail : info@ufpmtc.com
Tél. : 01 45 23 15 52

ADHÉREZ, RÉ-ADHÉREZ !

APPEL AUX ÉTUDIANTS DES ÉCOLES ADHÉRENTES À L'UNION PROFESSIONNELLE

Voici 3 ou 4 bonnes raisons pour cela :

- Vous recevrez régulièrement l'indispensable « Actualités de la médecine chinoise ».
- Vous bénéficierez d'un tarif réduit pour passer l'examen national.
- Vous bénéficierez d'un tarif réduit quand vous adhérez en tant que praticien.

Mais surtout, ce faisant, vous êtes conscients de l'importance de l'engagement, vous êtes un exemple aux yeux de vos camarades, vous soutenez votre profession, vous êtes parmi les étudiants les plus intelligents, votre conscience politique est une lumière pour votre entourage, vous êtes sur la voie de la réussite sociale, vous placez l'intérêt commun au-dessus de votre intérêt personnel, vous êtes l'avenir, vous êtes beaux... Il y a tant à dire !

.../...



BRÈVE HISTOIRE DE LA M.T.C. partie 4

Michel Martorell, praticien de M.T.C. dans le centre de la France, présente dans cette rubrique un bref aperçu de la vaste histoire de la médecine chinoise. Il nous permet, grâce à cette vulgarisation, de nous familiariser avec les faits marquants de cette médecine dans son histoire et sa civilisation. Cette série d'articles s'étendra sur plusieurs numéros de votre journal.

Les premiers opus abordent la conception du système chronologique du point de vue chinois, ainsi que les premières figures de la médecine chinoise.

LA MÉDECINE CLASSIQUE

Après le double démembrement de l'Ancien Empire, une troisième réunification de la Chine a lieu sous les dynasties du Moyen Empire, les *Sui* (581 ou 589 - 618) et les *Tang* (618-907).

Pour la première fois dans le monde, la sélection des fonctionnaires se fait systématiquement par concours écrit. Tout étranger pénétrant en Chine doit être muni d'une fiche contenant des renseignements anthropométriques et ses empreintes digitales.

La médecine chinoise atteint son apogée entre le VII^e et le VIII^e siècle.

En 624 se crée le Grand Service Médical (*Taiyishu*) qui supervise les études de médecine et organise la recherche. Cette école de médecine avait deux départements : l'un de médecine, l'autre de pharmacie. Le premier était divisé en quatre spécialités : médecine (*Neike*, *Waike*, *Erke*, *Yanke*, *Erbirouke*), acupuncture, massage et incantations. On décrit systématiquement et précisément de nombreuses maladies : lèpre, variole, rougeole, gale, dysenterie aiguë et chronique, choléra, hydropisie, maladies carenciales (bêribéri, héméralopie, rachitisme, goitre), maladies vénériennes, tuberculose pulmonaire et osseuse, adénopathie cervicale, diabète, tumeurs, etc.

La thérapeutique chirurgicale connaît déjà le traitement de la cataracte, le traitement orthopédique des fractures, l'extraction des séquestres osseux, etc.

La carie dentaire est traitée par obstruction et plombage (amalgame mercuriel).

Chao Yuanfang est considéré comme une sommité médicale de la dynastie des *Sui*. Il écrit le Traité sur les Causes des Symptômes des maladies (*Zhubing yuanhou lun*). Ayant vécu entre le 6^e et 7^e siècle, il occupa la charge de *Taiyi* (médecin de l'empereur).

L'un des médecins les plus célèbres de l'époque est le moine-médecin Sun Simiao (581-682). Originaire de la province de *Shanxi*, il est l'une des figures les plus populaires de la médecine chinoise. De santé fragile, il fut son premier patient. C'est un médecin humaniste façonné aux trois doctrines du confucianisme, taoïsme et bouddhisme. Selon lui, tout bon médecin doit être compatissant, que son malade soit d'un rang élevé ou de basse condition, riche ou pauvre, adulte ou enfant... De même il insiste en affirmant que « l'acupuncture sans la moxibustion, et vice versa, ce n'est pas un bon traitement ». Le bon traitement est l'harmonieuse combinaison des drogues et de l'acupuncture. C'est lui qui dit également que l'idéal est de guérir la maladie avant son apparition.

Ses principaux ouvrages sont :

- *Qianjin yaofang* : Prescriptions des Mille ducats (ou onces d'or). Le mot « or » évoque l'esprit dans lequel Sun Simiao pratiquait la médecine.
- *Yinhai jingwei* : Connaissance exhaustive de la Mer d'argent (traité d'ophtalmologie)

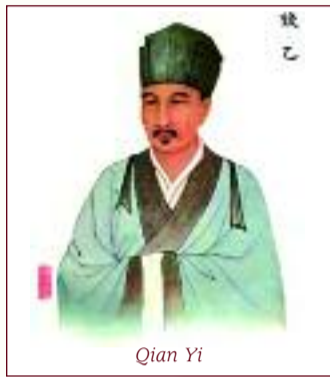
Wang Tao est un fonctionnaire qui semble avoir trouvé suffisamment de temps pour étudier la médecine et rédiger le *Waitai miyao* (nécessité d'un codex avancé) dont il acheva la rédaction en 752. Cette œuvre est la somme magistrale de tout ce qui touche à la médecine, et occupe une place de choix avec les prescriptions de Sun Simiao dans l'histoire de la gynécologie et de l'obstétrique chinoises.

Après la chute du Moyen Empire, la dynastie *Song* (960-1279) n'arrivera plus jamais à réunifier la Chine. Par contre, elle connaît d'importants progrès techniques (imprimerie avec la xylographie, boussole, poudre à canon) et scientifiques (mathématiques, biologie). L'imprimerie, et plus encore depuis l'invention des caractères mobiles par Bi Sheng vers 1040, permit une diffusion encore plus large de la médecine.

C'est dans cet esprit de diffusion que fut créé le bureau de révision des livres et médecines (*Jiaozheng yishuju*), qui collecta et réédita les ouvrages suivants : le *Suwen*, le *Shanghanlun*, le *Jingui yaolue*, le *Mai jing*, le *Zhejiu jiyajing*, le *Zhubing yuanhou lun*...

