

# LE NOMBRIL EN ACUPUNCTURE TRADITIONNELLE CHINOISE



**- MÉMOIRE -**

JUIN 2019

Centre Imhotep | Centre de formation en acupuncture traditionnelle chinoise  
Directeur de recherche | Jean Motte  
[www.centre-imhotep.com](http://www.centre-imhotep.com)

## REMERCIEMENTS

---

Je remercie toutes celles et ceux qui de près ou de loin m'ont permis de découvrir, d'approfondir, d'aimer l'acupuncture, ceux qui m'ont aidé à entrevoir le chemin, ceux qui m'ont aidé à l'assumer, ceux qui par leur enseignement, leur présence, leur écoute ou leur patience, m'aident à avancer dans mes recherches et ma pratique.

## INTRODUCTION

## PARTIE I/ LE NOMBRIL COMME OUTIL DE DIAGNOSTIC

### 1.1. ANATOMIE DU NOMBRIL

1.1.1 Les systèmes énergétiques auquel est relié le nombril : « anatomie » du nombril, dans ses dimensions embryologique, énergétique et symbolique

*Encadré pratique - Posture de yoga Nabhi Chakrasana*

1.1.2 Le nombril, point de croisement par excellence et point kao roang ?

### 1.2. DIAGNOSTIC ABDOMINAL

1.2.1 Généralités – inspection de l'abdomen

*Encadré pratique – massage du nombril à l'huile*

1.2.2 Analyse par la palpation des points Mu et des battements de chaque zone abdominale (par André Faubert, d'après le Professeur Leung Kok Yuen)

1.2.3 Le diagnostic abdominal de Murayama

1.2.4 Le diagnostic abdominal : méthode Zhiyun Bo

### 1.3 DIAGNOSTIC OMBILICAL

1.3.1 Diagnostic par l'observation du nombril

A/ Selon la forme du nombril

B/ D'après les tractions du nombril, déplacement du centre du nombril

C/ D'après la couleur du nombril

D/ Autres signes particuliers

1.3.2 Diagnostic par la palpation du nombril / de la zone ombilicale

A/ Selon Zhiyun Bo

B/ Selon la méthode des points indurés

C/ Selon la méthode des points Ashi par la palpation de la paroi ombilicale

D/ Selon le Nan Jing : étude de la 56<sup>e</sup> et de la 16<sup>e</sup> difficulté du Nan Jing, et proposition de piste de traitement associée

## PARTIE II/ LE NOMBRIL COMME OUTIL DE TRAITEMENT

### 2.1 PRESCRIPTIONS COURANTES

2.1.1. Indications usuelles en MTC par ordre alphabétique

2.1.2. Prescriptions et contrindications à la moxibustion du 8 RM

*Cas clinique – traitement d'acné*

2.1.3. Focus sur une technique particulière : « Sauver la racine », traitement par ventouse et moxibustion sur l'ombilic

2.1.4. Traitement par les points autour du nombril

A/ Traitement par les points hors méridien autour de l'ombilic

B/ Traitement par la « fleur de lotus »

## 2.2 MOXIBUSTION AU 8 RM, COMME POINT DE RENFORT A L'EFFICACITÉ DE CERTAINS TRAITEMENTS

2.2.1. Travail sur les troubles psychiques, la dépression et les entités viscérales

2.2.2. « Pas touche à mon nombril ! » Et l'ego, dans tout ça ?

Cas clinique – Point de dynamisation et nombril (chronoacupuncture)

Lecture énergétique du mythe de l'Androgyne (Le Banquet, Platon)

2.2.3. Nombril et Dai Mai

2.2.4. Travail sur les liens du sang

2.2.5. Energie Rong et Wei

*Encadré pratique – La méditation des Neufs Tours et du Circuit du Sommeil*

## 2.3. ACUPUNCTURE OMBILICALE

**2.3.1 Indications et contreindications de l'acupuncture abdominale et ombilicale**

**2.3.2 Traitements par acupuncture abdominale (AA) du Dr Zhiyun Bo**

A/ Pourquoi l'AA est-elle un microsysteme si efficace ?

B/ Etude des points du ventre selon l'AA

C / Protocole de traitement en AA

D/ Avantages et inconvénients de l'AA

E/ Apports de l'AA pour ma pratique personnelle

Cas clinique – Douleur sous le pied

**2.3.3 Traitements par acupuncture ombilicale**

A/ Méthode de poncture ombilicale par distribution holographique au centre du nombril

B/ Méthode de poncture ombilicale par projection des Ba Gua du ciel antérieur et postérieur

➤ Choix des zones de poncture par palpation du nombril / zone ombilicale

➤ Choix des zones de poncture par observation du nombril

➤ Choix des zones de poncture par diagnostic différentiel classique en acupuncture traditionnelle

Cas clinique – traitement global en acupuncture ombilicale, abdominale et classique

**CONCLUSION**

**BIBLIOGRAPHIE**

## INTRODUCTION

---

Genèse d'un sujet improbable : ayant étudié le massage du ventre Chi Nei Tsang et constaté à quel point cette pratique pouvait apporter beaucoup à la personne qui recevait un soin, j'ai commencé à m'intéresser de plus près au massage de l'abdomen durant la pratique d'une séance d'acupuncture. Ma première idée était d'étudier le ventre dans sa globalité, afin de savoir comment combiner au mieux acupuncture et massage du ventre dans ma pratique. Mais étudier le ventre en acupuncture est un sujet tentaculaire, il me fallait trouver une problématique plus réduite, recentrer le sujet...et c'est tout simplement à l'évocation de ce mot « recentrer » que le sujet du nombril m'est apparu comme évident. Il faut préciser qu'à cette époque j'étais enceinte. Un sujet nombriliste et autocentré me direz-vous ? Au contraire, je crois que porter la vie m'a justement intuitivement ouvert les yeux sur une partie de notre anatomie très peu étudiée et trop peu utilisée en acupuncture traditionnelle. Etudier le nombril, au centre de l'homme, c'est pousser la porte de la vie. Vous découvrirez, par cette étude, à quel point s'intéresser au nombril, c'est s'intéresser à l'univers tout entier.

Avant d'en arriver là, il faut souligner les difficultés à trouver des informations pertinentes à propos du nombril en acupuncture. A l'exception d'un ouvrage en anglais sur l'acupuncture abdominale<sup>1</sup> et d'un ouvrage très complet, également en anglais, sur le ventre en énergétique<sup>2</sup>, les écrits à ce sujet n'existent qu'en Chinois, notamment les écrits du Dr Chen Chao (7 volumes sur l'acupuncture abdominale). Pour ceux qui lisent le chinois, un manuel d'acupuncture ombilicale a été publié en 2015<sup>3</sup>.

Même si ce mémoire traite du nombril, étudier plus largement l'acupuncture abdominale et la mettre en pratique me paraissait incontournable pour saisir toute la portée d'une étude sur le nombril. Le père de l'acupuncture abdominale, c'est le Docteur Zhiyun Bo. Il a des disciples en Chine et un peu partout en Europe et aux Etats-Unis. L'un des plus connus est Dave Shipsey, en Irlande, qui propose des formations payantes en ligne et des séminaires de quelques jours. J'ai suivi la formation proposée par Dave Shipsey ainsi qu'une formation, en France, avec Jean-Sylvain Prot. Il s'est lui-même formé auprès de divers professeurs (cf. chap. 2) et a développé ses propres méthodes d'acupuncture abdominale et ombilicale. Il existe aussi aux Pays-Bas un Institut pour l'acupuncture abdominale (lignée Zhiyun Bo) qui propose des formations chaque année<sup>4</sup>.

La « star » de l'acupuncture ombilicale cette fois, c'est le Dr Yong Qi qui a créé sa propre clinique à Melbourne en Australie, utilisant exclusivement l'acupuncture ombilicale à des fins thérapeutiques. Il se dit l'inventeur de l'acupuncture du nombril<sup>5</sup>. J'ai essayé de le contacter via des membres de son équipe qui parlent anglais, mais je n'ai pas obtenu de

---

<sup>1</sup> Dave Shipsey, *Mastering the Art of Abdominal Acupuncture*, 2015

<sup>2</sup> Kiiko Matsumoto & Stephen Birch, *Hara Diagnosis : Reflections on the Sea*, Paradigm Publications

<sup>3</sup> Umbilical Acupuncture Treatment Manual (Chinese Edition) Paperback – May 1, 2015 by MA HUI . YUAN MIN ZHE ZHU

<sup>4</sup> <https://diaa.nl>

<sup>5</sup> <https://www.navelacupuncture.com.au/english-version>

réponse très intéressante, si ce n'est une confirmation de ce que je savais déjà : il n'existe pas d'ouvrages sur la question écrit en anglais ; et l'« acupuncture ombilicale est très différente de l'acupuncture traditionnelle ».

