



Association pour l'Alternative en Médecine

« Pour une information sur les médecines alternatives et complémentaires en faveur de leur reconnaissance et leur intégration dans les secteurs de la médecine libérale et hospitalière »

Numéro 24---mars 2010

EDITORIAL

Le 31 mars 2010

Tout d'abord je tiens, au nom du CA de l'APAM et de tous les adhérents, à féliciter le plus illustre de nos membres fondateurs, M. Georges TRON, Député – Maire de Draveil, pour sa nomination au Secrétariat d'Etat à la Fonction Publique. Puisse-t-il y mener les actions correspondant à ses compétences et son éthique, dont nous connaissons la profondeur.

Chacun se souvient que dans l'éditorial du bulletin n°22 de novembre 2009, j'écrivais : « *Le refus de certains soignants et d'une grande partie de la population de se faire vacciner contre la grippe A H1N1v traduit un malaise beaucoup plus profond, comme s'il s'agissait de signaler une contestation à l'autorité publique qui porte la lourde responsabilité de véhiculer des messages contraires aux valeurs de notre culture et aux fondements de notre démocratie* ».

Quelques mois ont passé, et il est malheureusement facile de constater combien cette vision des choses était pertinente. En effet, on sait aujourd'hui que la fameuse pandémie de grippe A H1N1v n'était qu'une simple épidémie saisonnière. Et chacun a pu se faire une idée précise des raisons de la dramatisation officielle en prenant connaissance des conflits d'intérêts existant entre les experts de Ministère et les laboratoires pharmaceutiques et du coût de cette campagne inutile.

Mais surtout : les résultats des récentes élections régionales nous ont permis de confirmer la pertinence de notre point de vue en montrant, à travers le taux record d'abstention et le vote sanction, combien le sentiment de défiance du peuple français à l'égard de l'autorité publique et de ses représentants était réel et profond.

Il faut donc continuer de marteler cette vérité première : c'est au mouvement associatif, en particulier à des associations comme la nôtre, qu'il incombe aujourd'hui de porter haut les couleurs d'un « humanisme » que chacun appelle des ses vœux.

L'ancien « humanisme », issu des valeurs du 18^{ème} siècle, est devenu tellement moribond qu'il est urgent d'en réinventer un nouveau, éclairé par les « Lumières » d'un 21^{ème} siècle enraciné dans les valeurs de notre République, respectant la dignité humaine, faisant la promotion d'une juste répartition des richesses tout en défendant la liberté de l'accès aux soins.

Pierre Popowski
Président de l'APAM

Compte rendu du
FORUM DE L'ASSOCIATION POUR
L'ALTERNATIVE EN MEDECINE

Samedi 30 janvier 2010
15h – 18h
« La Grange au Bois – Salle de l'Orangerie »
YERRES

Thème :
RYTHMES BIOLOGIQUES,
UN AUTRE REGARD

Intervenants

- **Rythmes biologiques** : Dr Pierre POPOWSKI
- **Les rythmes en médecine traditionnelle chinoise** : Dr Udo GIAVARINI
- **Le cycle journalier acide-base** : Dr Bao LE TUAN
- **Ostéopathie et rythmes tissulaires** : M. Pierre RÉMY

Dr Pierre POPOWSKI
RYTHMES BIOLOGIQUES

Qu'est – ce que le cosmos ? Qu'est – ce que la vie ?
Qu'est – ce que la pensée ?...

- Une réponse « simple »...
- La simplicité était, pour les grecs, « le sceau même de la Vérité »
- Aphrodite : la Vérité toute nue, dans sa simplicité
- Principes d'identité et de contradiction, de simplicité et de complémentarité.
- Complémentarité implique DUALITE
- Pour lier, dans un mouvement unique, les deux termes antinomiques de toute complémentarité, une notion dynamique doit être substituée aux notions statiques de Forme et de Structure : le **RYTHME**
- **Tout n'est que vibrations, rythmes, résonance**

Le rythme

- Il concilie par la périodicité, les deux grandes loi dissymétriques Héraclitéennes de la nature : le changement (facile) et la constance (difficile).
- La Nature, alternativement, se montre volage et fidèle

- Les « retours » (car pour « retourner », il faut bien « partir ») successifs de la Nature, c'est le rythme.
- L'apparente « immobilité » du cosmos, du monde et de l'homme lui – même recouvre un incessant frémissement rythmé de particules.
Ce rythme universel est réglé, normalisé, par la lumière.
- Rythme et simplicité conduisent à l'Harmonie

Tout est énergie et mouvement

- « *Tout mouvement d'un corps qui se déplace peut être ramené à chaque instant à un mouvement de translation et à un mouvement de rotation* »
- La puissance vive du changement est l'énergie de **translation** ou E. Cinétique
- La puissance vive de la potentialité est le mouvement de **rotation**, lequel maintient le mobile sur place, en puissance, en tension.