Wang Weiyi (né vers 987-1067), à la fois médecin et sculpteur, rédige un compendium d'acupuncture et fonde en 1027 deux « hommes de bronze » ou « statuettes de bronze » bien souvent reproduits depuis. Ils permettent le repérage aisé de 657 points d'acupuncture. Son influence popularisa l'acupuncture.

Qian Yi (1035-1117) est un grand pédiatre chinois. Il distingue, le premier, la varicelle, la rougeole, la scarlatine et la variole. Le fruit de son travail a été consigné par son disciple Yan Xiaozhong dans le *Xiaoeer yaozheng zhijue*.



Qian Yi

La première dissection connue est relatée dans le *Qianhanshu* (Livre des *Han* antérieurs) au début de l'ère chrétienne. Mais sous les *Song*, on assiste à un renouveau de l'anatomie grâce au *Cunzhentu* qui réunissait les dessins exécutés lors de la dissection de cadavres de condamnés à mort, dont l'auteur est Yang Jie (1068-1140). La médecine légale fait sa première apparition avec le *Xiyuan jilu* (1247) de Song Ci (1188-1249). On y trouve les recommandations propres à l'autopsie des cadavres, avec les observations touchant la physiologie, l'anatomie, etc.

Vers 1174 ap. J.-C. le Traité des maladies fondées sur les Modèles et prescriptions liés aux trois étiologies (*Sanyin jiyi bing zheng fang lun*), par Chen Yan, expose une nouvelle approche de l'étiologie ; il y a trois types de facteurs pathogènes : endogènes, exogènes, et ni l'un ni l'autre.

Les sept facteurs endogènes sont : la joie (*xi*), la colère (*nu*), le chagrin (*you*), la tristesse (*si*), l'affliction (*bei*), la peur (*kong*) et la frayeur (*jing*). Au nombre de six, les facteurs exogènes sont : le vent (*feng*), le froid (*han*), la chaleur (*shu*), l'humidité (*shi*), la sécheresse (*zao*) et le feu (*huo*). Quant aux facteurs ni endogènes ni exogènes, ce sont en fait les facteurs exogènes à l'exclusion de ceux que nous venons d'énumérer. On trouve notamment dans cette catégorie toutes les causes accidentelles, de la morsure de serpent à la blessure par arme blanche.



Sun Simiao

La médecine chinoise traditionnelle a conservé cette notion de facteurs endogènes et exogènes.

La matière médicale s'est extrêmement développée et s'enrichit de nombreux médicaments exotiques (mandragore, myrrhe, thériaque, fenugrec, opium, etc.).

L'expansion mongole s'accompagne d'une série de dévastations et de destructions qui viennent s'ajouter aux grandes famines. Toutefois, c'est un état florissant que nous décrit un peu plus tard Marco Polo (1254-1323), un état qui atteint les extrêmes limites de son expansion territoriale, de la Corée au Vietnam, et du Japon à l'Adriatique.

Durant cette période, quelques noms dominent le monde de la médecine :

- Liu Wansu (1110-1200), fondateur de l'école de *Hejian* (*Han liang pai*), utilise l'étiologie et la thérapie sur la base des Cinq mouvements six souffles (*Wu yun liu qi*). Il accorde une place prépondérante au Feu et à la Chaleur, d'où une prédilection pour les remèdes froids et frais.

- Zhang Yuansu est le fondateur de l'école de *Yishui*. La maladie est pour lui le reflet d'un déséquilibre fonctionnel des organes *Zang* et *Fu*.

- Li Gao ou Li Dongyuan (1180-1251) fut un disciple de Zhang Yuansu. Il fut un clinicien préoccupé par l'influence des conditions de vie sur l'organisme, et sur l'importance de la rate et de l'estomac, qu'il expose dans le *Piwei lun*. Il est le fondateur de l'école du renforcement de la Terre (*Bu tu pai*).

- Zhang Conzheng (1150-1228) est connu pour sa théorie des Six portes et trois méthodes (*Liu men san fa*). Les Six portes sont les six souffles et les trois méthodes : la purgation, la vomification et la sudorification (école de la purgation : *Yong xia pai*).

- Zhu Danxi ou Zhu Zhenheng (1281-1358) est connu comme un spécialiste de la médecine interne (*Neike*) et il fonde l'école de l'entretien du Yin (*Yang yin pai*).

- Hua Shou (vers 1341) découvre les taches d'un blanc bleuâtre qui, sur la muqueuse de la bouche, caractérisent les prodromes de la rougeole. Mais il est surtout célèbre pour ses commentaires des classiques (*Nan jing ben yi* notamment). Ce livre n'est pas commenté dans les annales des *Han* et passe pour antérieur à la période des Trois royaumes (220-280). Le texte définitif du *Nan jing* aurait été rédigé par Hua Shou vers 1361, et le texte gravé en 1366.

Michel Martorell

Suite dans le N°13 (voir encadré).

L'ACUPUNCTURE À QUATRE ÉPINGLES ...suite de la p.1

Zhen jiu fa : « méthode des aiguilles et des brûlures ». Quant aux premières ventouses, également utilisées en acupuncture, elles remontent au néolithique : on utilisait des cornes d'animaux chauffées et appliquées sur la peau pour y créer un vide afin de purger les maladies.

Au fil des siècles, les aiguilles d'acupuncture ont suivi l'évolution de la civilisation chinoise et de sa technologie : aiguilles de plus en plus fines, faites de pierre, d'éclats d'os ou de bambou (l'idéogramme *Zhen*, qui désigne l'aiguille d'acupuncture, comporte toujours la clé représentant le bambou). À la fin du néolithique (vers 2000 av. J.-C.) apparut la poterie, et avec elle, des aiguilles d'acupuncture en céramique. L'usage d'aiguilles de métal n'apparut qu'avec l'âge du bronze (Dynastie *Shang*, vers 1600 av. J.-C.) et se poursuivit à l'âge du fer, période où se développa la métallurgie, avec des techniques permettant de maîtriser le fer et l'acier. Ainsi, à l'époque des Royaumes Combattants (500 av. J.-C.), les aiguilles étaient déjà faites d'un acier fin et de très bonne qualité. C'est à cette époque que furent décrites dans le *Nei jing* les « 9 aiguilles traditionnelles », toutes couramment utilisées à l'époque, et que nous retrouvons encore aujourd'hui sous diverses formes. Plus tard encore, vers 200 av. J.-C., apparurent des aiguilles faites d'or, d'argent et de divers alliages. Toute cette évolution prouve déjà une chose : ce n'est visiblement pas le matériau des aiguilles qui conditionne l'action principale de l'acupuncture, comme aiment à le faire croire ceux qui ramènent l'acupuncture à une seule action électrique.