Mais qu'est ce que l'acupuncture ombilicale ? Ce terme m'a tout d'abord surpris : il faut en effet rappeler que la poncture du nombril (RM 8 Shen que) est strictement prohibée dans les textes traditionnels, dont le Su Wen<sup>6</sup>. La moxibustion est néanmoins possible :

*« Le Qi zhong (8RM) est le point de l'ombilic qui s'appelle aussi Qi she. »  
« On y fait trois cônes de moxa. Il est formellement interdit à la poncture. Si on le poncture, on provoque de mauvais ulcères avec la sortie d'excréments chez le patient qui ne peut être guéri et meurt. »<sup>7</sup>*

D'où vient ce danger ? Peut-être tout simplement parce que poncturer l'ombilic, recouvert d'une véritable jungle microbienne, c'est faire migrer vers l'interne de nombreuses bactéries qui viendraient causer « de mauvais ulcères » ? En effet, le département de biologie de l'université de Caroline du Nord a récemment publié une surprenante découverte : notre ombilic est le siège de plus de 1400 bactéries, dont 662 souches bactériennes nouvelles que la science n'avait jusqu'alors jamais identifiées : « Plus étonnant que leur présence, c'est le rôle de ces petites bêtes qui surprend. Les chercheurs ont établi que ces bactéries "produisent des odeurs particulières qui modifient la façon dont les êtres humains se comportent. Elles permettent de nous reconnaître les uns les autres." Mais attention, "rien ne sert de se laver plus consciencieusement ou plus fréquemment le nombril, car le nombre de bactéries ne dépend pas de l'hygiène", prévient Patricia Eghigian, dermatologue. Les bactéries "jouent un rôle plus important que la simple reconnaissance. Ce sont de véritables protectrices contre les agents pathogènes"<sup>8</sup>, détaille le médecin. Si l'on traduit ces données en énergétique, on comprend d'ores et déjà que notre nombril joue un rôle important dans le psychisme, ou encore l'immunité. J'ai donc cherché à établir dans quels types de traitements il pouvait s'avérer pertinent d'utiliser le nombril, comme outil de renforcement à l'efficacité des traitements en acupuncture.

Partant de l'interdiction de poncture, je pensais que mes recherches m'amèneraient plutôt à explorer diverses techniques de moxibustion, et d'en étudier les applications. Mais nous verrons que la moxibustion est seulement une partie des traitements possibles sur le nombril, et qu'une véritable acupuncture ombilicale a vu le jour. Il faut d'ores et déjà préciser qu'il ne s'agit pas de poncturer l'ombilic de manière perpendiculaire à l'abdomen ! Seule la paroi ombilicale est éventuellement poncturée, et la pointe de l'aiguille ne pointe jamais en direction du centre du nombril. Le nombril est alors au centre d'un vaste microsystème : l'acupuncture abdominale. La craniopuncture ou l'auriculothérapie sont d'autres microsystèmes de l'acupuncture, mais d'après ses utilisateurs, l'acupuncture abdominale serait beaucoup plus efficace. Nous aborderons ce point en seconde partie de ce mémoire.

---

<sup>6</sup> SU WEN, chapitre 58

<sup>7</sup> JIA YI JING : livre III, chapitre 19

<sup>8</sup> [http://www.lepoint.fr/sante/le-nombril-un-paradis-pour-1-400-bacteries-11-08-2011-1361907\\_40.php](http://www.lepoint.fr/sante/le-nombril-un-paradis-pour-1-400-bacteries-11-08-2011-1361907_40.php)

Comme un bouton à actionner pour glisser au centre de l'intime, poussons la porte du nombril pour nous retrouver au cœur d'une investigation passionnante : le nombril peut-il nous permettre de savoir ce que la personne a véritablement dans le ventre ? Peut-il être un outil de diagnostic à part entière ?

Pour en arriver là, il est nécessaire de présenter l'ombilic du point de vue énergétique, afin de poser les bases d'une compréhension plus aboutie. Je propose donc en première partie d'étudier « l'anatomie » du nombril, dans ses dimensions embryologique, énergétique et symbolique (1.1) ; puis d'étudier en quoi le nombril peut être un outil de diagnostic intéressant (1.3) au sein du diagnostic abdominal (1.2) plus largement.

Par ailleurs, puisqu'il est relié au mystère de nos origines, un traitement par le nombril peut-il venir renforcer un traitement classique d'acupuncture traditionnelle ? Dans quel(s) contexte(s) cela peut-il s'avérer le plus approprié ? Je propose donc ensuite d'examiner le nombril comme outil de traitement (Partie II) :

- prescriptions courantes du traitement du nombril par moxibustion (2.1) ;
- propositions d'utilisation du nombril comme outil de renforcement d'efficacité des traitements classiques en acupuncture traditionnelle (2.2)
- le nombril comme outil de traitement en acupuncture abdominale et ombilicale (2.3)

Nous verrons au fil de cette étude, que l'un des avantages de l'acupuncture abdominale est de montrer des résultats rapides qui peuvent survenir durant la séance elle-même. Cela donne donc rapidement confiance au patient, à la fois envers son thérapeute et également envers sa propre guérison. Il est important d'impliquer le patient dans ce processus de guérison. S'il imagine que tout le travail passe par les aiguilles de l'acupuncteur, ou les mains du thérapeute, c'est qu'une énorme partie (voire la totalité !) du chemin n'est pas comprise par le patient, qui est lui seul acteur de sa propre guérison. Le thérapeute n'est qu'un guide, un canal qui permet de l'aiguiller sur ce chemin.

Dans ma pratique en cabinet, je recommande donc lors de chaque séance, une pratique à poursuivre de retour à la maison, adaptée à chacun, qui va permettre de prolonger le travail de la séance. Par exemple, je préconise très souvent à la personne de se masser le ventre elle-même, quelques minutes chaque jour (en enseignant telle ou telle technique de massage, à privilégier selon la problématique rencontrée – on notera d'ailleurs qu'en Chi Nei Tsang, le thérapeute envisage son consultant ni comme client ni comme patient, mais comme « élève », c'est dire l'importance à la fois de la transmission, au sein de cette pratique, comme de sa dimension spirituelle). Pour d'autres personnes, il m'arrive de proposer un exercice de méditation, un changement de régime alimentaire, une nouvelle habitude à prendre, ou au contraire de proposer de supprimer toutes ses habitudes... J'aime beaucoup cet exercice, car tout est possible ! La liste des propositions est infinie, pleine de créativité, et surtout elle doit être parfaitement adaptée à chaque personne, en fonction du degré de complexité de l'exercice, de niveau de créativité, d'audace, de challenge... Je proposerai donc tout au long de cette étude quelques exercices en lien avec le nombril, qui peuvent être proposés à nos patients, afin qu'ils deviennent acteurs de leur propre guérison.

## PARTIE I. / LE NOMBRIL COMME OUTIL DE DIAGNOSTIC

---

Je propose d'étudier tout d'abord « l'anatomie » du nombril, dans ses dimensions embryologique, énergétique et symbolique (1.1) ; puis de montrer en quoi le nombril peut être un outil de diagnostic intéressant (1.3) au sein du diagnostic abdominal (1.2) plus largement.

### 1.1. "ANATOMIE" DU NOMBRIL

#### 1.1.1 Les systèmes énergétiques auquel est relié le nombril : "anatomie" du nombril, dans ses dimensions embryologique, énergétique et symbolique

D'après le dictionnaire médical de l'Académie de Médecine :

**ombilic** n.m.

Avant la naissance, région de passage des organes qui relie le fœtus à la mère et après la naissance, cicatrice consécutive à la chute du cordon ombilical.

*Syn. anc. nombril*

Vestige de l'inflexion embryonnaire puis de la circulation fœtale<sup>9</sup>, le nombril est souvent considéré comme une simple cicatrice inerte et figée, sans grand intérêt.

Nous aurons au contraire l'occasion de démontrer à quel point la forme de notre nombril n'est pas anodine, et évolue même tout au long de notre vie, selon l'état de nos organes internes et notre circulation énergétique.

