

2. ETIOLOGIES, & PATHOLOGIES

Toute douleur,
articulaire, névralgique,
viscérale ou émotionnelle,
est due à une obstruction
à la libre circulation d'énergie.

Si un blocage énergétique est cause de maladie, il reste forcément incomplet, sinon il y aurait nécrose tissulaire, puisque l'énergie est indispensable à la vie à tout niveau ; mais une entrave nette, de diverses origines possibles, se manifesterà de différentes façons, toutes suffisantes pour que ces perturbations soient douloureuses ou gênent le bon fonctionnement des organes de la région, que ce soit par excès d'énergie ou par insuffisance. Tout ce qui se trouve près de l'obstruction, articulations et viscères, fonctionnera mal. Si l'on compare le flux d'énergie à une

Acu-AnMo

rivière, pour rétablir la santé il faudra "ouvrir les écluses" là où elles ont été fermées de façon intempestive.

Toute l'approche de l'Acu-AnMo sera donc basée sur la constatation que quand l'énergie circule mal, tous les muscles et viscères de la région perturbée fonctionnent mal. Et ce qui lève l'obstruction normalise le tout. Ainsi, à titre d'exemple, un seul point peut traiter à la fois des douleurs lombaires, des ballonnements abdominaux, des troubles des règles et/ou des troubles urinaires, quand leur cause est commune, ce qui est en souvent le cas, lors d'un blocage énergétique situé au niveau de la région lombaire.

Tout est relié dans le corps. Si l'énergie est bloquée au niveau du nombril, le patient pourra avoir une ou plusieurs des pathologies de part et d'autre de l'ombilic, à la face antérieure et/ou postérieure du corps. Aborder les choses ainsi simplifie considérablement diagnostic et traitement, et diminue donc aussi le risque d'erreurs, donc d'échecs : dès que la circulation est rétablie, dès que le flux énergétique est libéré, après stimulation du ou des points soigneusement choisis en fonction du type d'obstruction et de sa localisation, tout fonctionne à nouveau normalement.

Il y a de nombreuses variantes possibles de troubles de la circulation de l'énergie, mais il est en général assez facile de déterminer chez chaque individu ce qui ne va pas.

Le traitement sera donc personnalisé, souvent différent d'une personne à l'autre alors que les symptômes semblent identiques. Peu de points suffiront en général : souvent même un seul.

Il y a tout intérêt à ne pas attendre que la maladie se complique

Acu-AnMo

par d'autres blocages énergétiques : il faudrait alors stimuler plus de points plus souvent, et le traitement sera plus long.



La stimulation des quelques points cutanés utiles, choisis de façon logique, précise et reproductible (donc scientifique) peut traditionnellement se faire par différents moyens :

► Aiguilles : mais piquer peut provoquer une perte d'énergie, alors que l'on voudrait simplement la répartir ;

► Il peut être avantageux d'utiliser, quand cela est indiqué, une autre méthode Traditionnelle, passablement tombée dans l'oubli : c'est la stimulation uniquement externe du point cutané choisi pour ses effets sur le désordre énergétique cause de maladie. Cette stimulation se fera selon un protocole précis, à l'aide d'un stylet¹.

Stricto sensu c'est cette approche qui s'appelle AnMo (voir l'explication plus détaillée de ce terme au prochain chapitre). On ne perce pas la peau ; ceci permet un résultat plus net, souvent instantané.

A titre de comparaison, on ouvre ainsi l'écluse fermée à tort, en appuyant sur le bon commutateur, situé à distance.

L'AnMo peut donc par exemple être pratiqué par les Kinésithérapeutes (car il n'y a pas effraction de la peau), pour traiter les douleurs articulaires.

¹ Ce n'est donc pas ce que l'on appelle 'digitopuncture' - ce qui signifie mot à mot 'piquer avec les doigts'... en fait masser le point avec les doigts, qui est une méthode beaucoup moins performante.

Acu-AnMo

► S'il faut apporter de l'énergie, ce qui n'est pas rare¹, nous utilisons des moxas (terme japonais désignant un rouleau ou une boulette d'une plante, *Artemisia Sinensis*, variété d'armoise, qui apporte beaucoup de chaleur à un point précis, un peu comme un laser, et non de façon dispersée, comme une cigarette. Un moxa peut être utilisé seul (armoise en rouleau, tenu à la main) ou être planté sur une aiguille (boulette). Ceci permet d'apporter chaleur et/ou énergie à un point précis. (Il ne s'agit pas de cautérisations, les moxas ne touchant jamais la peau.)