De nos jours, les aiguilles sont faites en acier inoxydable : elles sont à la fois résistantes, souples, ne rouillent pas, et sont d'un coût bas. Leur manche est souvent en cuivre, afin de permettre une meilleure transmission de la chaleur lorsqu'on y adjoint la moxibustion. Les aiguilles d'acupuncture sont aujourd'hui fabriquées industriellement, destinées à usage unique pour des raisons d'asepsie (même si, dans la réalité, leur corps plein limite considérablement tout risque de transmission virale, à la différence des seringues).

UN MODE D'ACTION NATUREL, MAIS TOUJOURS DISCUTÉ

Depuis quelques 25 siècles, l'acupuncture a eu tout le temps de faire les preuves de son efficacité. C'est du moins ce que semble penser un bon tiers de l'humanité, qui continue de l'utiliser couramment. Toutefois dans nos pays, la question de la scientificité de cette méthode reste toujours d'actualité, et des débats houleux continuent d'avoir lieu dans les milieux médicaux au sujet de son mode d'action supposé. Officiellement, elle n'est au mieux qu'une technique neurologique d'appoint dans le traitement de la douleur. Au pire, un procédé à l'action essentiellement psychologique. Que bon nombre de médecins ne se privent pourtant pas de pratiquer, avec la bonne conscience de répondre à la demande des patients, mais tout en conservant le « réflexe antibiotiques » à la première hésitation...

Alors, comment agit-elle, au juste, cette mystérieuse technique ? Observons la terre. Voyons-la comme un organisme vivant, parcouru de fleuves et de rivières qui sont ses artères et ses veines, de climats qui sont ses émotions, de forêts qui forment son système pileux, et de montagnes qui représentent ses protubérances osseuses.

La terre est parcourue de forces magnétiques et telluriques, qui accompagnent les mouvements de ses mers, de ses rivières, de ses volcans. Si ces forces ne sont pas visibles en elles-mêmes, l'instinct des sourciers, à l'instar de celui de la plupart des animaux, a démontré que l'on pouvait les détecter et en ressentir les effets. Est-ce chose si difficile à concevoir, qu'il puisse en être de même pour le corps humain, produit de cette terre ? N'est-ce pas d'ailleurs par analogie entre l'homme et la terre que ces courants ont été nommés « méridiens » dans notre langue (même si le terme n'est pas le mieux choisi, puisqu'il évoque quelque chose de fictif) ?

Un méridien d'acupuncture est donc un courant d'énergie. Tout comme le courant d'un fleuve qui lui donne sa force et peut, si on l'exploite, fournir de l'électricité. Chacun des « 14 fleuves » principaux qui parcourent le corps a pour source profonde un organe. Prenons par exemple le fleuve appelé « *Ren mai* », ou vaisseau de la conception. Ce méridien remonte sur la face antérieure médiane du corps, depuis les organes génitaux jusqu'à la bouche, en passant par le nombril et le plexus. Ce méridien a pour source l'utérus, appelé en chinois « chambre du sang ». D'où son nom de vaisseau conception : c'est sur son trajet qu'apparaît la fameuse « ligne brune » chez la femme enceinte. Cette ligne traduit l'état de plénitude de ce méridien pendant la grossesse.

Quant à l'homme, qui n'a pas de « chambre du sang », à quoi lui sert ce méridien ? À lui fournir une partie de son système pileux : en effet, le sang de son méridien, au lieu de se jeter dans une mer du sang purgée à chaque marée lunaire (cycle menstruel), remonte le long de ses berges pour irriguer une végétation typiquement mâle, allant du pubis au thorax et à la barbe. Cette végétation apparaît chez le garçon en même temps que les règles chez la fille. Certes, tous les hommes ne sont pas également velus : tous n'ont pas le même « débit fluvial ». Nous pourrions dire des hommes imberbes que s'il avaient été des femmes, leurs règles auraient été peu abondantes (nous laisserons au lecteur le soin de deviner, à partir de ce qui vient d'être dit, quels problèmes gynécologiques devait avoir la femme à barbe...) Enfin, si l'homme n'a pas d'utérus, il a une prostate, appelée en chinois « chambre du sperme ». Et les points du Vaisseau Conception sont, pour cet organe, de la même importance que pour le fonctionnement de l'utérus chez la femme.

À présent que nous avons fait un peu mieux connaissance avec l'un de ces « longs fleuves tranquilles », véhicules de la vie dans l'être humain, parlons un peu des points d'acupuncture. Que sont-ils et comment agissent-ils ? Regardons à nouveau ce qui se passe sur terre. Le débit des fleuves est contrôlé par des barrages, naturels ou artificiels, formant des lacs de retenue tout au long de leur parcours. Ces lacs sont des réservoirs d'eau et d'énergie. Lorsque les barrages cèdent ou sont artificiellement ouverts, ces réservoirs se déversent dans les fleuves, augmentant la production du courant et permettant d'irriguer la terre. Les points d'acupuncture sont assez semblables à ces réservoirs, présents à chaque accident du relief musculaire sur le trajet d'un méridien. Des appareils modernes permettent d'ailleurs de les localiser : à l'emplacement d'un point d'acupuncture, la résistance électrique est moindre qu'en d'autres endroits de la peau. La stimulation de ces points permet ainsi de libérer une énergie, un courant, et de faire participer ce courant,

BRÈVE HISTOIRE DE LA MÉDECINE CHINOISE

Dans chaque numéro de notre revue nous survolerons l'histoire de la médecine chinoise dans un ordre chronologique. Vous trouverez la suite de cet article dans le N°13 de septembre-novembre 2008. Les précédents articles de cette série sont consultables en ligne sur le site de l'UFPMTc : www.ufpmtc.com -> Rubrique téléchargement puis Actualité de la Médecine Chinoise.