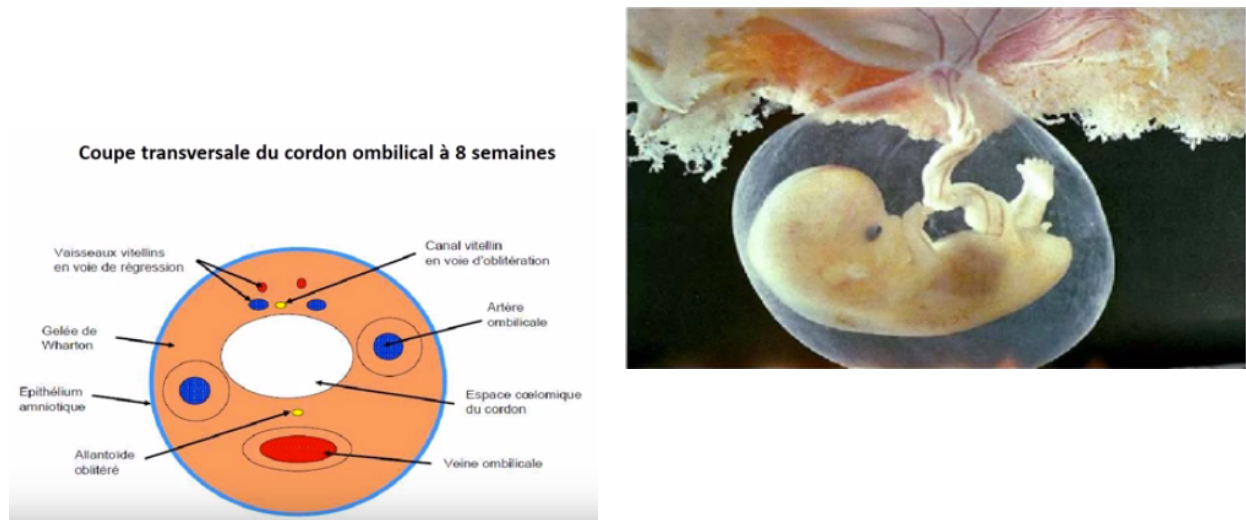
La première ébauche du cordon ombilical apparaît vers le 15<sup>e</sup> jour (pédicule de fixation). Le cordon ombilical se crée à partir de la 3<sup>e</sup> semaine.

---

<sup>9</sup> Pour description embryologique complète, voir : <http://www.embryology.ch/francais/fplacenta/cordon01.hDMI> ainsi que le Mémoire de recherche de Marie Pascal, *Le début de la vie en énergétique chinoise*, 2015 [https://www.centre-imhotep.com/images/documents/memoires\\_essais/Le\\_debut\\_de\\_la\\_Vie\\_en\\_Energetique\\_Chinoise-MariePascal.compressed.pdf](https://www.centre-imhotep.com/images/documents/memoires_essais/Le_debut_de_la_Vie_en_Energetique_Chinoise-MariePascal.compressed.pdf)



Cordon ombilical à 8 semaines<sup>10</sup> :



La veine ombilicale est chargée du transport du sang du placenta vers le fœtus. Elle traverse le foie et connecte l'ombilic à la veine cave.

Après la naissance, la veine ombilicale gauche pré-hépatique ainsi que et le canal veineux s'oblitérent et forment le ligament veineux. **Le nombril est alors relié au foie par le ligament rond du foie, vestige de la veine ombilicale.**

Les artères ombilicales quant à elles transportent le sang en sens inverse, de l'enfant vers la mère, d'où l'aspect nourricier du sang par le cordon ombilical qui donne l'amour (cœur) et nourrit (rate).

Cette **relation cœur / rate** au nombril, on la retrouve bien en énergétique chinoise dans les **trajets des Jing Jin du Shou Shao Yin et du Jing Jin du Zu Tae Yin**, qui passent tous deux par l'ombilic. Evidence anatomique, puisque les veines ombilicales sont liées au cœur organe. Il est d'ailleurs intéressant de noter qu'au niveau embryologique, un canal veineux se forme au sein du foie. Ce canal permet de court-circuiter une partie du sang riche en nutriments et en oxygène des veines ombilicales directement dans le cœur, afin qu'il atteigne le plus rapidement possible des organes tels que le cerveau notamment.<sup>11</sup>

Dans la symbolique même du nombril, on retrouve le lien avec le **Cœur empereur, logis du Shen** : le 8 RM a pour nom principal **Shen que** traduit par Porte de la vitalité. Shen peut en effet avoir deux sens : esprit lié à la pensée (comme dans Shen men 7C) ou vitalité<sup>12</sup>, faisant bien sûr également référence à la fonction nutritive du cordon ombilical pendant la vie intra-utérine, donc à nouveau nous retrouvons l'ombilic comme carrefour entre l'énergie cosmique du ciel et l'énergie nourricière de la terre.

<sup>10</sup> Source : <https://www.youtube.com/watch?v=b7n7OOAgRYU>

<sup>11</sup> <http://www.embryology.ch/francais/pcardio/venen02.hDMI>

<sup>12</sup> Philippe Laurent, *l'Esprit des points*, p. 204

*Que*, c'est aussi la porte et les deux tours de guet devant la porte du Palais Impérial, ce qui justifie à nouveau les liens du 8 RM avec le Cœur empereur. On retrouve d'ailleurs *Que* dans *Juque 14 RM* point Mo du Cœur. Anatomiquement, le caractère de la porte et des deux tours de guets contenu dans *Que* renvoie aussi « à l'image de l'ombilic et des deux grands droits de l'abdomen qui le bordent, protégeant ainsi l'ensemble du ventre »<sup>13</sup>.

Il faut également souligner que le caractère **QUE** est formé de plusieurs idéogrammes qui font référence à la **notion d'obstacle**. On comprendra alors aisément (ce point sera détaillé plus loin<sup>14</sup>) que le 8 RM pourra être indiqué pour le traitement de syndromes d'obstruction (digestifs et respiratoires notamment).

Enfin d'après Philippe Laurent<sup>15</sup>, on retrouve également dans *QUE* la notion de porte à double battant, d'où le nombril comme véritable **lieu d'échange, point d'entrée et de sortie**. Nous aurons l'occasion de reparler de cette notion tout au long du mémoire.

**Yi**, redoublement du caractère *Gan* : le pilon, ou la flèche lancée contre l'ennemi, dans le but de réduire ce qui s'oppose, ce qui fait obstacle

**Jue**, obstacle qui gêne la respiration

D'où **QUE la porte Men (à deux battants) qui fait obstacle Jue pour les entrées et les sorties**

L'un des **alias du 8 RM est Qishe, étape du Qi** (même nom que le point Qishe du méridien du Zu yang ming 11 E), renforçant encore le caractère nourricier (en sang ET en énergie) du **8 RM, lié à la Terre et à l'énergie du Métal** par la référence au Qi de l'air :

**Qi** (Ricci 485) : élément le plus subtil qui entre dans la composition de toutes choses, vapeur, exhalation, air, gaz

**She** (Ricci 4298) : demeure, maison, étape<sup>16</sup>

**8RM alias Qihe, réunion du Qi**

**Qi** (Ricci 485), voir précédemment *Qishe*

**He** (Ricci 1726) : fermer, se fermer, s'unir, réunir, joindre, additionner, se grouper, ensemble, apparier, associer, combiner, correspondre à, s'ajuster à, convenir à, entourer complètement, convenable, raisonnable, union sexuelle

8 RM est donc un grand point de vitalité, ce que confirme son lien avec le Poumon maître de l'énergie : un des autres noms du 8 RM étant **Tai Yuan**, comme le 9P<sup>17</sup>.

---

<sup>13</sup> Philippe Laurent, *l'Esprit des points*, p. 548

<sup>14</sup> cf. p. 41 et 42 du mémoire, rubrique « indications »

<sup>15</sup> Philippe Laurent, *l'Esprit des points*, p. 548

<sup>16</sup> Gérard Guillaume, *Dictionnaire des points d'acupuncture* Tome 2, p. 644

<sup>17</sup> Henning Strom, *Analogie entre les points d'acupuncture et l'empire chinois traditionnel*, p. 202

Anatomiquement, il faut également mentionner que le nombril est également relié à **région de la poitrine** :

- par la 10<sup>e</sup> paire de nerfs intercostaux qui passe par l'ombilic (la 11<sup>e</sup> paire se termine sous l'ombilic)<sup>18</sup>
- par le Jing Jin de Rate (le trajet suit la colonne vertébrale et se disperse dans la poitrine)
- par le Jing Jin du Cœur (va au thorax)

Il serait donc sans doute intéressant d'envisager un traitement par l'ombilic pour tout problème lié à cette région, comme la névralgie intercostale par exemple.

Si le lien avec le cœur semble plutôt évident, celui du nombril avec l'autre composante de l'élément feu, **l'intestin grêle**, apparaît pourtant plus clairement lorsque l'on se penche de plus près sur l'étude du cordon ombilical primitif. En effet, « au niveau de l'intestin grêle, le tube digestif n'est pas totalement refermé et communique avec la cavité vitelline via le canal vitellin. Le canal vitellin, avant de régresser, constitue l'un des premiers éléments du cordon ombilical primitif, ce qui fait que le 8RM est embryologiquement relié à l'intestin grêle. **Les nombreuses indications du 8RM pour les problèmes intestinaux peuvent donc s'expliquer avec l'embryogenèse** »<sup>19</sup>.

En bas, le cordon ombilical est également **lié à la vessie par le ligament ombilical médian**. Nous pouvons donc également noter le lien du nombril avec le méridien du **Tae yang**.