Il est regrettable que l'odeur quelque peu envahissante des moxas limite leur emploi pour bon nombre d'acupuncteurs, qui souvent ne s'en servent tout simplement pas. Or il n'y a pas d'autre moyen d'apporter de l'énergie quand celle du corps est affaiblie, ce qui est fréquent, ou quand un excès de froid demande un apport de chaleur.

Le terme AnMo ne désigne que la façon de stimuler sans aiguilles les points d'acupuncture, sans présager du choix de ces points. Comme notre façon de les choisir obéit à un raisonnement précis basé sur la Tradition de MTC, la méthode décrite ici est appelée Acu-AnMo.



Il faudra éventuellement vérifier si ce qui a perturbé la circulation de l'énergie est toujours présent, et dans ce cas y remédier pour éviter les rechutes.

Ces causes, à ne pas confondre avec les facteurs déclenchants,

¹ Voir chapitre 6

Acu-AnMo

comme le surmenage, les déséquilibres climatiques, etc..., peuvent être diverses. Les principales sont les suivantes :

► Un choc physique a tendance à figer l'énergie (d'où le besoin de se frictionner qu'on éprouve quand on s'est cogné : cela peut remettre l'énergie en route avant qu'un ralentissement durable ne s'installe). Le choc peut aussi provoquer des contractures, crispations des muscles à certains endroits, rendent l'organisme rigide, ce qui gêne la circulation fluide de l'énergie (voir plus loin).

► Des erreurs diététiques répétées, qui provoquent par encrassement du corps une gêne à la circulation normale de l'énergie. Une modification alimentaire spécifiquement adaptée, individualisée, peut dans ces cas grandement faciliter les effets de l'Acu-AnMo. Un facteur alimentaire est constant en cas de douleur dite 'Bi', souvent aggravée par certaines conditions climatiques.

► Des chocs psychiques importants (à ne pas confondre avec le stress, ces contrariétés de la vie quotidienne), "cristallisent" en quelque sorte l'énergie, favorisant les troubles émotionnels. Les émotions favorisent des manifestations physiques par blocage énergétique, et le blocage énergétique entretient les émotions.

Ceci peut donc se manifester soit sous forme de trouble psychique, soit souvent sous forme de douleur - ou autre symptôme ne cédant pas à un traitement pourtant bien mené (ou à une combinaison des deux).

► Un effort brutal et inadapté :

(ex : soulever un poids trop lourd, ou se faire une entorse, etc.)

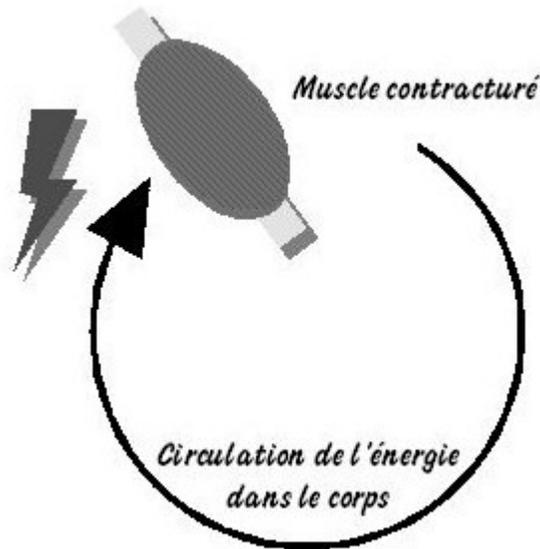
Ceci provoque une douleur dite par "blocage du Sang". (N'oublions pas que nous utilisons ici, comme dans toute Médecine Traditionnelle, un raisonnement Analogique, mnémotechnique, qui,

Acu-ÀnMó

bien que très détaillé, est plus synthétique que descriptif : il ne faudrait pas prendre les mots utilisés à la lettre. Le 'Sang' dont il est question ici n'est qu'un aspect le plus grossier de l'énergie)¹

Signalons aussi que tout blocage énergétique prolongée provoque une stagnation du 'Sang' à l'endroit douloureux, ce qui aggrave encore la douleur.)

- Une cicatrice importante, superficielle ou profonde, peut parfois gêner localement la circulation du Qi.
- Une cause des plus fréquentes semble être une contracture musculaire, elle-même d'origine traumatique. Le muscle étant alors anormalement dur, contracté en permanence, et consommateur excessif d'énergie, gêne sérieusement le passage de celle-ci.



La contracture musculaire comme cause d'obstruction à la circulation énergétique

¹ Pour la définition plus poussée d'un raisonnement analogique, voir, du même auteur : 'Médecine Traditionnelle Européenne'.