INCA

L'enquête menée pour le compte de l'Institut National contre le cancer touche à sa fin et les résultats en seront prochainement disponibles. Elle a été, pour nous, praticiens et pour nombre de patients ayant accepté d'y répondre, soit par écrit, soit sous forme d'interview, l'occasion de rencontrer les sociologues de l'Université Paris V et de pouvoir parler clairement de notre pratique quotidienne dans ce cadre et des difficultés que nous rencontrons. Difficultés souvent dues au fait de ne pouvoir agir ouvertement, avec le stress inutile et lourd de conséquences dans le traitement de la maladie que ce manque de transparence occasionne pour les patients.

Encore un pas, nous l'espérons, vers un avenir plus simple.

ET LES MUTUELLES !

À la suite de nos démarches de ces deux dernières années (courriers à toutes les mutuelles répertoriées en France, rencontre avec certaines pour leur présenter un dossier comparatif de coût sur plusieurs pathologies...), mais aussi bien sûr grâce au fait que les patients (et électeurs !) sont davantage demandeurs du libre choix thérapeutique et plus au fait de ce que peut leur apporter la MTC, des mutuelles de plus en plus nombreuses ont commencé à rembourser les médecines alternatives en général et parmi elles la MTC, avec toutes ses branches thérapeutiques. Et c'est là le point important ! Beaucoup d'entre elles proposent un remboursement, mais tendent à se rétracter une fois les patients devenus clients chez eux, et refusent le remboursement parce que le mot « acupuncture » par exemple est entre parenthèses sur la note d'honoraires du praticien, ou toute autre raison fallacieuse. C'est le cas d'ALPTISS ou D'AG2R dans certaines régions. Soyez donc fermes dans ce cas : rappelez les termes du contrat que vous avez souscrit, surtout si vous avez changé de mutuelle dans le but d'obtenir un remboursement de médecine traditionnelle chinoise avec tous ses moyens thérapeutiques et pas uniquement de séances d'acupuncture. Comparez bien le nombre de séances de soins par an et le tarif par séance qui vous sont proposés. La CCMO mutuelle, née récemment, propose par exemple 10 séances à 35 euros par an (toutes thérapeutiques alternatives confondues).

Soyez aimable aussi de signaler au secrétariat ce genre de mésaventures si elles vous arrivent car nous allons renvoyer un courrier aux mutuelles concernées dans les prochaines semaines. Merci de votre vigilance et de votre mobilisation.

CALENDRIER 2008

Examen national 2008
28 & 29 juin 2008

A.G. & Conseil d'administration UFPMT
31 mai 2008

Congrès national de la CFMTC
Reporté en 2009

Prochaine parution du journal
Septembre 2008

L'ACUPUNCTURE À QUATRE ÉPINGLES

...suite de la p.2

par un mécanisme « d'aiguillage » avec d'autres points d'autres méridiens, à un résultat thérapeutique d'ensemble. C'est ainsi que, sur le méridien dont nous avons parlé, une vingtaine de points peuvent être utilisés pour traiter, selon la zone traversée par ce dernier, les troubles menstruels, digestifs, respiratoires ou cardiaques.

Une telle description peut ne pas sembler très scientifique. Mais lorsque la neurologie saura expliquer pourquoi, sur un même trajet nerveux, la ponction de deux points situés à quelques centimètres l'un de l'autre a des effets physiologiques différents ; lorsqu'elle pourra nous dire par quel mystérieux mécanisme la manipulation en « tonification » ou en « dispersion » de l'aiguille sur un même point peut induire des effets thérapeutiques opposés (faire digérer ou faire vomir, faire uriner ou contrôler la miction, faire transpirer ou arrêter la transpiration, etc.) ; bref, lorsque la médecine occidentale voudra bien remettre ses postulats mécanistes en question, un début de réponse pourra peut-être voir le jour. Inventeurs des premières boussoles et cartes du ciel, les chinois ont depuis toujours une vision énergétique, vibratoire, du monde. L'acupuncture est le reflet de cette théorie. Une théorie que la science, depuis Albert Einstein, peut reconnaître et expliquer. Mais que notre médecine « Pasteurisée » mettra sans doute encore quelques années à rejoindre.



UNE MÉDECINE, DES ACUPUNCTURES

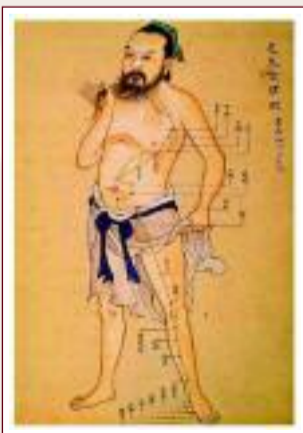
Un jour, une vieille dame avec un problème de santé très ancien vint me consulter en disant : « vous êtes le douzième acupuncteur que je vois ! ». Quand je lui demandai pourquoi elle persistait de la sorte, elle me répondit ingénument : « Et bien, jusqu'ici, aucun d'entre eux ne m'a dit, ni fait la même chose. Alors, je ne perds pas espoir... ». Autant dire qu'il y a bien des façons d'aborder et de pratiquer l'acupuncture ! Voyons-en quatre principales formes :

L'acupuncture « traditionnelle » fait partie des « interventions externes » (*Wai yong zhi liao*), incluant également le massage, les manipulations ostéo-articulaires, les emplâtres etc.), qui représente l'une des quatre grandes branches thérapeutiques de la médecine traditionnelle chinoise. Les trois autres branches sont la pharmacopée (*Zhong yao*), les exercices thérapeutiques (*Qi gong*) et la psychothérapie (*Xin li*). En tant que partie intégrante du système médical chinois, l'acupuncture traditionnelle est utilisée dans un esprit commun à l'ensemble des méthodes thérapeutiques, que ce soit en matière de diagnostic ou de traitement. Elle repose sur une vision holistique du patient, qui permet que le choix des points puisse être associé et compatible avec celui des plantes, des exercices ou des mots. C'est d'ailleurs cette compatibilité entre les différentes branches thérapeutiques, articulées autour d'un même diagnostic et d'un même principe de traitement, qui fait tout l'intérêt et la force de la médecine chinoise, au regard des techniques séparées ou à l'hyper-spécialisation des thérapies occidentales. Toutefois, l'acupuncture traditionnelle est loin d'être la seule, ni la plus pratiquée en Chine comme en Occident.