Translation et rotation : l'hélice

- Translation :
 - Mouvement libre = accélération
 - Mobile
 - Actuel
 - cinétique
- Rotation :
 - Mouvement assujetti = inertie
 - Statique
 - virtuel
 - potentiel

Les tourbillons

- « Balistique du vivant »
- Ils sont générés par la « différence », la dissymétrie
- « *Il n'y a phénomène que quand il y a différence* » P. Curie
- Les tourbillons traduisent des trajets de moindre résistance
- Le plus court chemin d'un point à un autre dans le vivant est l'hélice.
- Mutabilité
- Adaptabilité

La sinusoïde

- La figure sinusoïde est la **projection** sur un plan du mouvement hélicoïdal d'un point qui se déplace en 3D mû dans le même temps par les deux énergies de translation et de rotation

Définition d'un rythme

- D'après le Petit Larousse, c'est une « *disposition symétrique et à retour périodique des temps forts et des temps faibles* ».
- C'est, d'une manière générale, une association intime de l'espace par la longueur d'onde et du temps par la fréquence suivant les lois simples du Nombre.
- Le RYTHME est bien connu dans les domaines de l'esthétique :
 - Poésie : accent, coupe, enjambement, rejet et contre – rejet ;
 - Musique : arrangement des sons et des silences au cours du temps
 - Arts plastiques : organisation des constituants plastiques selon le principe de la dominante (dominante de forme, dominante de couleur,...) aboutissant à la notion de principes rythmiques (motifs décoratifs, frise, façade architecturale...)
- Le cycle est un rythme complexe

Universalité du rythme

- Les rythmes touchent, en particulier, tous les domaines de la biologie et de la médecine.
- L'étude des rythmes biologiques est une science appelée CHRONOBIOLOGIE, en plein développement depuis 30 à 40 ans

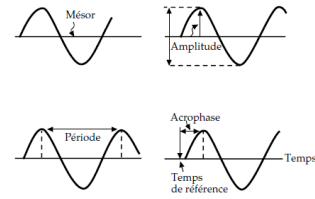
Définition d'un rythme biologique

- Un rythme biologique se définit comme une suite de variations physiologiques statistiquement significatives, déterminant en fonction du temps des oscillations de forme reproductible.
- Il s'agit donc d'un phénomène périodique et prévisible dont les résultats peuvent être présentés sous forme de courbes

Définition de la chronobiologie

- « Etude de la structure temporelle des organismes, des mécanismes qui le gouvernent et le maintiennent et de ses altérations. »
- Les RB sont une propriété fondamentale de la matière vivante (Pr Reinberg, élève de Fossart et Cardot)
- L'expression du vivant ne peut se faire QUE de façon rythmique
- Chronobiologie est un pléonasme : il ne peut y avoir de biologie que « chrono biologique »

Paramètres des rythmes biologiques



4 paramètres du rythme biologique

- La **période** représente la durée d'un cycle complet de la variation rythmique étudiée
- Le **mésor** est le niveau moyen ajusté du rythme correspondant à la moyenne arithmétique des données
- L'**amplitude** du rythme correspond à la moitié de la variabilité totale. C'est donc la moitié de la différence entre le pic et le creux d'une fonction étudiée.
- L'**acrophase** est la localisation du sommet (pic) de la fonction (sinusoïdale par exemple) utilisée pour l'approximation du rythme. Pour un rythme circadien, l'acrophase correspond à l'heure du pic dans l'échelle des 24 heures

Différentes périodes de l'organisation rythmique

- Rythmes **circadiens** si le retour périodique des pics ou des creux est d'une durée d'environ 24 heures.
 - L'adjectif nyctéméral s'applique à un rythme dont la période est exactement égale à 24 heures.
- Rythmes **ultradiens**, d'une période inférieure à 21 heures (par exemple le rythme des pulsations cardiaques ou de la respiration) ;
- Rythmes **infradiens**, d'une période supérieure à 28 heures (parmi ceux-ci, les rythmes des lunaisons, mensuels, et des saisons, annuels).

Théorie de l'homéostasie

- Claude Bernard : notion de « constance du milieu intérieur » **FAUX**
- Cette notion n'existe pas. Le milieu intérieur a une rythmicité de faible amplitude : il existe nécessairement une périodicité.
- Les concepts homéostatiques ne peuvent conduire qu'à des catastrophes.
- Donné à dose constante et répétée, un médicament peut avoir jusqu'à 100% de toxicité à certaines heures et 0% de toxicité 12 heures plus tôt ou 12 heures plus tard.