Acu-AnMo

Le dysfonctionnement musculaire pourra être traité par l'Acu-AnMo, mais nécessitera parfois un traitement manuel, de préférence par la méthode qui traite spécifiquement les muscles, la Myothérapie¹.

Tout est relié : les muscles forment un réseau comparable aux mailles d'un filet, de haut en bas du corps, au repos comme en activité, et donc aussi en cas de maladie. C'est pourquoi la contracture d'un muscle a tendance à se multiplier dans le corps comme une tache d'huile qui s'étend, provoquant d'autres contractures. La cause première ne se trouve donc pas forcément là où les symptômes se manifestent.



Il y a diverses sortes d'obstructions énergétiques possibles, qui vont se manifester de différentes façons, en plus de leur localisation variable. Ce qui donne de nombreuses possibilités ; à chacune correspond un point d'acupuncture spécifique.

La combinaison de la nature et du lieu de l'obstruction peut donner lieu à un traitement n'utilisant qu'un seul point, qui en est spécifique. Parfois le traitement est un peu plus complexe, surtout si les douleurs sont multiples, ou s'il y a une influence émotionnelle ou alimentaire, mais chaque point sera néanmoins choisi pour son action spécifique. Moins on stimule de points (ce qui implique de connaître leurs effets exacts sur l'énergie), plus on est précis, donc efficace.

Les principales variétés de gêne à la circulation de l'énergie

¹ Voir nos livres consacrés à la Myothérapie

Acu-ÀnMó

donc de douleurs de l'appareil locomoteur, de troubles viscéraux, etc., sont les suivantes :

- les barrières ou barrages, obstacle important au flux énergétique ;
 - les ralentissements localisés de l'énergie, aussi appelés stases ou stagnations ;
 - la non-diffusion transversale de l'énergie (torrents) ;
 - les déséquilibres énergétiques surface/profondeur avec excès au niveau musculaire ;
 - les insuffisances (vides) d'énergie
 - les 'Bi', obstructions par un déséquilibre du Terrain dû à des erreurs alimentaires répétées, avec aggravation en fonction de certains facteurs climatiques ;
 - le blocage de certains méridiens dits curieux ou extraordinaires
 - les dysfonctionnements des 'grands méridiens' déterminés par leur localisation en fonction de territoires cutanés ;
 - les déséquilibres énergétiques entre méridiens couplés (rare) ;
 - les blocages énergétiques ponctuels (A-Shi).

Nous consacrerons plusieurs chapitres détaillés aux principales variétés de blocages énergétiques. Il peut cependant être intéressant d'avoir dès à présent une vue d'ensemble.

X Les **Barrages**, ou passages obstrués, ou barrières, sont comme une écluse fermée de façon intempestive sur le flux de l'énergie. Comme une barrage sur un lac de retenue, il y aura un excès d'énergie en amont, et une insuffisance en aval.

Ces blocages énergétiques se font en général aux grosses

Acu-ÀnMó

articulations : nous verrons que le mot chinois "Guan" peut signifier barrière, obstruction, mais aussi articulation. Si en Occident une articulation est symbole de mobilité, pour la Médecine Chinoise elle est plutôt le lieu privilégié d'un blocage de l'énergie !

Chaque grosse articulation est un peu comme une écluse pour l'énergie, écluse qui devrait toujours être ouverte, mais que certaines circonstances anormales amènent à se fermer.

Ces barrages existent aussi au niveau du thorax ou de l'abdomen. Pour donner un exemple, a-t-on remarqué que dans la plupart des cas de douleurs lombaires le malade a les lombes chaudes à la palpation et les fesses froides ? Ceci est dû au fait que l'énergie chaude (Yang) descendante se bloque souvent au niveau de l'articulation lombo-sacrée, d'où un excès de chaleur en amont (peau chaude au niveau lombaire) et un manque de chaleur en aval, se traduisant par une peau nettement plus froide au niveau lombaire, et une douleur au niveau du blocage. Ce blocage pouvant se répercuter sur les viscères de la région : douleurs abdominales par excès d'énergie, troubles urinaires ou gynécologiques par insuffisance.

Dès que l'énergie passe à nouveau normalement, grâce à un traitement approprié ne comportant en général qu'un ou deux points, qui ouvrent l'écluse intempestivement fermée, la douleur disparaît rapidement (ou au moins est très nettement atténuée au début) et la température de la peau s'égalise progressivement.