L'acupuncture « chirurgicale » est celle que l'on rencontre au sein des départements d'acupuncture des hôpitaux tradi-

tionnels chinois, qui correspond peu ou prou aux services de neurologie de nos hôpitaux modernes. On y traite essentiellement les maladies nerveuses : séquelles d'hémiplégie ou de paralysies, névralgies diverses, troubles nerveux et mentaux. Cette acupuncture sert accessoirement de méthode analgésique complémentaire à l'anesthésie opératoire. Elle est souvent pratiquée avec des aiguilles de fort diamètre, à des profondeurs parfois spectaculaires, avec adjonction d'électricité (électropuncture) ou de chaleur (moxibustion, lampes à infra-rouge). La logique de traitement comme le choix de points y sont relativement standardisés, faisant l'objet de statistiques et de protocoles de séances répétés. Lors des ponctions, on recherche souvent une réaction marquée de la part du patient. En fait, cette acupuncture aux accents chirurgicaux associe étroitement la notion d'énergie (*Qi*) en médecine chinoise à celle de neurotransmission en médecine moderne. Bien qu'elle dispose d'un champ clinique étendu, cette acupuncture s'est surtout spécialisée dans le traitement de la douleur et des troubles nerveux, et a tendance à laisser l'essentiel de la physiopathologie et de la médecine générale interne aux bons soins des autres services, utilisant préférentiellement la pharmacopée. Pour intéressante qu'elle soit, cette forme d'acupuncture reste donc d'un intérêt limité par rapport aux pathologies rencontrées en cabinet privé en Occident. C'est pourtant bien souvent la seule qu'il soit donné de découvrir aux étudiants se rendant en Chine pour y étudier la médecine traditionnelle.

L'acupuncture « réflexe » est une forme d'acupuncture simplifiée, enseignant des techniques faciles à mettre en œuvre et ne nécessitant pas de formation approfondie. Cette acupuncture de recettes, que l'on peut apprendre en quelques semaines, est avant tout destinée à soulager de façon symptomatique les troubles courants. C'est celle pratiquée par les médecins aux pieds nus (*Chi jiao yi sheng*), équivalents chinois des officiers de santé des campagnes napoléoniennes, formés rapidement sur le terrain afin de couvrir la campagne pour y soulager la souffrance. Au moment de la révolution culturelle, cette « acupuncture du peuple » enseignée par l'école de la nouvelle acupuncture (*Xin zhen jiu pai*) a connu un gros essor, et aujourd'hui encore, il existe en Chine des formations en trois semaines... pour des chinois qui viennent ensuite s'installer en occident, et se font passer pour de grands maîtres. Nous pouvons dire de cette forme d'acupuncture qu'elle ne fait pas partie de la médecine traditionnelle, mais de la médecine populaire. C'est un succédané de cette acupuncture simplifiée que l'on retrouve pratiquée en occident dans des techniques réflexes comme l'auriculothérapie, chez les praticiens qui piquent invariablement la même dizaine de points-à-tout-faire, ou chez ceux qui insèrent rapidement beaucoup d'aiguilles et de manière superficielle. Cette forme d'acupuncture a la faveur d'un certain nombre de



médecins acupuncteurs, qui voient en elle le moyen d'apporter un « plus » à leur pratique sans nécessiter la pose d'un diagnostic en médecine chinoise. Il ne faut pas rejeter l'intérêt de ces techniques, dont les effets symptomatiques sont appréciables ; toutefois, d'un point de vue traditionnel, leur intérêt reste limité dans la mesure où elles ne permettent pas de traiter les maladies à leur racine.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Qui a dit : « L'homme de bien exige tout de lui-même, l'homme de peu attend tout des autres » ?

ALORS, VOUS AVEZ RECONNU ?

C'est une parole de Confucius bien sûr ! Ce philosophe antique dont la pensée a largement influencé la société chinoise, y compris dans le domaine de la médecine traditionnelle...

Confucius définit un idéal, qui est le Jun-zì, l'homme de bien (par opposition à Xiao ren, l'homme de peu) : celui-ci doit tendre vers la plus haute forme d'humanité (le Ren).

Une parole énoncée il y a plus de deux mille ans peut encore, à notre époque moderne, être source d'inspiration...

En effet, dans notre société si sophistiquée mais de plus en plus bancal, où les valeurs humaines s'effacent sans bruit devant le triomphe technologique, où personne n'est plus responsable de rien mais trouve toujours des coupables pour tout, peut-être serait-il judicieux de repenser individuellement notre façon d'être et d'agir...

Est-il utopique de s'imaginer que si chacun d'entre nous gardait à l'esprit cette maxime, dans toute sa noblesse et sa simplicité, que ce soit en tant que parent ou enfant, praticien ou patient, enseignant ou étudiant, alors sans doute un grand nombre de nos difficultés s'estomperaient... ?

La sagesse de Confucius et d'autres grands sages est toujours là, à notre portée ; et pour peu qu'on prenne le temps de s'y intéresser, on y trouvera probablement des clés pour un monde meilleur...

Claire Debien

L'acupuncture « d'écoles », ainsi pourrait-on baptiser une forme d'acupuncture à l'opposé des médecines de terrain suscitées, qui se veut directement inspirée des fondements philosophiques de la médecine traditionnelle chinoise (Yin-Yang, Cinq Elements, théorie des méridiens, etc.), et qui s'est développée indépendamment des autres branches de la médecine chinoise. Au fil de son histoire, la Chine a ainsi vu fleurir de nombreuses écoles d'acupuncture, chacune défendant son interprétation personnelle de la théorie d'origine. Grands amateurs de philosophie, les français ont vite adopté cette acupuncture très conceptuelle, et se sont empressés de l'enrichir à leur manière. Depuis les années soixante, un certain nombre d'entre eux se sont illustrés en développant leurs propre théorie acupuncturale : forme et composition des aiguilles, algorithmes de traitement sophistiqués, systèmes de raisonnement complexes ou réducteurs, chacun y est allé de son inspiration. Et même si la Chine ne peut que détenir le record historique des évolutions de la méthode qu'elle a créée, le moins que l'on puisse dire, c'est que la France est un pays où l'on a des idées, car l'exégèse des textes anciens y a inspiré bien du monde ! Le problème reste tout de même que, derrière la bannière unificatrice de « l'acupuncture traditionnelle » apparaît un florilège d'écoles aux théories parfois incompatibles, voire opposées. De fait, lorsqu'il arrive aux différents « maîtres » de ces écoles de se pencher sur un même patient, ils sont souvent bien incapables de poser un diagnostic commun, ce qui est pourtant ce qu'on aurait attendu d'une médecine holistique. Ce n'est pas une préoccupation bien nouvelle en médecine, que de chercher à laisser son nom à une théorie plutôt que de soigner mieux grâce à elle... mais cette disparité nuit quelque peu à l'image de sérieux que l'acupuncture voudrait en Occident pour se faire admettre en tant que technique médicale à part entière. Il faut pourtant croire que la large tolérance d'action de cette méthode lui autorise quelques excentricités. Et puis, l'inspiration et les idées ne sont-ils pas aussi largement indispensables à toute recherche que le tâtonnement en aveugle ?