Ainsi le nombril est l'endroit où le feu et l'eau se rencontrent, où résident le yin et le yang. **L'ombilic peut être considéré comme la partie Yin de notre énergie originelle, projection à l'avant de la partie Yang de Mingmen, porte de la vie**. D'autant qu'au moment de la conception, le Shen cosmique dynamise le merveilleux vaisseau **Chong Mai** qui distribue le sang nutritif aux 12 méridiens. L'un des alias du 8 RM est notamment **Mingdi, Tige de la vie, Cordon de la Destinée, Cordon du Mandat céleste** :

**Ming** (Ricci 3514) étant le même *Ming* que celui du Mingmen : « destin, mandat, ordonner de, ordre du ciel, décret du ciel, lot alloué à chacun par le ciel, sort »

**Di** (Ricci 4835) : pédoncule, queue (d'une fleur ou d'un fruit)

« Quand le père et la mère ont des relations sexuelles et créent le fœtus, d'abord est produit le **cordons ombilical qui a la forme d'une tige de lotus, attaché à Ming Men** de la mère. Le Ciel produit l'eau qui produit le Rein qui a la forme d'une fleur de lotus en bouton. Puis suit la formation des cinq éléments qui s'appuient sur le Qi de la mère pour se développer. A dix mois lunaires le fœtus est complet, les Shen se déversent alors dans le nombril et accomplissent l'homme, d'où le nom (du 8 RM) de **Porte gardée des Shen** »<sup>20</sup>.

---

<sup>18</sup> [https://fr.wikipedia.org/wiki/Nerf\\_intercostal](https://fr.wikipedia.org/wiki/Nerf_intercostal)

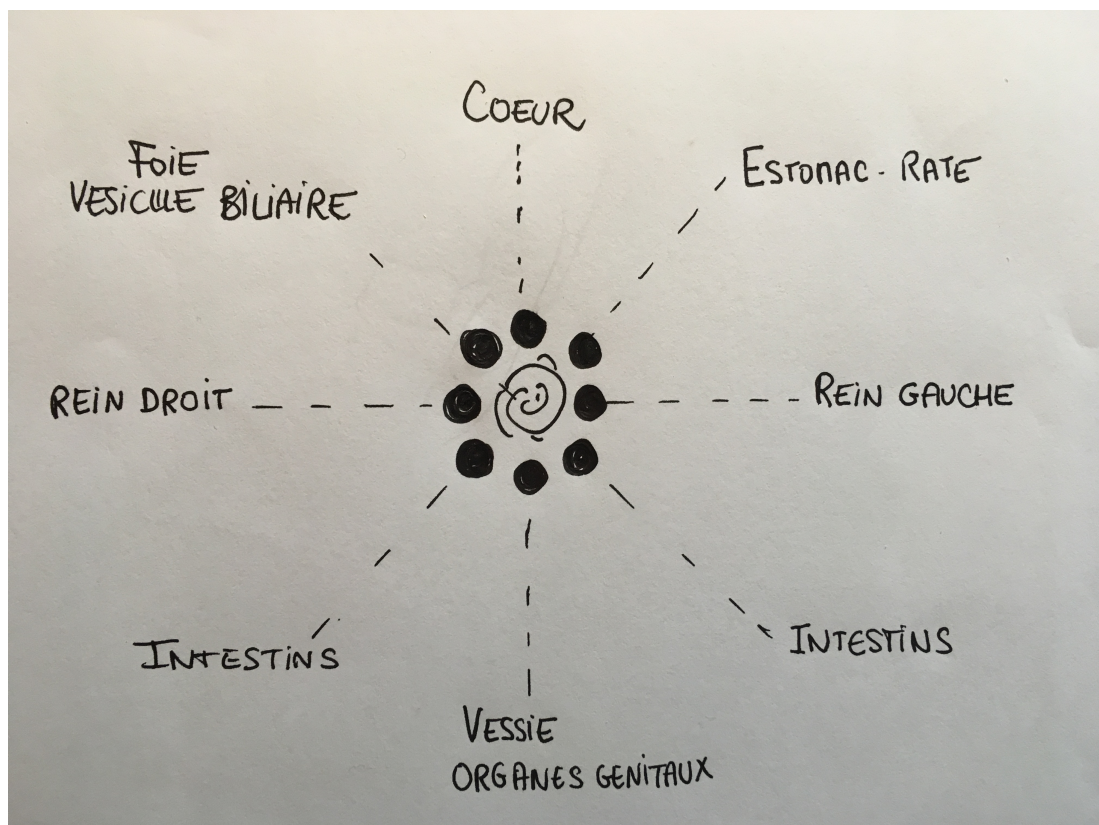
<sup>19</sup> Marie Pascal, *Le début de la vie en énergétique chinoise*, p. 78

<sup>20</sup> Citation du Hui Yuan zhen jiu xue, in Analogie entre les points d'acupuncture et l'empire chinois traditionnel, Henning Strom, p. 200

Ce rapport évident avec **Ming Men, la Porte de la vie**, et tout l'axe **Shao yin**, se trouve explicité ici : « Que est la porte du milieu, entrer et sortir par la porte du milieu est un signe de noblesse. Shen et Zhi (volonté) sont les plus nobles dans le corps humain. Le point est la porte qui fait communiquer le Cœur et les Reins, d'où l'appellation Porte du Milieu pour les Shen »<sup>21</sup>.

D'ailleurs, en Chi Nei Tsang, pour la pratique de l'ouverture de la porte des vents, c'est cette cartographie autour du nombril qui est utilisée (cf. photo ci-après). Rein gauche et droit sont placés de part et d'autre du nombril, ce qui illustre l'idée que le nombril constitue la projection yin à l'avant de ming men, qui loge entre les deux reins. Cette cartographie autour du nombril suit une logique plutôt anatomique. Nous verrons en seconde partie qu'il est possible d'avoir une autre grille de lecture de ces 8 vents autour du nombril.

Néanmoins, on peut d'ores et déjà noter (nous en reparlerons) que le nombril est un véritable point d'entrée et de sortie (comme l'indique l'étude symbolique de *QUE* de Shen que : la porte à double battant), mais pas seulement du fait des échanges par le cordon ombilical durant la grossesse. En effet, après la naissance, nous continuons à éliminer des toxines par le nombril. C'est pourquoi le Chi Nei Tsang enseigne plusieurs techniques pour libérer le nombril et la zone environnante de toute congestion, dont la technique de l'ouverture de la porte des vents<sup>22</sup>.



<sup>21</sup> Citation du Lin shuang shih szu ching 361 shu hseh, in Analogie entre les points d'acupuncture et l'empire chinois traditionnel, Henning Strom, p. 200

<sup>22</sup> Le second volume *Chi Nei Tsang II* de Mantak Chia est consacré à cette méthode

Enfin, le **8 RM peut donc être considéré comme la mère de tous méridiens**<sup>23</sup>, ce qui explique la grande efficacité de l'acupuncture abdominale (tous les trajets de méridiens passent par l'abdomen) et de l'acupuncture ombilicale, comme nous aurons l'occasion de le détailler ultérieurement.

La médecine ayurvédique confirme ce rôle central du nombril qui, par un réseau de 72000 nerfs subtils (les *nadis*), il est relié au corps entier. Dans un ashram indien, la position du nombril des aspirants yogi est vérifiée. S'il s'avère avoir été dévié de sa place originelle, il existe des massages spécifiques ou la pratique de l'asana du nombril (nabhi-asana) pour y remédier. Pour finir sur la vision indienne du nombril, on notera qu'il existe un chakra ombilical, mais dont l'ombilic ne constitue pas le siège. Le chakra ombilical se situe en fait au niveau du plexus solaire, à mi-chemin entre la pointe du sternum et de l'ombilic. Cela ne fait que renforcer le lien – s'il était encore à démontrer – entre le Cœur Empereur, les Shen cosmiques et l'ombilic. Nous étudierons par la suite en quoi l'analyse du lien entre le Chakra ombilical et l'acupuncture pourra être un argument en faveur de l'utilisation du 8 RM comme point pertinent pour renforcer un traitement d'acupuncture par le Merveilleux Vaisseau Dai Mai<sup>24</sup>.