X Les **Stases** ou Stagnations sont des ralentissements de l'énergie (qui peuvent être isolés ou associés à un Barrage - dans ce cas, une fois l'écluse ouverte il faut parfois remettre en route l'énergie). C'est comme un embouteillage d'énergie. Typiquement le patient se plaint d'une raideur au début du mouvement (par exemple au lever du lit le matin) qui disparaît plus ou moins vite

Acu-ÀnMó

avec le mouvement.

X Les **Torrents** se manifestent sous la forme d'une névralgie localisée au trajet d'un méridien (sciatique, névralgie cervico-brachiale, cruralgie, céphalée d'Arnold, etc.). Il s'agit d'une diffusion latérale insuffisante de l'énergie du méridien : au lieu de couler comme le Nil en crue, irriguant les alentours, l'énergie circule par endroits presque comme dans un torrent, créant un trop-plein énergétique au niveau de ces portions du méridien, ce qui est source de douleur.

La douleur est linéaire et fine, étroite. Un point du méridien concerné suffit habituellement à traiter cela. C'est le même où que se situe la douleur sur le méridien. Ainsi on peut faire disparaître une douleur linéaire du cou, si elle est de type "torrent", par un point situé au pied !

X Les troubles des "**Muscles des Méridiens**" (Jing Jin).

Souvent appelés à tort 'Méridiens Tendino-Musculaires', il s'agit en fait de troubles de l'énergie musculaire du méridien (TEM).

S'il y a un déséquilibre entre l'énergie de surface (niveau du méridien principal) et celle de la profondeur, au niveau des muscles dépendant du même méridien, on constate toujours un excès d'énergie au niveau des muscles, aux dépens du niveau cutané, excès qui provoque des douleurs par hypertonie (comme pour une contracture). Ici les douleurs seront linéaires comme pour les torrents, mais larges, diffuses, profondes, aggravées souvent par le mouvement.

Une perturbation de l'énergie musculaire sera traitée par des points du méridien qui le contrôle, car il ne s'agit en aucun cas d'un quelconque méridien 'tendino-musculaire' autonome.

Il suffit de rétablir l'équilibre énergétique entre la surface et

Acu-ÀnMó

la profondeur du méridien, pour obtenir une amélioration nette dès la première séance.

X Les déséquilibres énergétiques entre **Méridiens couplés**

Les méridiens sont couplés 2 par 2 : un Yin et un Yang, reliés par un vaisseau (flux) de communication, appelé Lo ou Luo. Théoriquement il y a autant d'énergie dans chacun des deux méridiens. Cependant si, pour une raison quelconque, un déséquilibre se crée, ceci est parfois source de douleurs.

Ce trouble semble néanmoins assez rare par rapport aux autres.

X Les dysfonctionnements des '**Grands Méridiens**', c'est à dire deux méridiens de même nature, Yin ou Yang, l'un passant par le bras et l'autre par la jambe, (ex : Shou Tai Yang - IG et Zu Tai Yang - V) qui sont alors considérés comme une unité énergétique.

Le diagnostic du Grand Méridien concerné sera déterminé par la localisation des douleurs en fonction de territoires cutanés précis appelés Pí Bù. Il peut aussi y avoir des dermatoses.

Toute la surface cutanée du corps est en effet divisée en 12 zones dépendant chacune d'un méridien.

Quant au traitement, il se fera par certains des points appelés en Occident 'Points Shu Antiques', et en chinois simplement '**Wu Shu**', c'est-à-dire '5 points', qui peuvent réguler bon nombre de troubles, 5 points de commande par méridien (donc au total 60... possibles, mais on n'utilisera bien sûr que le seul qui correspond exactement au diagnostic posé).

Ce sont eux aussi qui permettent de traiter les troubles d'énergie musculaire cités plus haut.

X Troubles de **Méridiens** dits **Curieux** ou Extraordinaires ou Merveilleux (Qi Jing).

Acu-ÀnMó

Ce sont 8 flux d'énergie plus ou moins distincts des 12 méridiens principaux, flux d'énergie qui n'ont pas de points qui leurs sont propres (sauf pour 2 d'entre-eux qui passent exactement sur la ligne médiane antérieure et la ligne médiane postérieure, et qui possèdent de nombreux points).

Ils peuvent être source de douleurs ou d'autres symptômes en cas de mauvais fonctionnement.

Des points de commande situés sur les méridiens principaux sont là pour normaliser chaque 'vaisseau merveilleux'.

X Les **Vides d'énergie**, faisant suite à des surmenages, des hémorragies, des maladies prolongées, des insuffisances d'énergie héréditaire, des erreurs alimentaires répétées, etc... peuvent être responsables de douleurs, en général associées à de la fatigue.