Structure temporelle des organismes

- Les pics et les creux ne se répartissent donc pas au hasard
- Notion d'« anatomie temporelle » complément de l'anatomie spatiale

Propriétés des rythmes biologiques

- Ubiquité :
 - tous les êtres vivants depuis les eucaryotes unicellulaires à l'homme, en passant par les membranes, les tissus, etc. ont des RB possédant les mêmes propriétés.
- Endogénéité :
 - Les RB persistent lorsque l'organisme séjourne en milieu constant (LL ou DD) sans synchronisateur connu.
- Origine génétique des RB
- Doués d'une certaine plasticité. Possibilité d'entraînement par synchronisateur exogène :
 - Si la période endogène n'est pas trop éloignée de la période du synchronisateur
 - Les synchronisateurs ne créent pas les RB. Ils donnent un signal qui synchronise.

Synchronisateurs exogènes (*Zeitgeber*)

- Les paramètres qui caractérisent un rythme biologique dépendent pour une part de facteurs de l'environnement tels que les alternances lumière-obscurité, veille-sommeil, chaud-froid, l'alternance des saisons...
- Les **synchroniseurs** prépondérants chez l'homme sont de nature socio-écologique et sont représentés par :
 - les alternances lumière-obscurité
 - Les alternances repos-activité
 - des facteurs sociaux tels que les horaires des repas

Rôle de la lumière

- La lumière joue un rôle essentiel dans l'ajustement des rythmes circadiens à l'environnement photopériodique.
- La lumière solaire donne un éclairage dont l'intensité et la durée varient au cours de la journée et au fil des saisons. Notre rétine contient des cellules sensibles aux influx lumineux qui modulent nos rythmes essentiellement par le biais d'une hormone, la **mélatonine**.
- La lumière **bloque la sécrétion de la mélatonine**, il n'y a donc pas ou peu de sécrétion de mélatonine le jour. A l'inverse, la sécrétion de cette hormone est maximale la nuit, avec un pic vers 3 heures du matin.
- Pour agir, la lumière doit avoir une intensité assez forte ($\pm 2\ 500$ lux), largement supérieure à celle obtenue dans un appartement ou un bureau. L'éclairage d'une pièce est rarement

supérieur à 250 lux, tandis que la luminosité extérieure en plein jour varie de 2 000 à 100 000 lux.

- Lorsqu'un individu est soumis à une lumière suffisamment forte dans la matinée ou dans la soirée, on observe un décalage de sa température interne et de son sommeil.
- Ainsi, une lumière forte le matin entraîne une avance des horaires de sommeil, on s'endort plus tôt et on se réveille également plus tôt la nuit suivante. A l'inverse, une lumière forte le soir retarde les horaires d'endormissement et de réveil.

Notion d'horloge biologique

- La chronobiologie repose fondamentalement sur la notion d'oscillateur, horloge biologique interne ou *pacemaker*, *structure endogène capable de mesurer* le temps.
- La présence de la lumière est captée par la rétine qui transmet l'information par les voies rétino-hypothalamiques aux noyaux supra chiasmatisques (NSC) de l'hypothalamus, structure considérée comme l'horloge interne ou «pacemaker» générant la rythmicité des fonctions biologiques notamment les rythmes circadiens.
- Des voies noradrénergiques projettent ensuite via le ganglion cervical supérieur vers **l'épiphyse**.

La mélatonine

- Hormone découverte en 1958, la mélatonine est sécrétée selon un rythme circadien. Son taux plasmatique commence à s'élever en fin de journée, atteint son pic en milieu de nuit, puis diminue et reste très faible dans la journée. On lui attribue un rôle dans la synchronisation des rythmes circadiens.
- Elle semble avoir une action inhibitrice sur la sécrétion des hormones de l'hypophyse (autre glande située à proximité de l'hypothalamus et considérée comme le chef d'orchestre des autres glandes l'organisme).
- **Décalage horaire** (effet « jet-lag »).
- Reproduction,
- Spermatogenèse chez l'homme,
- Cycle menstruel chez la femme
- Développement des tumeurs,
- Adaptation des animaux à leur environnement.
- **Synchronisation des cycles saisonniers** de reproduction,
- Synchronisation d'un certain nombre de **rythmes nycthémeraux** (alternance jour-nuit),
- Thermorégulation (régulation la température du corps)

Désynchronisation des rythmes circadiens

- Chez les patients atteints de SAD (Syndrome de Dépression saisonnière), on note un retard dans la sécrétion de mélatonine pendant la nuit. Wehr et al. ont trouvé que la période nocturne de sécrétion de mélatonine chez les femmes déprimées est augmentée pendant l'Hiver par rapport à celle de l'Été. Par contre les femmes normales (sans SAD) n'ont pas cette variation saisonnière de la synthèse de mélatonine.
- Le mécanisme par lequel ce changement circadien provoque les symptômes de SAD n'est pas encore bien connu

