

Le but de nombreuses thérapies d'Extrême-Orient est d'harmoniser un flux d'énergie vitale perturbé, le Qi. Le traitement se base sur les canaux de circulation du Qi, les méridiens, et les points d'acupuncture, sortes d'«écluses».

Jürg Lendenmann

Les méridiens

Les canaux de l'énergie vitale



La médecine traditionnelle chinoise (MTC) possède cinq piliers thérapeutiques: acupuncture/moxibustion, traitement médicamenteux, tui-na (massage), taichi/chi gong (thérapies par le mouvement) et diététique/enseignement de l'alimentation. En plus du Yin et du Yang – les cinq phases (éléments) – le Qi (énergie vitale) est l'un des éléments centraux: son dérèglement peut causer des maladies.

Les méridiens pour la circulation du Qi

Selon le plus vieil ouvrage de médecine chinoise datant d'il y a plus de 2000 ans, le «Classique de la médecine interne de l'empereur jaune» (Huang Di

Nei Jing), le qi et le xue (sang) circulent dans des canaux, les méridiens, qui forment un réseau invisible reliant tous les organes et substances vitales (sang, qi, liquides corporels et Jing/essence). Chacun des 12 principaux méridiens est attribué à un cercle de fonction: un organe de réserve (zang) ou un organe viscéral (fu). D'autres systèmes méridiens existent, comme les 8 méridiens extraordinaires, les 15 vaisseaux de liaison, les 12 méridiens musculaires et les 12 méridiens distincts.

Les 361 points d'acupuncture classiques sont significatifs pour les traitements. Ils se trouvent sur les 12 méridiens ordinaires et les 2 méridiens extraordinaires Du Mai (vaisseau gouverneur) et Ren

Les douze méridiens contrôlent la vie humaine, mais ils sont aussi le lieu où peut exister la maladie. Quand la maladie débute dans les méridiens, le médecin peut utiliser les méridiens pour traiter la maladie à sa racine.

Extrait de: Huang Di Nei Jing, env. 200 av. J.-C.

Mai (vaisseau conception) et sont des «ouvertures d'influence», les «écluses du Qi», permettant d'atteindre et d'influencer le Qi.

Traitements simples, efficaces et sans danger des zones réflexes

«Le système méridien est la forme chinoise des zones réflexes», écrit le Prof. Dr méd. Alexander Meng, neurologue, psychiatre et spécialiste de la MTC dans son livre «Chinesisch heilen». «Le traitement des zones réflexes, comme le massage tui-na, l'acupuncture, la moxibustion, les ventouses, etc. est plus efficace, plus simple et moins dangereux. L'application sur les points méridiens des mains, aisselles, jambes et pieds a plu-

sieurs effets.» Parmi les domaines d'application typiques de la MTC, citons:

- Douleurs chroniques: douleurs dorsales, douleurs des petites et grosses articulations, rhumatismes des tissus mous, tennis-elbow, migraines, céphalées, douleurs nerveuses et douleurs fantômes.
- Problèmes neurologiques, troubles nerveux: dépression, anxiété, épuisement, troubles obsessionnels, vertiges, acouphènes, troubles du sommeil.
- Maladies internes: allergies, rhume des foies, asthme, bronchite, inflammation des fosses nasales, côlon irritable, maladie de Crohn et colite ulcéreuse.
- Troubles féminins, grossesse: douleurs avant/pendant la menstruation, ménopause. Préparation à l'accouchement, nausées de grossesse.
- Maladies cutanées: acné, eczéma, névrodermite et psoriasis.
- Troubles vésicaux, troubles masculins: infection urinaire, douleurs lors de la miction, vessie hyperactive, incontinence urinaire. Impuissance, inflammations de la prostate.

- Troubles oculaires: inflammations oculaires non infectieuses.

Diagnostic et traitements

Avant un traitement, le thérapeute établit le contexte du trouble en fonction de l'équilibre énergétique. Pour cela, il pratique un questionnement complet, ausculte (diagnostic de la langue surtout), tient compte de la sonorité et de l'odeur, et prend le pouls. Le flux du Qi est ensuite harmonisé selon des points définis: les blocages sont dénoués, le trop plein est évacué et le vide est comblé. Différentes méthodes sont à disposition. Les plus connues sont les suivantes:

Acupuncture: au départ, les aiguilles utilisées étaient en pierre, puis en bronze, en fer, en céramique, en argent et en or. Aujourd'hui, on utilise des aiguilles stériles en acier. Les méthodes d'acupuncture sont multiples.

«Tout ce que l'aiguille ne parvient pas à guérir, elle le brûle», peut-on lire dans le Huang Di Nei Jing. Dans la **moxibustion**, une légère chaleur produite par la combustion de laine de moxa (venant de l'armoise) sur un point d'acupuncture sert

de stimulant. Plus anciennes encore que l'acupuncture, des techniques manuelles consistant à presser, dilater, pousser et masser, peuvent remettre le Qi en ordre. Aujourd'hui, on utilise entre autres le massage chinois **tui-na** (anmo), le **shiatsu** et l'**acupressure**. Le Qi peut également être influencé par les ventouses.

Tout est dans le flux

Depuis la parution du Huang Di Nei Jing, les traitements de méridiens ont connu certaines évolutions. De nouveaux méridiens et points d'acupuncture ont été découverts; l'auriculothérapie, par exemple, n'a qu'une soixantaine d'années. D'autre part, le laser, le courant électrique, les champs magnétiques et les couleurs stimulent désormais les points d'acupuncture.

Liens

www.tcmwiki.com (en anglais)

www.akupunktur-tcm.ch

www.sacam.ch (en allemand)

www.sbo-tcm.ch