L'acupuncture « New Age » répand une approche de la vie et de la santé en phase avec un vingt et unième siècle qui s'annonce à la fois spirituel et high-tech. Avec cette forme d'acupuncture, l'énergie devient lumière et le soin, action karmique ! Pour aller dans le sens de la non-violence et soigner « l'énergie par l'énergie », les techniques se veulent à la fois plus douces et plus sophistiquées que les rudimentaires aiguilles : lasers, aimants, couleurs, sons ou gouttes d'huiles essentielles appliquées sur les points... Rien ne dit que ce « relookage » de l'acupuncture millénaire, frisant parfois le concours Lépine, lui apporte un quelconque surcroît d'efficacité sur le plan médical. Mais ce n'est pas nécessairement la prétention de ceux qui la pratiquent, et qui se limitent souvent à un nombre restreint de points ou de zones stimulées à partir d'une théorie « maison ». Bref, à défaut d'être la plus thérapeutique, cette acupuncture-là - si toutefois elle mérite encore cette appellation - apparaît sans conteste comme la plus agréable, la plus colorée et la moins dangereuse de

toutes. On pourra lui reconnaître au moins deux mérites : celui de ne pas nuire, ce qui n'est pas rien, et celui d'avoir une valeur psychosomatique ajoutée, ce qui est parfois énorme. Médicalement parlant, il semble toutefois plus raisonnable de réserver cette forme d'acupuncture à l'entretien et au bien-être.

Il semble important de faire la différence entre ces différents types d'acupuncture, même si, rappelons-le, toutes ont sans doute leur valeur et leur domaine de prédilection. On ne peut véritablement juger l'une d'entre elles comme supérieure aux autres, dès lors que toutes peuvent s'enorgueillir de résultats positifs. Au vu d'approches et de pratiques si différentes à partir d'une même méthode d'origine, cela confirme surtout le fait que l'acupuncture est une thérapie tolérante et peu iatrogène. Du point unique au corps couvert d'aiguilles, elle semble pouvoir être appliquée par différents biais, laissant au corps le soin d'y réagir soit positivement, soit d'ignorer ce qui lui est fait si cela ne lui convient pas. Heureusement, sinon, tous les moustiques seraient acupuncteurs... ou les patients morts depuis longtemps !

Patrick Shan

ADHÉSION / SOUTIEN

- 1 Je désire recevoir 1 brochure au prix de 4,75 €. Je joins un règlement par mandat ou par chèque, du montant ci-dessus, à l'ordre de l'UFPMT. (Pour toute commande en nombre, nous contacter).
- 2 Je désire recevoir gratuitement la liste des praticiens de l'Union professionnelle.
- 3 Je désire adhérer à l'UFPMT :
En tant que : Praticien (230 €)
 Étudiant (15 €) Usager (8 €)

Le bon de commande rempli et le règlement du choix n°1 et /ou n°3, sont à retourner à :
UFPMT - BP294 - 75464 Paris Cedex 10

Date : / / Signature

NOM : _____

PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____

VILLE : _____

TÉL. : _____

E-MAIL : _____

PATIENT DE MTC PRATICIEN DE MTC

ÉTUDIANT EN MTC

AUTRE, PRÉCISEZ : _____

« Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application de l'article 34 de la loi du 6 janvier 1978, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, faites-le nous savoir à l'adresse ci-dessus. »

DIETETIQUE CHINOISE : LA SAISON DU PRINTEMPS

Dès le début du mois de février, l'énergie du printemps fait son apparition. Toute l'énergie concentrée sous terre pendant l'hiver jaillit et grandit, c'est le temps de la germination et de la croissance, où tout sous le ciel et sur la terre déborde de vitalité. Jusqu'au début du mois de mai, c'est l'énergie *Shao Yang*, le jeune *Yang* qui s'élève. Saison de transition du froid de l'hiver vers la chaleur de l'été, le printemps est dominé par le vent, caractérisé par des changements brutaux de climat et de température.

L'ÉNERGIE DE L'HOMME

Le *Yang Qi* du corps humain se conforme à la nature et s'élève vers le haut et vers la surface du corps. Dans cette période où le temps change souvent et parfois de façon brusque, il est important de renforcer l'énergie protectrice. Sous l'effet du vent, les pores de la peau peuvent se relâcher, c'est pourquoi il est conseillé de s'emmitoufler au printemps, pour garder le corps au chaud et résister au vent et aux alternances de froid et de tiédeur printanière. Ne dit-on pas chez nous aussi : « en avril, ne te découvre pas d'un fil » ?

Le printemps correspond au mouvement Bois, et dans le corps au foie et à la vésicule biliaire. Les activités du foie sont plus vigoureuses au printemps. Le foie est responsable de la libre circulation du *Qi* et déteste la surpression. S'il est libre de réguler le *Qi* et le sang, il sera facile de s'adapter aux changements du printemps. Si le foie devient hyperactif, son mouvement ascendant va s'exagérer, il va contrôler et restreindre la rate et l'estomac, ou insulter le poumon. Par conséquent, des troubles digestifs ou respiratoires risquent de survenir ou s'aggraver au printemps.