Le sommeil de l'enfant

- Toutes les études soulignent la grande variabilité interindividuelle dans la rapidité de l'installation d'un rythme veille-sommeil stable sur 24 heures.
- Chez le fœtus, les donneurs de temps maternels (dans les tout premiers jours, la relation mère-enfant) sont probablement plus importants que le synchroniseur lumière-obscurité mais, très vite, dès les toutes premières semaines de vie, l'alternance lumière-obscurité et les synchroniseurs sociaux vont jouer un rôle important pour que ces rythmes oscillent sur un rythme stable de 24 heures
- L'alternance du jour et de la nuit, la régularité des repas, celle des moments de jeux, de promenade ou d'échanges, un peu plus tard celle des heures de coucher et surtout d'éveil, tous ces donneurs de temps vont aider le nourrisson dans l'installation de ce rythme et probablement jouer un rôle dans leur synchronisation dont on ne connaît absolument pas les étapes de développement chez l'enfant.

Rythmes et performances : approche chrono psychologique

- la plupart des rythmes de performances ont été étudiés en milieu scolaire et, de ce fait, ont été dénommés rythmes scolaires.
- L'expression est ambiguë :
 - Soit assimilés aux emplois du temps et aux calendriers scolaires,
 - Soit compris comme les fluctuations périodiques des processus physiologiques, physiques et psychologiques des enfants et des adolescents en situation scolaire
- Nous sommes là confrontés à deux rythmicités : l'une, environnementale, imposée par l'adulte et/ou la société, l'autre, endogène, propre aux élèves.
- Une privation régulière de sommeil, liée à des emplois du temps inadaptés, nuira au développement psychologique et physiologique de l'élève.

- Deux moments sont difficiles à gérer par l'enfant aux plans physiologique et comportemental : l'entrée en classe et le « creux d'après-déjeuner »

Fluctuations journalières et hebdomadaires de l'activité intellectuelle

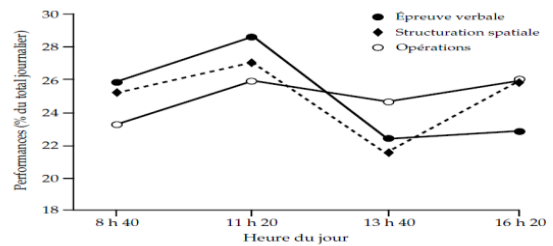


Figure 4.1 : Variations journalières des performances d'élèves de 10-11 ans à trois épreuves (verbale, structuration spatiale, calcul rapide/additions) (d'après Testu, 1994b)

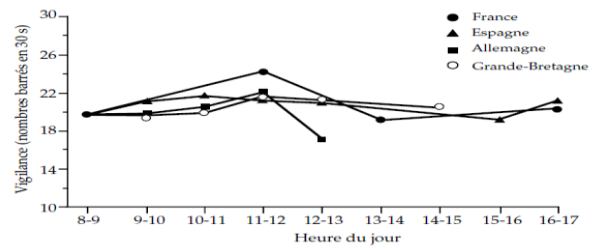


Figure 4.3 : Variations journalières de la vigilance d'enfants européens de 6-7 ans (d'après Testu, 1994b)

Rythmicité hebdomadaire

- Il semble que la présence de cette variation journalière caractéristique puisse être considérée comme le témoignage d'une adéquation entre les emplois du temps scolaires journaliers et hebdomadaires et les rythmes de vie des enfants.
- En revanche, cet équilibre n'existe plus lorsque la vie scolaire ne comprend, comme parfois en France, que 4 jours : lundi, mardi, jeudi et vendredi (Delvolvé et Davila, 1996 ; Fotinos et Testu, 1996)
- Dans ce cas, la rythmicité journalière classique disparaît pour laisser place à une rythmicité inversée
- L'inversion qui semblerait alors refléter un phénomène de désynchronisation est accompagnée d'une baisse du niveau de performances
- Lorsque la semaine scolaire comprend 5 jours ou 4 jours et demi, ce phénomène de désynchronisation ne se manifeste, pour certains enfants, que le lundi faisant suite à un congé de fin de semaine d'un jour et demi