#### >> Focus pratique

##### **Posture de yoga Nabhi Chakrasana « La posture du nombril », indiquée pour lutter contre la fatigue**

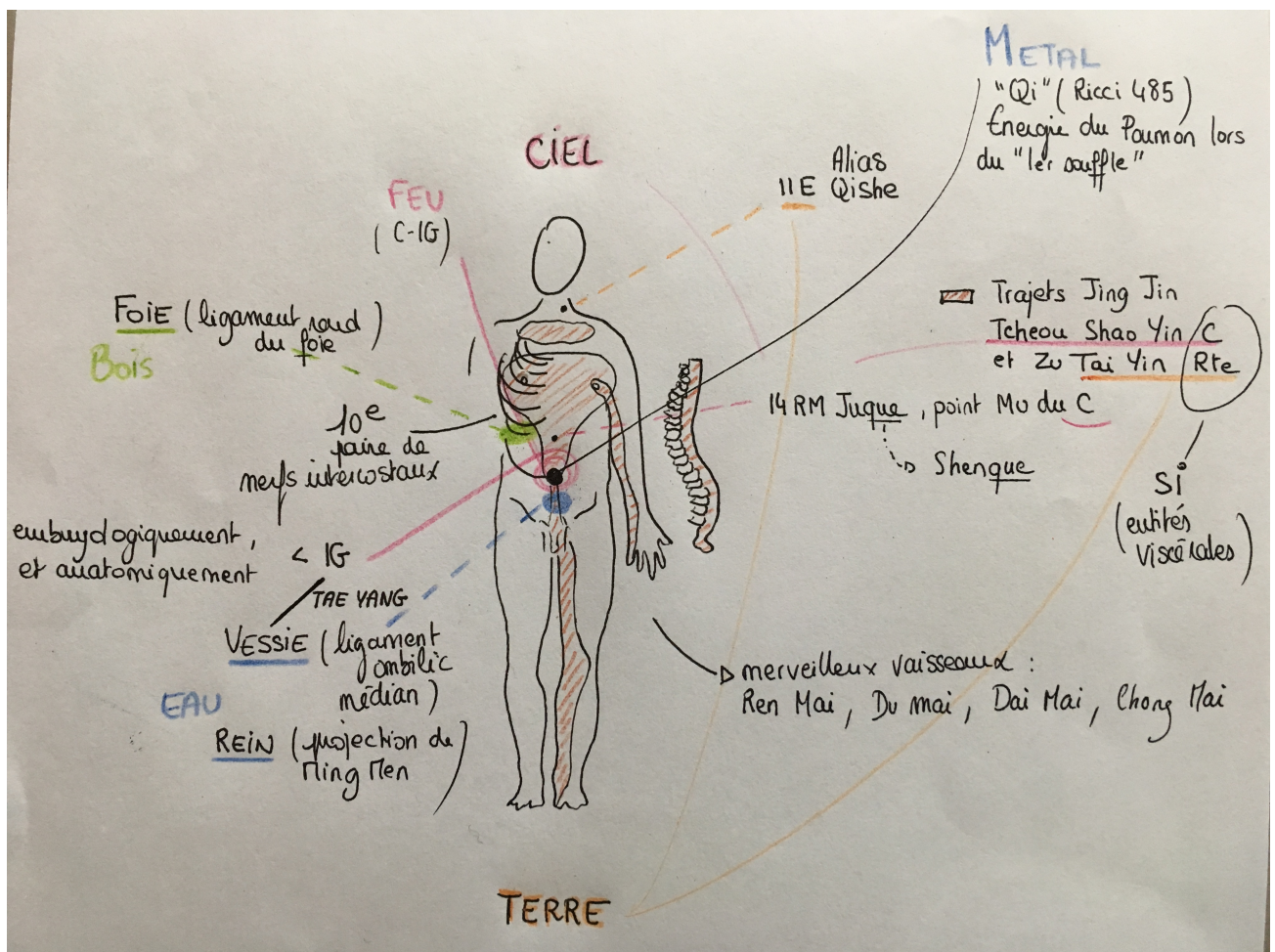
En vous allongeant sur le dos, fléchissez les jambes, rentrez votre menton et écartez juste un peu vos pieds. Gardez vos bras tout le long de votre corps, vos paumes de main au sol. Relâchez tout, des bras jusqu'aux épaules. Maintenez la partie inférieure du dos et les vertèbres lombaires au sol et inspirez. Lorsque vous expirez, soulevez votre tête et votre tronc. Fixez votre regard sur votre nombril, même si vous avez les yeux fermés. Conservez cette posture en ayant les poumons vides, jusqu'à ce que vous ayez besoin d'inspirer à nouveau. Puis relâchez. Répétez cet exercice deux à trois fois. La partie inférieure de votre dos doit toujours rester au sol pendant l'exécution de cette posture. De même, vos bras, vos mains et vos épaules doivent être complètement détendus

<sup>23</sup> Dave Shipsey, *Mastering the Art of Abdominal Acupuncture*, p. 61

<sup>24</sup> cf. section 2.2.3 du mémoire

## En résumé, l'ombilic est relié :

- aux merveilleux vaisseaux Chong Mai (et par extension au méridien du Rein et à Ming Men), Dai Mai<sup>25</sup> et Ren Mai (Du Mai par projection et par circulation dans l'orbite microcosmique<sup>26</sup>)
- au Jing jin de la Rate et au Jing jin du Cœur
- au foie par le ligament rond du foie
- à la vessie par le ligament ombilic médian
- à l'intestin grêle embryologiquement, et anatomiquement
- à la Terre nourricière (Terre centre, Rate – Estomac > et 11 E Qishe)
- au Poumon maître de l'énergie (Qi (ricci 485) de Qishe, Taiyuan)



<sup>25</sup> cf. section 2.2.3 du mémoire

<sup>26</sup> pour la projection RM / DM, cf. page 28 du mémoire

Tout cela démontre bien – s’il en était besoin - à quel point le nombril est central, au centre de l’abdomen et de tout le corps. Deux autres alias du point viennent compléter ce propos :

### **8 RM alias<sup>27</sup> Qizhong, centre de l’ombilic**

**Qi** (Ricci 503) : nombril, ombilic. Il ne s’agit pas du caractère Qi d’énergie mais de Qi qui signifie régler, s’harmoniser, se purifier pour recevoir les avis du ciel, recatégorisé ensuite par la clé organique *Rou* pour devenir l’ombilic

**Zhong** (Ricci 1266) : « représentation d’une cible et de la flèche qui la traverse, d’où les sens de précision, justesse et par extension

- centre, puis la notion de milieu,
- centre, interne, dedans, ce qui est médian (entre les extrêmes), (juste) milieu, (maîtrise), qui sous-entend : « ce qui s’oppose aux débordements »<sup>28</sup>

### **8 RM alias Weihui, centre fondamental**

**Wei** (Ricci 5212) : fibre, filament ; lier, attacher, joindre, unir ; principe fondamental ; maintenir, sauvegarder, préserver

**Hui** (Ricci 2254) : se réunir, s’assembler, rencontrer, association

D’après le *Zhen jiu xue ci dian*, on peut ajouter l’alias **Huan Gu**

Huan (Ricci 2205) : anneau de jade

Gu (Ricci 2720) : vallée, ravin, lit d’un torrent entre deux montagnes, gouffre, antre, caverne, souterrain ; se trouver dans une impasse, incapable d’avancer ou de reculer

## **1.1.2 Le nombril, point de croisement par excellence et point kao roang ?**

Dire que le nombril est central est un pléonasme. Dans la mythologie grecque, l’Omphalos représente le centre du monde. « Omphalos », du grec ancien ὀμφαλός, signifie « ombilic » ou « nombril ». Il désigne aussi, d’une façon générale, tout ce qui est central, et plus spécialement le moyeu d’une roue.

A ce stade, on ne peut que constater que le nombril est au centre de tout. De là à émettre l’hypothèse que le nombril est LE point de croisement par excellence, il n’y a qu’un pas ... ou plutôt, 108 !

---

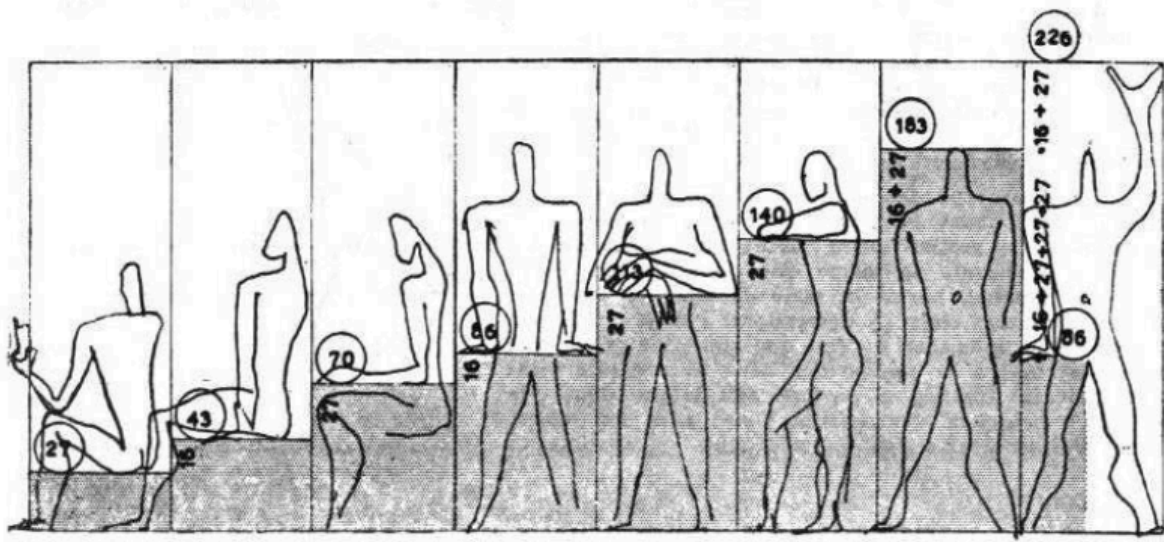
<sup>27</sup> D’après Philippe Laurent, *L’Esprit des points*, p. 548, complété par Ricci

<sup>28</sup> D’après *L’Esprit des points*, p. 25 – On peut aussi noter ici tous les autres points qui comportent le caractère Zhong : 1P, 17 E, 15 IG, 29V, 33V, 15 Rn, 26 Rn, 9 MC, 3 TR, 32 VB, 4 F, 6 DM, 26 DM, 3 RM, 12 RM, 16 RM, 17 RM

Tirés du Jia Yi jing, les points de croisement sont en effet au nombre de 108. Ils permettent de connecter les méridiens entre eux, et ainsi de conduire l'énergie entre les différents canaux, tout en optimisant le nombre d'aiguilles utilisées pour chaque traitement<sup>29</sup>. Lors d'une formation effectuée avec Jean-Sylvain Prot, ce dernier a justement fait remarquer que « le nombre 108 est important dans les croyances chinoises (le chapelet bouddhiste compte 108 grains, on sonne les cloches 108 fois, certains tao comportent 108 mouvements, etc). Or il suffit de taper « nombre 108 » dans Google pour se rendre compte que ce nombre n'est vraiment pas anodin, notamment dans sa symbolique au sein des différentes confessions, bouddhistes, hindouistes, taoïstes, catholiques, etc<sup>30</sup>.