ALIMENTATION DU PRINTEMPS

L'alimentation du printemps devra donc suivre les principes suivants : accompagner le mouvement de montée et d'extériorisation du *Yang qi* en évitant qu'il ne devienne excessif, favoriser la libre circulation du *Qi* du foie, protéger la rate et l'estomac.

Première précaution importante pour que le printemps se passe bien : éviter de trop manger : les surcharges alimentaires affaibliraient



Idéogramme du Qi

la rate et l'estomac, les rendant vulnérables ; de plus l'énergie se concentrerait dans l'interne pour une digestion laborieuse et ne pourrait accomplir son mouvement d'extériorisation.

Après l'alimentation plus riche de l'hiver, les jeunes pousses et les légumes nouveaux vont apporter dans notre assiette l'énergie plus légère du printemps et une grande richesse en énergie quintessenciée *Jing*. Les viandes jeunes participent de cette énergie Bois : un navarin d'agneau aux légumes printaniers illustre parfaitement cette combinaison. C'est également une période favorable pour consommer des poissons. Un peu de laitages aigres, de type yaourt, peuvent être intéressants, surtout si la saison est très venteuse, favorisant la sécheresse.

Pour mieux conserver toute la quintessence de ces aliments, la cuisson la plus adaptée en cette saison est le sauté à l'huile *chao* : saisis et croquants en surface, les aliments demeurent

presque crus à l'intérieur, riches de toutes leurs vitamines, mais beaucoup plus digestes ainsi que sous forme de crudités. Les beignets, enfermant les aliments dans la pâte saisie par l'huile, permettent également de conserver aux aliments toute leur valeur nutritive.

NATURE ET SAVEURS DES ALIMENTS

Parmi les saveurs, c'est la saveur acide qui est associée au printemps et au foie. Cette saveur a un effet plutôt astringent, qui va à l'inverse du mouvement de la saison. En consommer trop favoriserait la tension du foie et blesserait les muscles et les tendons. Mais elle est nécessaire en petite quantité pour nourrir le *Yin* du foie et ancrer son *Yang*, évitant ainsi une montée trop brutale.

À l'opposé, la saveur piquante favorise le mouvement d'extériorisation du *Yang* et mobilise le *Qi*, favorisant ainsi l'activité fonctionnelle du foie. C'est une saveur qui convient à merveille à cette saison. Au début du printemps on utilisera plutôt du piquant tiède, pour passer progressivement au piquant frais lorsque la tiédeur s'installe.

La saveur douce a pour propriétés de relâcher les tensions et de tonifier. Elle sera donc particulièrement indiquée au printemps : par son effet relâchant, elle évite le blocage du *Qi* du foie et protège les muscles et les tendons, qui sont facilement blessés en cette saison ; dans le même temps, elle renforce la rate et l'estomac, les protégeant des attaques potentielles du foie hyperactif.

EN RÉSUMÉ

L'alimentation doit combiner un peu de saveur acide pour nourrir le foie, du doux pour relâcher le

foie et renforcer la rate et l'estomac, du piquant sans excès pour activer le *Qi* et favoriser son extériorisation. Quant à la nature des aliments, on choisira plutôt des aliments neutres à tièdes au début du printemps pour garder la chaleur du corps et accompagner la montée du *Yang*, mais dès que la chaleur s'installe, on pourra utiliser un peu d'aliments de nature fraîche afin d'éviter une hyperactivité du *Yang*.

Une illustration parfaite de cet équilibre est le thé aux trois trésors servi vers la fin du printemps, moment propice au vent chaleur qui trouble la tête et les yeux : aux jeunes feuilles de thé vert sont associées les fleurs de chrysanthème (*juhua*), les petits fruits rouges du lycium (*gouqizi*), et les jujubes (*dazao*). Les fleurs de chrysanthème favorisent l'extériorisation du *Qi* mais pas trop, éliminent le vent chaleur et favorisent la circulation du *Qi* du foie tout en éliminant sa chaleur ; les fruits du lycium ou lyciet de barbarie nourrissent le sang et le *Yin* du foie, favorisent les yeux ; les jujubes renforcent la rate, relâchent les tensions, harmonisent l'ensemble de la préparation. Excellent pour éviter maux de tête, conjonctivites, maux de gorge, tout en restant d'une humeur radieuse !

Josette Chapellet

ÉCOLES ADHÉRENTES À L'UFPMTC

ACADÉMIE WANG DE MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE (AWMTC)

33, rue Bayard
F-31000 Toulouse
Tél. / Fax : +33(0)5 61 99 68 21
✉ awmtc@wanadoo.fr
🌐 www.awmtc.asso.fr

CENTRE D'ÉTUDES ET DE RECHERCHES EN ÉTHNOMÉDECINE (CEDRE)

BP 706
F-26007 Valence Cedex
Tél. / Fax : +33(0)4 75 56 69 10
✉ secretariat@cedre-fr.org
🌐 www.cedre-fr.org

ÉCOLE DE L'ÉNERGIE DES 4 SAISONS

Route du Col de la Frasse
F-74410 Entrevernes
Tél. / Fax : +33(0)4 50 77 11 84
✉ riviere.g@libertysurf.fr
🌐 www.qigong.fr

ÉCOLE LÜ MEN

67, cours Mirabeau
F-13100 Aix en Provence
Tél. / Fax : +33(0)4 42 54 31 06
✉ lumenecole@wanadoo.fr
🌐 <http://lecolumen.free.fr>

GROUPE DE RECHERCHE EUROPÉEN EN ÉNERGÉTIQUE CHINOISE (GREEC)

17 c, boulevard Albert 1er
F-06600 Antibes
Tél. / Fax : +33(0)4 93 34 58 24
✉ contact@greec.org
🌐 www.greec.org

INSTITUT CHUZHEN DE MÉDECINE CHINOISE (ICMC)

10, boulevard Bonne-Nouvelle
F-75010 Paris
Tél. : +33(0)1 48 00 94 18
Fax : +33(0)1 48 00 99 18
✉ infos@chuzhen.com
🌐 www.chuzhen.com

INSTITUT ÉNERGÉTIQUE DU CENTRE (IEC)

140, rue Jean Jaurès
F-03200 Vichy
Tél. : +33(0)4 70 31 08 34
✉ infos.iec@laposte.net
🌐 www.ifrance.com/iecfomation