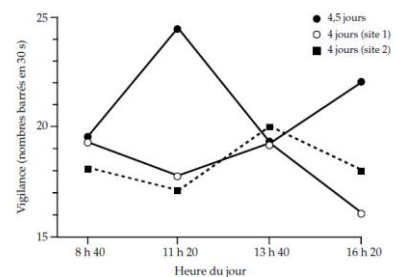
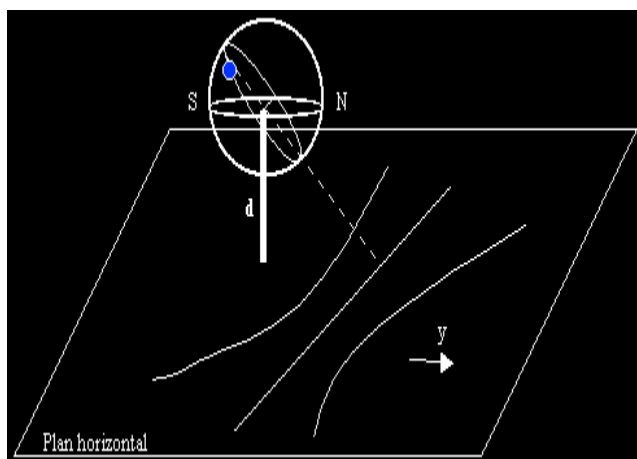


Figure 4.4 : Fluctuations journalières de la vigilance d'élèves de 6-7 ans travaillant 4 jours (2 sites géographiques différents) ou 4,5 jours par semaine (lundi, mardi, jeudi, vendredi, samedi matin) (d'après Testu, 1994b)

Les rythmes en médecine traditionnelle chinoise

Dans toutes les civilisations anciennes, la prise en compte des rythmes naturels a été un enjeu de survie primordial. Le premier souci était de subvenir aux besoins de subsistance. Ces peuples furent donc avant tout des cultivateurs et des chasseurs. L'adaptation aux conditions climatiques et saisonnières nécessitait une observation patiente et minutieuse des rythmes de la nature, afin de tirer le meilleur profit de ce que pouvait offrir la terre. Il fallait ainsi comprendre les migrations des animaux pour pouvoir les chasser dans les conditions les plus favorables, et adapter les cultures au rythme des cycles les plus propices.

Le premier instrument de mesure fut un simple bâton planté en terre, et dont l'ombre projetée au sol par le soleil figure la course apparente du soleil au cours de la journée. Ce fut là la première horloge, qui existe toujours de nos jours sous la forme du cadran solaire. Cet instrument de mesure apparemment rudimentaire s'appelle gnomon (du grec : qui connaît, qui indique). L'heure se lit en fonction de la longueur de l'ombre et de son orientation.



Lorsqu'on mesure la projection à 12 heures à différentes saisons de l'année de cette ombre sur le sol, ce même gnomon représente un calendrier.

Les chinois n'échappèrent pas à cette règle. Leur mérite particulier fut de pouvoir matérialiser de manière symbolique leurs observations, en les traduisant dans une représentation de lois universelles. Tellement universelles qu'elles purent se superposer à tout phénomène de vie, et donc aussi à ce qui devait ramener à un équilibre lorsque les

individus en étaient éloignés par la maladie. Ces représentations profitèrent donc largement à ce qui allait jeter les bases de la médecine chinoise, non seulement à l'époque de leur découverte, à savoir il y a près de 4000 ans, mais qui sont toujours valides de nos jours, puisqu'il s'agit de la traduction de lois qui sont celles de la nature, de l'univers (macrocosme) et de l'homme (microcosme).

La première de ces lois, dont tout le monde connaît le nom, mais sans nécessairement en comprendre le contenu, est celle du YIN et du YANG. Elle stipule que toute manifestation est régie par une loi très simple, celle du **rythme à deux temps**. A toutes les échelles de temps possibles, on peut distinguer, dans tout phénomène, un temps actif et un temps passif. L'exemple le plus évident est celui de l'alternance des jours et des nuits, ou encore des saisons chaudes et froides. Le YIN est l'inertie, le Yang la force exprimée.

Par extension, de nombreux sens peuvent être attribués à ces deux termes opposés et complémentaires à la fois. Pour exemple on pourra citer :

- YIN : inertie, terre, le carré, substance, essence, froid, nuit, interne, principe féminin.
- YANG : force, ciel, le cercle, essence, chaleur, jour, externe, principe masculin.



L'exemple du nycthémère (24 heures consécutives), montre que YIN et YANG s'interpénètrent en évoluant : à l'aube, le YIN s'atténue à mesure que le YANG (jour) prend force, et inversement au crépuscule. L'alternance de ces deux états n'est qu'apparente, car, en réalité, ils coexistent, et ce n'est que la proportion de l'un par rapport à l'autre qui est sujette à variation. En bref, il y a plus de YANG que de YIN dans la journée, plus de YIN que de YANG la nuit.

Le TAIJI, ou Principe suprême, illustre cette théorie. On y voit le YANG, en clair, naître au pôle inférieur, et culminer au pôle supérieur, après être passé par la gauche : de minuit, on passe à midi par l'aube. Quant au YIN, il apparaît au pôle supérieur pour atteindre son maximum au pôle inférieur en passant par la droite : de midi on passe à minuit par la droite par le crépuscule.