De là à faire le lien avec le nombril, au centre de l'homme, il n'y a qu'un pas. Le nombril se trouve au centre du corps, lorsque la personne a les bras levés. Et si l'on pense à ce nombre comme lié au divin, il nous faut faire le lien avec Le Corbusier : il s'intéresse aux divines proportions établies par Leonardo et ses contemporains comme Vitruve, qui représentent les proportions de l'homme en l'inscrivant dans un cercle. Mais cela entraîne un aspect statique qui ne se prête pas convenablement à l'architecture. Le Corbusier décide alors d'élaborer le Modulor (en 1943) sur la base d'un homme le bras levé qui représente un homme marchant à travers l'espace. Cela lui permet d'établir des mesures qui lui permettent d'organiser l'espace.

#### DIFFERENTES POSTURES LIEES AU MODULOR



Source : [www.centraliens.net](http://www.centraliens.net)

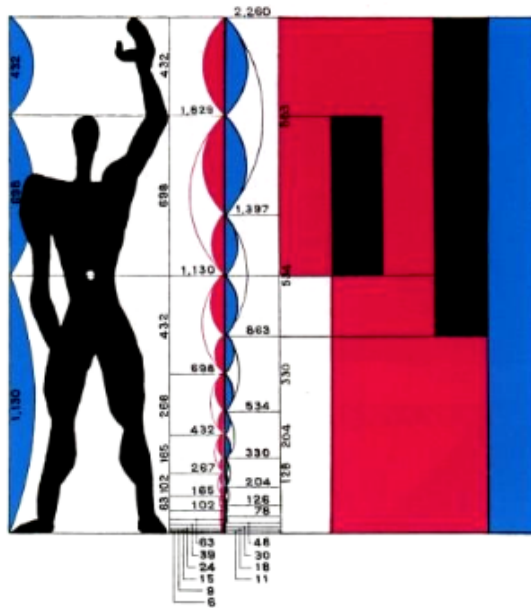
Source : David Bluteau <http://archicommun.free.fr/modulor/modulor.pdf>

D'après ce système, pour un homme mesurant 183 cm, cela porte une mesure à 226 cm le bras levé, et le nombril étant situé au centre de l'homme (le bras levé), cela le place à ... 113 cm. On aurait aimé retrouver ce fameux 108, et la boucle aurait été bouclée !

<sup>29</sup> Cf. liste des 108 points de croisement, ou « points de rencontre », p. 148 à 150 du VAT, Jean Motte.

<sup>30</sup> La liste très complète des références symboliques au nombre 108 est disponible ici : <http://anagogie.online.fr/nombres/nb108.htm>





Source : [www.de.wikipedia.org/wiki/modulor](http://www.de.wikipedia.org/wiki/modulor)

D'autant que comme indiqué précédemment, pour les indiens, le nombril est au centre d'un réseau de 72000 *nadis*. Or  $72000 / 108 = 666,666667$   
Le nombril serait donc l'œuvre de ... Satan !?

Il suffit alors de consulter l'Évangile de Barnabé<sup>31</sup> pour compléter ce clin d'œil :  
« *En s'en allant, Satan cracha sur cette masse de terre ; ce crachat, l'ange Gabriel l'enleva avec un peu de terre. De là vient le nombril que l'homme a maintenant dans le ventre.* »  
De plus, « la somme de trois fois six au carré donne 108,  $6^2+6^2+6^2 = 108$ . Le nombre 666 correspond au chiffre de la Bête de l'Apocalypse »<sup>32</sup>.

On peut bel et bien affirmer que nombril est au centre ... dans toutes les traditions.  
D'ailleurs, chaque civilisation a son nombril :

- l'Omphalos du temple de Delphes représentait le centre spirituel de la Grèce antique. Selon la cosmogonie de la religion grecque antique, Zeus aurait lâché deux aigles - deux cygnes selon certains récits - des points extrêmes oriental et occidental du monde. Au point où ils se rencontrèrent, Zeus aurait laissé tomber l'omphalos, marquant ainsi le centre, le « nombril du monde ». Cette légende a été interprétée par les astronomes comme faisant peut-être référence à la chute d'une météorite de forme conique devenue « pierre sacrée », mais la question reste débattue.<sup>33</sup>

« Dans un ouvrage paru en 1913 et intitulé Omphalos, l'auteur, W. H. Roscher, recense une quantité considérable de documents attestant l'identité symbolique entre l'Omphalos et le

<sup>31</sup> Le texte intégral est disponible ici : <http://le-guerrier-interieur.over-blog.com/article-33838983.hDMI>

<sup>32</sup> <http://analogie.online.fr/nombres/nb108.hDM>

<sup>33</sup> <https://fr.wikipedia.org/wiki/Omphalos>

centre du monde, et cela chez les peuples les plus divers et les plus anciens. En 1915, une étude de J. M. Loth sur L'Omphalos chez les Celtes, parue dans La Revue des Études Anciennes, atteste également ce même symbolisme »<sup>34</sup>.

Dans le catholicon de l'Église du Saint-Sépulcre à Jérusalem, un vase de marbre rose contient une pierre ronde marquée d'une croix également appelée « omphalos » qui, selon une tradition orthodoxe, marque le centre du monde.

L'île de Paques, "Te Pito O Te henua" signifiant le « nombril du monde » ; d'autres interprétations sont « le nombril de la terre », « le centre de la terre » ou « la fin des terres »

Dans l'Empire Inca, Cuzco... Qosqo, le « nombril du monde » en quechua

*Gobekli Tepe*, littéralement « la colline au nombril » situé en Turquie (civilisation mésopotamienne) : serait le plus ancien temple d'architecture monumentale en pierre jamais découvert (les plus anciens vestiges découverts remontent à près de 14000 ans)

Quant à la civilisation chinoise, elle est tout simplement nombril du monde elle-même : l'Empire du Milieu.

Or le milieu, le Centre, c'est le nombre 5 : Ling Shu chap. 78 : « *le nombre 5 est au centre ; du Nord l'heure de Tse et du Sud l'heure de Wou, au centre des nombres de 1 à 9, au centre du Ming Tang (...)* »

Trouver le nombril à 113 cm dans la référence des divines proportions de Le Corbusier n'est peut-être pas si incohérent que cela, puisque 113, c'est tout simplement 108 + 5  
5 fait bien sûr aussi référence aux 5 mouvements, ou 5 éléments. Or les points qui contiennent en eux les 5 éléments, sont les points source YUAN.

Ces points YUAN, points source, sont mentionnés dès le chapitre 1 du Ling Shu qui décrit 10 points sources (5 bilatéraux) sur les méridiens suivants :

Poumon	9P
Cœur	7 MC
Foie	3F
Rein	3R
Rate	3 Rte

Ainsi que 2 points source sur le Ren Mai : 6 RM et 15 RM, qui sont deux points *Gao Roang*.  
« Comme tous ces douze points sont, soit le lieu de transfert, soit le lieu de déversement de l'énergie des méridiens et des branches secondaires des trésors et des ateliers, c'est la raison pour laquelle vous pouvez les utiliser, en les attaquant, pour traiter toutes les diverses maladies des cinq trésors et des six ateliers<sup>35</sup>. »

---

<sup>34</sup> *ibid.*

<sup>35</sup> Ling Shu, chap. 1, Jean Motte, p. 27

Le Ling Shu nous donne les 12 points source. On aurait pu s'attendre à 12 points correspondant aux 12 méridiens principaux, ce qui n'est pas le cas. Ces points sont en fait situés sur les méridiens YIN correspondant aux 5 trésors. Deuxième « bizarrerie » : le texte annonce 2 autres points situés sur le vaisseau conception, deux points *Gao Roang* qui ont l'esprit d'aller au plus profond, au plus noble de l'être humain.