INSTITUT LI SHIZHEN DE MÉDECINE CHINOISE (ILSMC)

34, rue Maurice Quatrevaux
F-60400 Noyon
Tél. : +33(0)3 44 01 09 47
✉ ilsmc@orange.fr

INSTITUT LU DONG MING

66, rue Jean Jacques ROUSSEAU
F-75001 Paris
Tél. : +33(0)1 40 13 04 33
✉ info@ludongming.com
🌐 www.ludongming.fr

INSTITUT SINO/FRANCO/VIETNAMIEN DE MÉDECINES TRADITIONNELLES ORIENTALES

318, rue d'Anse
F-69400 Villefranche sur Saône
Tél. : +33(0)4 74 60 68 59
Fax : +33(0)4 74 62 80 06
✉ marcmezard@yahoo.com
🌐 www.ifvmtc.com

INSTITUT YANG MING

24 bis, rue de Madrid
F-06110 Le Cannet
Tél. / Fax : +33(0)4 93 69 55 57
✉ institut-yangming@wanadoo.fr

BON DE COMMANDE



Recevez chez vous le livret
« La Médecine Chinoise »
Pour seulement 4,75 €

Recevez
gratuitement

« La liste des praticiens »

LA PHARMACOPÉE FAMILIALE !

Ceci est la suite du numéro précédent. Vous pouvez trouver les anciens articles sur : www.ufpmtc.com

Or donc voici la suite de notre feuilleton. Dans les épisodes précédents, nous avons suivi les aventures de *Juhua*, la fleur de chrysanthème séchée, *Jinyinhua*, la fleur de chèvrefeuille séchée elle aussi, *Sheng jiang*, le gingembre frais que l'on trouve maintenant dans toutes les bonnes épiceries, même non asiatiques.

Poursuivons notre saga avec le personnage suivant, *chen pi*, la « vieille peau de mandarine séchée » qui trouve elle aussi une place de choix dans notre arsenal thérapeutique familial.

Chen pi est de nature tiède, donc capable de tonifier et d'harmoniser (le Foyer moyen, la sphère digestive, la Rate et l'Estomac, bref notre petit moteur central responsable de la réception et la transformation en nutriments utilisables des aliments que nous ingérons ; toutes choses fort importantes n'est-ce pas ?). Pour les non-initiés, adhérents usagers de la M.T.C. par exemple, la nature d'une plante de pharmacopée correspond à l'effet thermique qu'elle produit sur l'organisme une fois ingérée et assimilée par celui-ci. *Chen pi* va donc réchauffer la zone dans laquelle elle arrive une fois reconnue, digérée, décomposée, transportée par la circulation sanguine... bref une fois son périple achevé. Réchauffer donc activer, dynamiser, mettre en mouvement si besoin est, et dans le bon sens s'il vous plaît.

Chen pi est aussi de saveur amère et piquante, donc apte à assécher, purger, et disperser ; c'est-à-dire le plus souvent – car c'est ce que l'on attend d'elle – à aider le *Qi* de l'estomac à descendre en entraînant avec lui toutes les glaires et mucosités qui y stagnent et passent leur temps à remonter dans les voies respiratoires (sans doute dans le but non avoué et perfide de s'y enflammer et s'y infecter à la moindre occasion, c'est-à-dire dès qu'un agent pathogène externe se présente. Saletés de virus et microbes divers !).

Il s'agit réellement de la peau de la mandarine arrivée à maturité que nous connaissons, dûment coupée, séchée, vieillie ou pour le dire plus délicatement, longtemps conservée ; dans le but de rendre sa saveur moins piquante et sa nature plus modérée.

À QUOI CELA NOUS SERT-IL, ME DIREZ-VOUS ?

En fait à régulariser le *Qi* et fortifier la rate, assécher l'humidité et transformer le tan (glaires, mucosités).

Donc utile dans les situations de nausées et éructations, voire vomissements, avec le ventre gonflé et lourd, dues à l'accumulation interne de froid et humidité, ou à la stagnation de l'énergie de la rate et de l'estomac, ou à une stagnation d'humidité trouble au centre qui nous fait perdre l'appétit et nous couvre la langue d'un enduit gras et épais, qui rend nos selles pâteuses. On sent bien là un ralentissement de nos fonctions digestives ; on dirait même qu'elles déclarent forfait, ou tout au moins « temps mort ». Il se peut même que l'accumulation aille jusqu'à entraver les fonctions de diffusion-descente des poumons et qu'une toux avec glaires abondantes apparaisse, ce genre de toux d'encombrement que l'on entend chez nos bambins après un bon goûter lacté et sucré chez les copains – jamais chez nous bien sûr – et quelques heures de jeux dehors sous la pluie, sans bottes pour patauger dans les flaques et sans capuche sur la tête (« Mais c'est parce qu'elle glisse tout le temps, maman ! »).

Chen pi est tonifiant avec les yao (drogues médicinales en M.T.C.) qui tonifient, évacuant avec les yao purgatifs, ascendant avec les ascendants, descendant avec les descendants. Et donc utilisable par tout un chacun pour aider à digérer, et combiné à d'autres yao dans les prescriptions des pros.

À la maison, c'est le produit par excellence de la mauvaise digestion. Mauvaise digestion toute simple, lors des excès de nourriture, mais aussi indigestion liée aux coups de froid et de vent, aux rhumes...

On en fait dans ces cas-là une « petite décoction ». Souvenons-nous : dans l'eau froide, puis porter à ébullition et à petits bouillons jusqu'à diminution des 2/3 à peu près. Et cette décoction a bon goût. Si si ! Elle fait une très bonne tisane digestive, même chez les tout petits, qui ne sont d'ailleurs pas forcément les plus difficiles.

Chen pi peut aussi faire bon ménage avec *Sheng jiang*, le gingembre frais, dans les décoctions de début de rhume où l'on sent qu'il faudrait faire digérer un peu plus, ou quand on entend déjà des bruits de glaires dans la toux débutante.

Et tout aussi bon ménage avec lui (ou sans lui) dans la cuisine, si l'on sent que ce qui mijote et sent bon risque d'être peut-être un chouïa trop gras ou trop lourd pour notre estomac. Ou tout simplement pour le goût.

Joëlle Vassail