Les « yeux » de ces deux sortes de têtards que sont ici YIN et YANG ne sont là que pour rappeler que, lorsque le YANG atteint son maximum, le YIN est déjà, ou encore présent, et inversement. C'est indiquer que YIN et YANG, bien que termes parfaitement opposés, sont toujours associés dans toute manifestation, en proportions essentiellement variables, parfois infinitésimales : jamais l'un ne peut exister sans l'autre.

Pour mieux comprendre encore cette figure, on peut lui superposer deux axes perpendiculaires, l'un vertical, l'autre horizontal, qui la partagent en quatre quarts. Si l'on reprend la comparaison du nyctémère, avec midi en haut et minuit en bas (axe vertical), l'aube sera à gauche et le crépuscule à droite, sur l'axe horizontal, et on s'aperçoit qu'à ces instants précis YIN et Yang sont en équilibre, en proportions égales, car l'axe horizontal contient autant de l'un que de l'autre.

Le **rythme** d'une manifestation quelconque doit donc être représenté par le mouvement de haut en bas et de bas en haut d'une sécante horizontale parallèle à cet axe. Quand cette sécante est dans la moitié supérieure, elle définit un état YANG, qui apparaît plus exactement comme une proportion où le YANG domine le YIN ; et vice versa si la sécante est dans la zone inférieure.

Comme le Gnomon, cette représentation figure aussi un calendrier. Si l'on repère chaque jour la hauteur du soleil à midi (sud), on sait que son point le plus haut marque le solstice d'été (point de contact avec le pôle supérieur), son point le plus bas le solstice d'hiver (point de contact avec le pôle inférieur), et que ses positions moyennes sont celles des équinoxes (équilibre YIN-YANG sur l'axe). Le jour du solstice marque le maximum de croissance ou de décroissance du soleil, alors que le mouvement inverse n'a pas encore débuté : c'est là un « point fixe » (sol stat). C'est le point de contact de la sécante horizontale avec les pôles.

C'est là le **principe d'analogie** qui, avec la loi du rythme, constitue le fondement de toute la tradition chinoise. Nyctémère et années ont les mêmes

jalons rythmiques, et, par suite, il n'est guère concevable que toute autre manifestation, rythmée par définition, n'obéisse à ce schéma qu'est le Taiji. Or, la physiologie, rythmée par définition, peut à tous ses niveaux être rapportée au Taiji, lequel exprime aussi bien le cycle cardiaque, la période respiratoire, que tout métabolisme organique ou cellulaire. A l'état de santé, l'organisme obéit aux incitations du milieu extérieur : **le microcosme reproduit le macrocosme**. Ainsi l'homme travaille le jour et se repose la nuit, les travaux des champs se préparent au printemps, se récoltent en fin d'été, et cessent l'hiver.

La maladie n'est autre chose, du point de vue traditionnel, qu'un vice dans cette harmonie. Sachant la régularité des rythmes cosmiques, il paraît évident que cette dysharmonie morbide n'est pas le fait du macrocosme, mais du microcosme, de l'homme lui-même, qui a commis, consciemment ou inconsciemment, une erreur quant à sa façon **d'exister dans le cosmos**.

Il faudra donc remettre le malade dans la bonne voie en rétablissant l'accord le plus parfait possible entre ses rythmes internes et ceux du milieu.

Pour cela, on considérerait en Chine traditionnelle 4 niveaux thérapeutiques, qui sont dans l'ordre :

- Traiter l'esprit
- Savoir nourrir le corps
- Prescrire des remèdes
- Piquer l'aiguille d'acupuncture

Tous ces moyens permettent de mesurer les rythmes extérieurs. Mais comment explorer les rythmes internes d'un malade pour pouvoir comparer les deux ? Cela a pu se faire grâce à une solution apportée par la tradition : **la loi d'analogie**. Celle-ci montre que les rythmes du tout induisent les rythmes partiels, de même que la partie rend compte du tout. Comment ces médecins traditionnels connaissaient-ils l'importance du cœur, savaient-ils qu'il était le moteur des phénomènes vitaux chez l'homme ?

Toujours est-il qu'ils tirèrent toutes les indications qui leurs étaient nécessaires de l'examen des pouls. Cette méthode semble remonter au troisième siècle avant J.C.. Ainsi, les chinois décrivent-ils 30 formes de pouls différents, capables de se combiner entre eux.