Quoi de plus profond et de plus noble que l'origine de la vie elle-même ? On aurait pu s'attendre à ce que le 8 RM soit lui aussi un point source.

Ce point de vue est défendu par certains analystes<sup>36</sup>. Si les traductions françaises du Ling Shu donnent systématiquement le 6 RM comme point source, les traductions anglaises ne sont pas aussi précises :

« The source of *gao* comes out at *jiu wei* (CV-15), only one point. The source of *huang* comes out at *po ang*, only one point<sup>37</sup> ».

Il est donc énoncé le 15 RM comme point source, puis *po ang* comme point source.

Or il est possible que le nom du 8 RM n'ait pas toujours été *Shenque*, mais qu'avant la Dynastie des Tang, le point s'appelait *po ang*. Le caractère *po* est dérivé du pictogramme d'un bébé dans le ventre de sa mère. Même si le Su Wen fait référence à un point source situé sous l'ombilic (qui serait le 6 RM), il est néanmoins possible d'envisager que le point source donné dans le Ling Shu soit en fait le 8 RM et non le 6 RM, en analysant quelques données physiologiques et anatomiques simples :

Dans le *Huai Nan Zi*, *gao* est ce qui existe durant le 1<sup>er</sup> stade du développement embryonnaire. Là encore, lorsque la traduction française donne, en décrivant les 10 mois lunaires et le développement embryologique, que le 1<sup>er</sup> mois lunaire correspond au développement d'une 'pâte' : « Les Dix Mille Etres s'adosent au Yin, serrant sur leur poitrine le Yang ; l'Harmonie naît au vide du souffle médian. De sorte que, au premier mois, c'est une pâte (...)»<sup>38</sup> ; la version anglaise quant à elle énonce « In the first month, there is *gao* »<sup>39</sup>.

Anatomiquement, le ligament falciforme qui relie l'ombilic au foie, s'attache au diaphragme au niveau du 15 RM. Il y a donc un lien physiologique entre le 15 RM point source, l'ombilic anciennement nommé *po ang* et le foie, 1<sup>er</sup> organe à recevoir directement la nourriture de la mère.

Par ailleurs, comme évoqué précédemment, le 8 RM est lié à l'intestin grêle embryologiquement. Or, des chercheurs de l'Université Columbia ont récemment mis à jour que la production des cellules sanguines ne proviendrait pas à 100 % de la moelle osseuse :

---

<sup>36</sup> cf. chap. six 'source theory' dans Kiiko Matsumoto, Stephen Birch, *Hara Diagnosis, reflections on the sea* – p. 97 et suivantes

<sup>37</sup> *ibid*, p. 99

<sup>38</sup> Claude Larre, Elisabeth Rochat de la Vallée et Isabelle Robinet, *Les grands traités du Huai Nan Zi*, p. 81

<sup>39</sup> *Hara Diagnosis, reflections on the sea*, p. 101

10% des cellules en circulation dans le sang pourraient venir d'un réservoir de cellules souches situé dans l'intestin. L'article est paru dans la revue scientifique Cell Stem Cell<sup>40</sup>. Cela vient renforcer le lien du nombril avec les *Shen* liés au sang et pourrait apporter un argument supplémentaire en faveur du 8 RM comme point *gao roang* qui, comme le 15 RM, irait au plus profond (des os et des moelles).

On peut résumer les liens du 8 RM avec les grands méridiens liés au sang, ce feu liquide qui contient les Shens :

- avec le Cœur par le Jing Jin du Shou Shao Yin. Le sang est gouverné par le cœur
- avec la Rate par le Jing Jin du Zu Tae Yin. Le sang est contenu dans les vaisseaux, et distribué par la Rate
- avec le Foie par le ligament rond du foie. Le foie filtre et stocke le sang
- avec l'Intestin Grêle producteur de cellules sanguines, lié au nombril dans le développement embryologique, et anatomiquement autour de l'ombilic (en Chi Nei Tsang on travaille l'intestin grêle en massant à partir du nombril, en « travaillant les racines du nombril »)

Si le 8 RM peut être considéré comme un point source yuan, il est alors logique d'avoir l'ombilic du Modulor de Le Corbusier à 113 cm au lieu des 108 attendus, et cela pourrait venir étayer une thèse selon laquelle le 8 RM point source et point central par excellence, est LE point de croisement de tout le corps. Il y aurait donc 109 points de croisement : 108 répertoriés + le 8 RM qui contient en lui-même la couleur des 5 éléments, en tant que point source yuan > 108 + (1 contenant 5) = 113.

Cette conclusion n'est qu'une hypothèse personnelle, et je souhaitais simplement poser ici les premiers jets d'une réflexion qui ne mérite que d'être développée dans les années qui viennent, mises à l'épreuve par l'expérience clinique. Puisqu'il sera sans doute impossible de trancher quant à savoir qui du 6 RM ou du 8 RM est à considérer comme point source, on peut simplement garder en tête que selon une interprétation possible du Ling Shu, il est intéressant de noter le lien du nombril avec tous ces points :

6 RM, et / ou 8 RM, 15 RM, d'une part (les points source)

43 V Kao Roang, 16 R Roang lu, 51 V Roang Menn, 53 V Pao Roang, d'autre part (les points qui comportent l'idéogramme *Roang*), points ô combien importants à travailler pour toute problématique touchant les aponévroses, le système lymphatique, la sphère gynécologique et tous les problèmes liés à la procréation. On pourra également envisager le 8 RM comme sorte de point de commande du péritoine.

Après cette première partie consacrée à la description du nombril et de son origine, il sera plus aisé de comprendre à quel point l'acupuncture ombilicale pourra s'avérer pertinente et puissante, à la fois comme outil de diagnostic et comme outil de traitement.

---

<sup>40</sup> Source : Columbia University Irving Medical Center. Novembre 2018, <https://www.sciencedaily.com/releases/2018/11/181129142428.hDM>, [https://www.cell.com/cell-stem-cell/fulltext/S1934-5909\(18\)30543-5](https://www.cell.com/cell-stem-cell/fulltext/S1934-5909(18)30543-5)

## 1.2. DIAGNOSTIC ABDOMINAL

De la même façon qu'il est utile de palper l'étang de 1m avant de prendre le pouls radial, il est bien évident qu'une analyse de l'ombilic ne peut se faire qu'à la lumière d'une inspection préalable de l'abdomen, de manière plus générale.

La littérature à propos du diagnostic abdominal est très abondante, et beaucoup d'écoles existent, coexistent ou se contredisent, notamment parmi les différents courants japonais, véritables spécialistes du *hara*. Aussi, j'ai choisi de mentionner ici seulement quelques unes des techniques de diagnostic abdominal, qui me semblent les plus pertinentes et intéressantes à mettre en pratique en cabinet.

### 1.2.1 Généralités – inspection de l'abdomen :

Avant d'examiner le nombril, il faut évaluer l'ensemble de l'abdomen et observer l'aspect général du ventre :

- couleur générale et changements de teints sur certaines zones (peuvent indiquer chaud / froid / stases),
- noter les variations de température selon les différentes zones du ventre (inspection avec le dos de la main),
- tonicité musculaire,
- forme du nombril et taille en proportion par rapport à l'abdomen / la corpulence générale,
- présence de cicatrices (ne jamais piquer dedans, mais en quinconce de part et d'autre ; importance de travailler les adhérences et de libérer la cicatrice)
- présence de nœuds ou petits nodules : indiquent stagnation de sang et d'énergie Cf. hologramme de la tortue ou Ba Gua pour identifier quelle est la zone correspondante<sup>41</sup>
- l'abdomen d'un homme doit être plus ferme que celui d'une femme. Si l'abdomen d'un homme est flasque : vide de yang
- poils : manifestation du RM, liés au yin et au sang. Une pilosité sous l'ombilic chez une femme indique une déficience de yin du Rein et indique souvent des problèmes menstruels tels que l'endométriose. Si l'on trouve une grosse dépression au 3R, cela confirme le diagnostic.
- peau sèche : vide de yin
- peau humide : plénitude humidité
- peau flasque : vide
- transpiration du ventre : plénitude
- irrégularités dans la région du 4 RM : vide de Rein