C'est un trouble fréquent.

X Des **micro-blocages d'énergie** peuvent se situer n'importe où, souvent dans un muscle.

La pression sera douloureuse à cet endroit. Le patient dira au médecin qui le palpe : « Ah, c'est là », ce qui en Chinois se dit : « A Shi ». (prononcé a-scheu). On appelle donc ces points, qui ne sont pas forcément sur un méridien mais que l'on peut traiter directement pour soulager la douleur localement, des points 'A-Shi'.

X Enfin les **Bi** (à prononcer 'Pi') sont un cas un peu particulier. Ce mot est traduit au mieux par 'rhumatismes'. Ils se manifestent par des douleurs qui ont souvent la particularité d'être nettement aggravées par certains climats (pour les unes ce peut être par l'humidité, pour d'autres ce sera le vent, enfin pour d'autres encore le froid). Classiquement on considère que leur cause est la pénétration de cette "énergie externe climatique nocive perverse"

Acu-AnMo

dans le corps.

Nous pensons qu'il faudrait plutôt considérer que l'exposition répétée à certains climats aggrave des déséquilibres préexistants.

Sinon une exposition excessive au froid et/ou à l'humidité ne provoquera qu'un trouble passager, comme un rhume.

Certes, on dit bien : "attraper froid" pour s'enrhumer, en français comme en anglais, ce qui nous semble bien correspondre à ce qui se passe¹. Mais entre un rhume et une douleur, il y a une différence dans l'intensité du déséquilibre du Terrain et des facteurs qui causent ce déséquilibre.

Prenons l'exemple du vent. Celui-ci n'est pas "pervers" en soi, sinon tout le monde serait malade : partout il y a souvent du vent. Cependant un excès d'exposition au vent, répété et/ou intense, peut contribuer à *aggraver* un déséquilibre du Terrain créé par une alimentation inadaptée, déséquilibre qui va se manifester par des douleurs s'il est intense. Ce qui s'exprimera par des douleurs caractéristiques du déséquilibre du Terrain et de l'énergie climatique déclenchante.

Paradoxalement on comprend mieux la notion de Terrain par la Tradition Européenne², car la MTC ne la décrit pas aussi clairement (et nous n'allons pas adopter une alimentation chinoise en Occident, si bonne soit-elle). La combinaison d'une diététique Européenne (adaptée au Terrain) et de stimulation points d'acupuncture spécifiques par l'Acu-AnMo permet de rééquilibrer le Terrain et de guérir les douleurs dues aux 'Bi'.

Orient et Occident se rejoignent... et se complètent.

1 voir du même auteur : Médecine Traditionnelle Européenne.

2 idem

Acu-ÀnMó



Nous pouvons tirer quelques conclusions de ce qui précède:

a) Ce qui est transmis comme Traditionnel peut s'avérer inexact ou mal compris (ex : les Bi présentés par certains comme seules causes de douleurs ; la notion d'énergie dite 'perverse') ; Tradition n'est pas dogme, mais vie et évolution, tout en restant fidèle aux principes fondamentaux.

b) Il ne faut pas se fixer sur *une* Tradition : nous prenons l'Acupuncture dans la Tradition Chinoise (MTC), car elle peut s'appliquer partout et n'existe dans aucune autre Tradition ; mais pour le Terrain et la Diététique, la Tradition Européenne (MTE) nous semble plus claire¹. D'autant que tout concorde entre les deux approches.

Par exemple pour les Bi-Vent il est recommandé en M.T.C. de stimuler le sang ; or en M.T.E. le Terrain Sang est l'opposé exact du terrain Vent. Si ce dernier est en excès, il est logique d'augmenter ce Terrain Sang pour rétablir l'équilibre (analogiquement parlant, bien sûr).

On voit ainsi que des Traditions différentes, mais utilisant un raisonnement Analogique, se complètent parfois utilement.

c) L'importance de la diététique est soulignée en MTC comme en MTE : on peut penser qu'avec une alimentation correcte la moitié des maladies ne se produiraient pas... ; on dit classiquement que la diététique est la première aiguille de l'acupuncteur. Nous n'avons cependant pas à manger 'chinois' pour guérir ou rester en bonne santé...

d) Il en va de même pour les plantes médicinales : pourquoi

1 Idem

Acu-ÀnMó

chercher en Chine ce que nous avons chez nous, ou qui a été importé de tout temps comme les épices ?

Il y a tout avantage à prendre ce qu'il y a de mieux dans chaque Tradition.