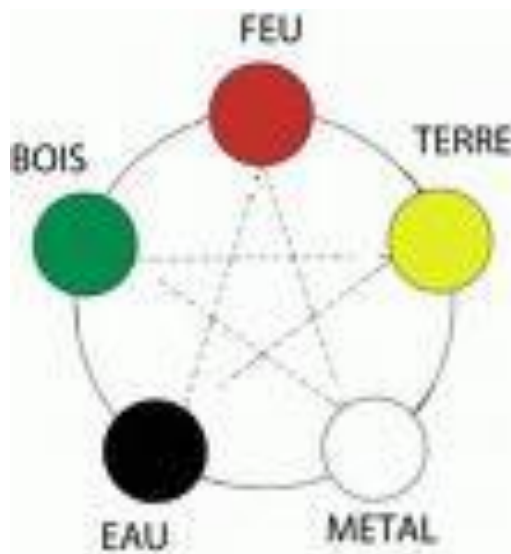
Chaque forme peut apparaître sur chacune des six localisations décrites par la tradition selon la règle suivante : pour une artère nettement palpable (radiale, cubitale, pédieuse, tibiale postérieure, fémorale, carotidienne...), trois doigts perçoivent à gauche et à droite trois jalons différents le long de l'artère, lesquels seront reportés sur le Taiji.

On mesure ainsi les variations du YANG (croissance à droite, décroissance à gauche), le YIN restant par définition profond et caché.

Cela permettait de situer dans le cycle le moment de la perturbation causant la maladie (localisation) et la forme de cette perturbation (forme), c'est-à-dire trop ou pas assez de YANG par rapport à la proportion normale entre le YIN et le YANG.

Cette loi d'analogie ouvre la porte vers le deuxième grand référentiel de la médecine chinoise traditionnelle, à savoir **la loi des cinq éléments**, qui met en relation et en correspondance les organes, les organes des sens, les sentiments, les climats, les saisons, les aliments etc...

Partant du système général du gnomon, qui est à la fois une horloge et un calendrier, on dispose sur un cercle quatre points, avec le YANG maximum en haut, et le YIN maximum en bas. Ce cercle représente les quatre états de l'énergie : naissance, culmination, équilibre et vide, et ceci par rapport à une énergie neutre, représentée par le centre du cercle, et symbolisée par la Terre, le neutre en électricité.



5 éléments	Bois	Feu	Terre	Métal	Eau
Couleurs	Cyan (bleu à vert)	Rouge	Jaune	Blanc	Noir
Saisons	Printemps	Été	Fin de l'été	Automne	Hiver
Orientation	Est	Sud	Centre	Ouest	Nord
Heures	Aube	Midi	Après-midi	Soir	Minuit
Climats	Vent	Chaleur	Humidité	Sécheresse	Froid
Sons	Cri	Rire	Chant	Pleurs	Gémissements
Caractères	Amitié	Gentillesse	Crédibilité	Courage	Intelligence
Sens	Vue	Goût	Toucher	Odorat	Ouïe
Saveurs	Acide	Amer	Doux	Piquant	Salé
Odeurs	Rance	Roussi	Parfumé	Viande crue	Putride
Organes	Foie	Cœur	Rate	Poumons	Reins
Entraîles	Vésicule Biliaire	Intestin Grêle	Estomac	Gros Intestin	Vessie
Fonctions	Ligaments, tendons	Vaisseaux sanguins	Lymphe, chair	Peau	Os, moelle, dents
Sécrétions	Larmes	Sueur	Salive	Écouil. nasal	Glaire
Extérieur du corps	Ongles	Teint	Chair ou lèvres	Poils	Cheveux
Fonctions	Production, désintoxication	Assimilation, circulation	Nourrir, digérer	Récupérer, évacuer	Filter, éliminer
Énergies psychiques bénéfiques	Défense, combativité, réalisation	Satisfaction, intelligence, amour, sagesse	Équilibre, concentration, réflexion	Ordre, organisation, conservatisme	Courage, décision, volonté, "vouloir vivre"
Énergies psychiques destructrices	Colère	Insatisfaction	Soucis, rumination	Tristesse, chagrin	Peur
En surtension énergétique	Vindictif, agressivité	Euphorie excessive	Obsession, instabilité	Imposition des idées	Autoritarisme, impulsivité, témérité
En sous-tension énergétique	Tempérament bileux, hypocondriaque	Dépression, "dégoût de la vie"	Déconcentration	Désordre, déstructuration	Panique

Les autres éléments représentatifs de ces points sont :

- Le feu, attribué à l'été, au YANG maximum
- L'eau, attribuée à l'hiver, au YIN maximum
- Le bois représente le printemps, l'est, l'énergie naissante, le potentiel
- Le métal, symbole de l'automne et de l'ouest, destructif par son absence de potentiel, d'où le choix d'un élément inerte, apte au travail, mais pas par lui-même. On récolte les moissons (faux, hache)
- La terre élément central, contient chacun de ces quatre éléments. C'est par rapport à elle que se précisent les positions du soleil.

Ces éléments s'engendrent les uns les autres. La terre ne correspond à aucune saison en particulier, mais elle est le centre virtuel de l'année entre le feu et le métal. Bientôt elle vient s'insérer sur ce cercle, entre ces deux éléments, où elle continue à d'ailleurs à marquer symboliquement le centre en rappelant l'inclinaison de l'axe de la terre sur l'écliptique.

Cette disposition permet de constater qu'en dehors du cercle d'engendrement il existe un cercle de soumission ou de destruction : chaque élément « détruit » celui qui le suit en second.

Ainsi voit-on que déjà trois millénaires avant J.-C., les chinois avaient pu transcrire un système élaboré grâce à des observations de l'univers, de la terre et des hommes, système qui garde une validité toujours actuelle, puisque les grandes lois rythmiques du monde sont restées inchangées.

Monsieur Pierre RÉMY

Ostéopathie et rythmes tissulaires

Parler des rythmes tissulaires en ostéopathie est la fois beau et difficile. Beau, parce que lorsque pour la première fois jeune étudiant nous sentons ce rythme tissulaire, c'est enfin la certitude que nous rentrons en communication avec les tissus du corps que nous atteignons une certaine conscience dans la palpation. Difficile, parce qu'aujourd'hui nous ne disposons pas de modèle scientifique recevable pour valider notre palpation.

DE QUOI S'AGIT-IL ?

Nous avons choisi de parler de rythmes tissulaires car les mouvements que nous sentons sont ressentis sur tous les tissus du corps et s'expriment sous formes de rythmes. Ces mouvements sont involontaires c'est-à-dire qu'ils ne dépendent pas de la contraction volontaire de nos muscles. Nous pouvons les décrire principalement sous trois formes.

1. Des mouvements d'expansion/rétraction, comme si les tissus respiraient.
2. Des mouvements de rotation interne et externe au niveau des membres supérieurs et inférieurs.
3. Des mouvements de flexion extension sur les tissus de l'axe central du corps.

LE MOUVEMENT RESPIRATOIRE PRIMAIRE DE SUTHERLAND

On doit à W.G SUTHERLAND la première modélisation de cette palpation. C'est même très probablement lui qui parla le premier de rythme ressenti au niveau des tissus (tout du moins pour ce qui est du concept ostéopathique). SUTHERLAND était un élève du docteur STILL (fondateur de la médecine ostéopathique) et proposa d'intégrer l'approche du crâne dans le concept ostéopathique. C'est avec son approche crânienne qu'il introduisit la notion de rythme, qu'il baptisa « mouvement respiratoire primaire ». Ce nom fut choisi en comparaison avec la respiration pulmonaire, notamment lorsque nous ressentons les phases d'expansion/rétraction des tissus.

SUTHERLAND émit l'hypothèse qu'il existait au niveau des cellules du cerveau une impulsion rythmique se traduisant par des phases d'expansion/rétraction. Cette impulsion se transmettrait à l'ensemble du corps par l'intermédiaire du liquide céphalo-rachidien et la mise en tension des « méninges ».

Ce modèle proposé en 1930, avait pour objectif de valider une palpation nouvelle pour les ostéopathes de l'époque. Il fallut plus de vingt ans pour que cette nouvelle dimension du concept ostéopathique soit acceptée par l'ensemble des ostéopathes.

Bien que le modèle scientifique proposé par SUTHERLAND ne soit pas recevable aujourd'hui en raison d'un certain nombre d'incohérence, tous les ostéopathes du monde travaillent le crâne de leurs patients et sentent ces phases d'expansion-rétraction.

D'AUTRES PISTES

Depuis SUTHERLAND, d'autres concepts ont été proposés pour valider cette palpation des rythmes tissulaires. Le Français Yves LAVAL et collègue ostéopathique Européen proposent une piste vasculaire pour expliquer les mouvements d'expansion/rétraction. Il a été démontré que les vaisseaux artériels avaient des variations de diamètre indépendantes du rythme cardiaque et que ces variations pouvaient correspondre aux rythmes ressentis dans les tissus du corps. Enfin Pierre TRICOT propose une explication cellulaire à cette palpation,

MAIS À QUOI ÇA SERT ?

Il faut préciser ici que cette palpation des rythmes tissulaires n'est pas une technique en soit. Elle ne permet pas de corriger des dysfonctions ostéopathiques donc de remédier à des problèmes. L'ostéopathe en notant la qualité de ces rythmes en déduira simplement la bonne vitalité tissulaire de son patient et donc la réussite éventuelle de son traitement.

Pour tout renseignement :

Association Pour l'Alternative en Médecine
75, boulevard du Général de Gaulle
91210 Draveil

e mail : associationapam@yahoo.fr

site : *en cours de réalisation*

Association loi 1901 déclarée en sous-préfecture
d'Evry

le 8 juin 2000 sous le n° W912000908
Déclarée à la CNIL n°870146

Document imprimé par nos soins