---

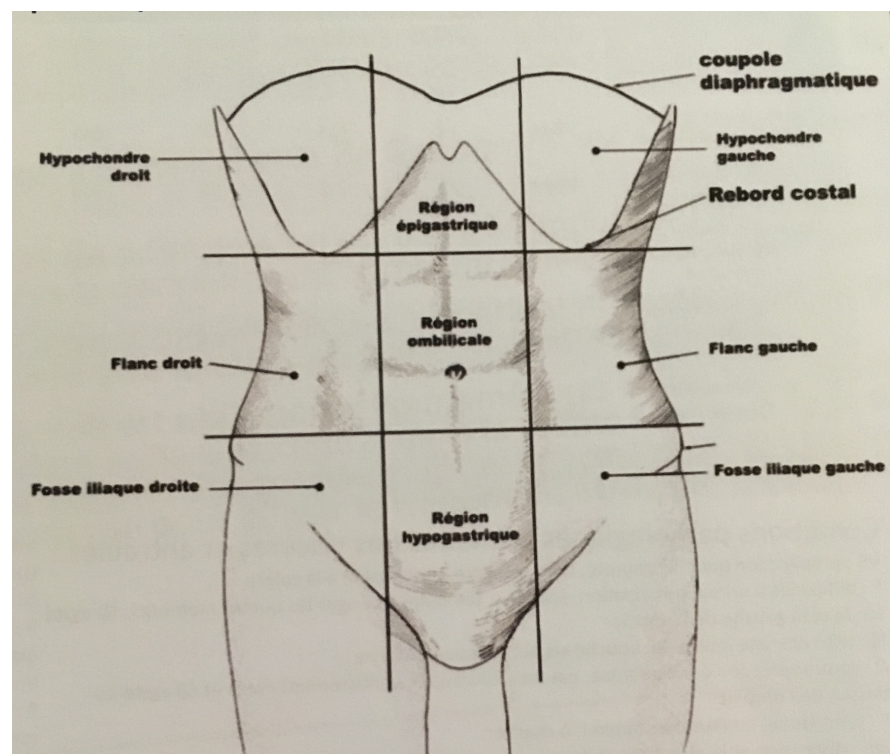
<sup>41</sup> cf. partie II/ traitement du mémoire

- présence de petits nodules (grains de riz) dans la région du 9 RM ou de chaque côté du nombril : accumulation d'humidité dans le corps
- les plis du ventre montrent les vides
- lorsque l'abdomen est creux comme le fond d'un bateau au cours d'une affection pulmonaire chronique avancée (épuisement de l'énergie essentielle), c'est un signe de gravité, l'énergie des reins est épuisée<sup>42</sup>

>> **ASTUCE** (Traitement issu de la tradition ayurvédique)

En cas de **SÉCHERESSE DU CORPS** (de la peau, ou sécheresse interne), on peut suggérer au patient d'appliquer une huile végétale (sésame, coco, olive) et de masser son nombril au coucher, pour traiter la sécheresse du corps entier et remédier à la faiblesse du feu digestif.

L'abdomen peut être divisé en 9 segments :



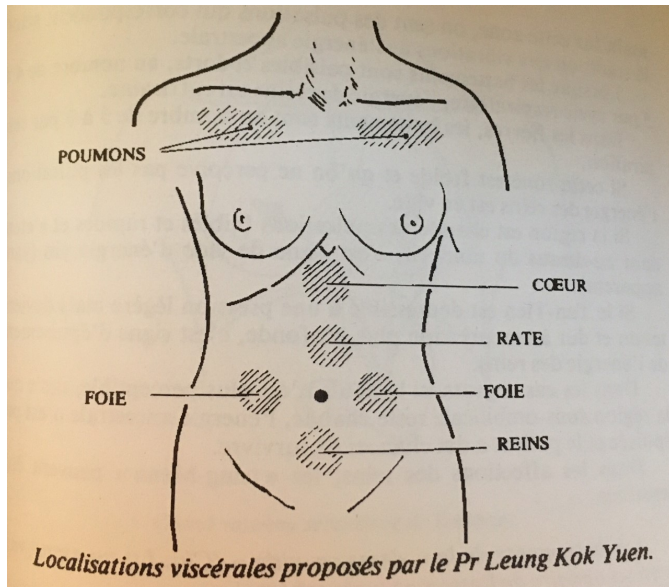
<sup>42</sup> André Faubert, *Traité didactique d'acupuncture traditionnelle*, p. 295

Segment	Organes liés (anatomiquement)	Méridiens liés (analyse énergétique)
Hypocondre droit	Poumon, Foie, Vésicule Biliaire	Si l'on sent une vague d'énergie chaude en passant la main sur cette zone : Foie en plénitude ; si énergie ressentie dense et brûlante : faiblesse
Hypocondre gauche	Poumon, Rate	L'énergie saine de cette zone doit être froide et sèche sur les poumons, tiède sur la partie inférieure, pour la rate
Région épigastrique	Estomac, duodénum, pancréas, cœur, péricarde	Cœur La zone entre 15 RM et 12 RM doit être légèrement concave et souple (énergie saine ressentie : chaude et stimulante) Si la zone est dure ou si l'on sent une pulsation : déficience de Qi du cœur
Flanc droit	Foie, colon, rein et uretère droits	Foie Normalité si bon tonus musculaire, sinon : déficience de Qi du Foie <sup>43</sup>
Flanc gauche	Colon, rein et uretère	Energie saine des Reins est moyennement froide. Si sensation moite, gluante et chaude : hyperfonctionnement ; si moite et froid : déficience
Région ombilicale	Pancréas, mésentère, aorte, intestin grêle	Rate Zone entre 12 RM et 9 RM doit être ferme mais pas dure. Déficience de Qi de la rate si la zone est molle, comme un sac rempli d'eau ou si la personne est très chatouilleuse
Fosse iliaque droite	Caecum, appendice vermiforme, ovaire droit	
Fosse iliaque gauche	Colon sigmoïde, ovaire gauche	
Région hypogastrique	Vessie, colon droit gauche et rectum, ovaires, utérus, testicules, uretère	Rein Zone autour de 6 RM. Bonne énergie du Rein si fermé. Faiblesse du Qi du Rein si forte pulsation ressentie, si la zone est molle ou froide

<sup>43</sup> D'après J.S. Prot, formation acupuncture ombilicale janvier 2019 : « on dit qu'un manque de tonus musculaire autour de F13, qui permet aux doigts d'être facilement pressés sous la cage thoracique, est un signe imminent d'AVC »

## 1.2.2 Analyse par la palpation des points Mu et des battements de chaque zone abdominale

Une autre méthode d'observation par la palpation est proposée par André Faubert, d'après le Professeur Leung Kok Yuen<sup>44</sup>, dont je propose un résumé ci-après :



Examens de chaque zone :

### **POUMON – zone sous claviculaire et zone sous la cage thoracique**

- Poumons en vide : peau sèche, blanche et molle dans la zone Poumon.  
Si la partie située immédiatement sous la cage thoracique est molle et facilement déprimée à la pression, l'énergie de l'Estomac et en vide ainsi que l'énergie des Poumons, qui débute au foyer moyen (n'oublions pas, en effet, le lien 12 RM – 1 P dans la circulation de l'énergie long)
- Poumons en plénitude : muscles intercostaux durs, fermes, poitrine large
- Dans les affections pulmonaires, le 1P Zhongfu est souvent sensible à la pression

### **CŒUR – zone au niveau du 14 RM Juque**

- Peau tendue sans perception de battements cardiaques à la pression légère : Cœur en plénitude
- Si perception de battement étendue jusque sous le nombril : Chao yin en vide
- La palpation du 18 E Ju Kenn permet de mesurer le vide ou la plénitude du Cœur.  
Si on sent le battement : vide

### **RATE ESTOMAC – région au niveau du 12 RM Zhongwan**

- Estomac-rate en plénitude : zone tendue et forte
- Estomac-rate en vide : zone gonflée et sans élasticité
- Dans les affections de la rate, le 13 F Zhangmen est souvent sensible

<sup>44</sup> André Faubert, *Traité didactique d'acupuncture traditionnelle*, p 295 à 298



### **FOIE – région des flancs**

- énergie normale si peau et muscles forts et pleins
- énergie en plénitude si perception de battements au niveau du flanc gauche
- énergie en vide si peau et muscles vides et faibles
- induration au niveau du flanc gauche signent une stagnation d'énergie chez l'homme, et une stagnation de sang chez la femme
- dans les affections du Foie, le 14 F Qimen est souvent sensible à la pression

### **REINS – région sous ombilicale**

Les battements dans cette région correspondent aux vibrations de l'énergie ancestrale.

- 4 à 5 battements paisibles et forts par respiration, énergie suffisante
- zone froide sans perception de pulsation : énergie des Reins en vide
- zone chaude, faibles et rapides pulsations s'étendant au-dessus du nombril : vide d'énergie yin (yang apparent)
- si le Tan-Tien est dépressible sous une légère pression mais devient tendu et dur lors d'une pression plus profonde : épuisement de l'énergie ancestrale
- en cas d'affection des Reins : 25 VB Jingmen sensible à la pression
- manque de tonicité au niveau du 6 RM Qihai signe toujours une déficience de l'énergie ancestrale
- dans les cas urgents, si pouls n'est pas perceptible mais que cette région reste chaude, le patient a des chances de survie (énergie ancestrale non épuisée)

### **1.2.3 Le diagnostic abdominal de Murayama selon la palpation de zones autour du nombril et des points shu antiques<sup>45</sup>**

Cette méthode a été commentée par Denmei Shudo<sup>46</sup>. Elle consiste à tester des points shu antiques par pression sur le point shu : si le point est efficace, la sensibilité d'un point abdominal correspondant doit être améliorée. Cette méthode de diagnostic permet donc une meilleure efficacité dans le choix des points.

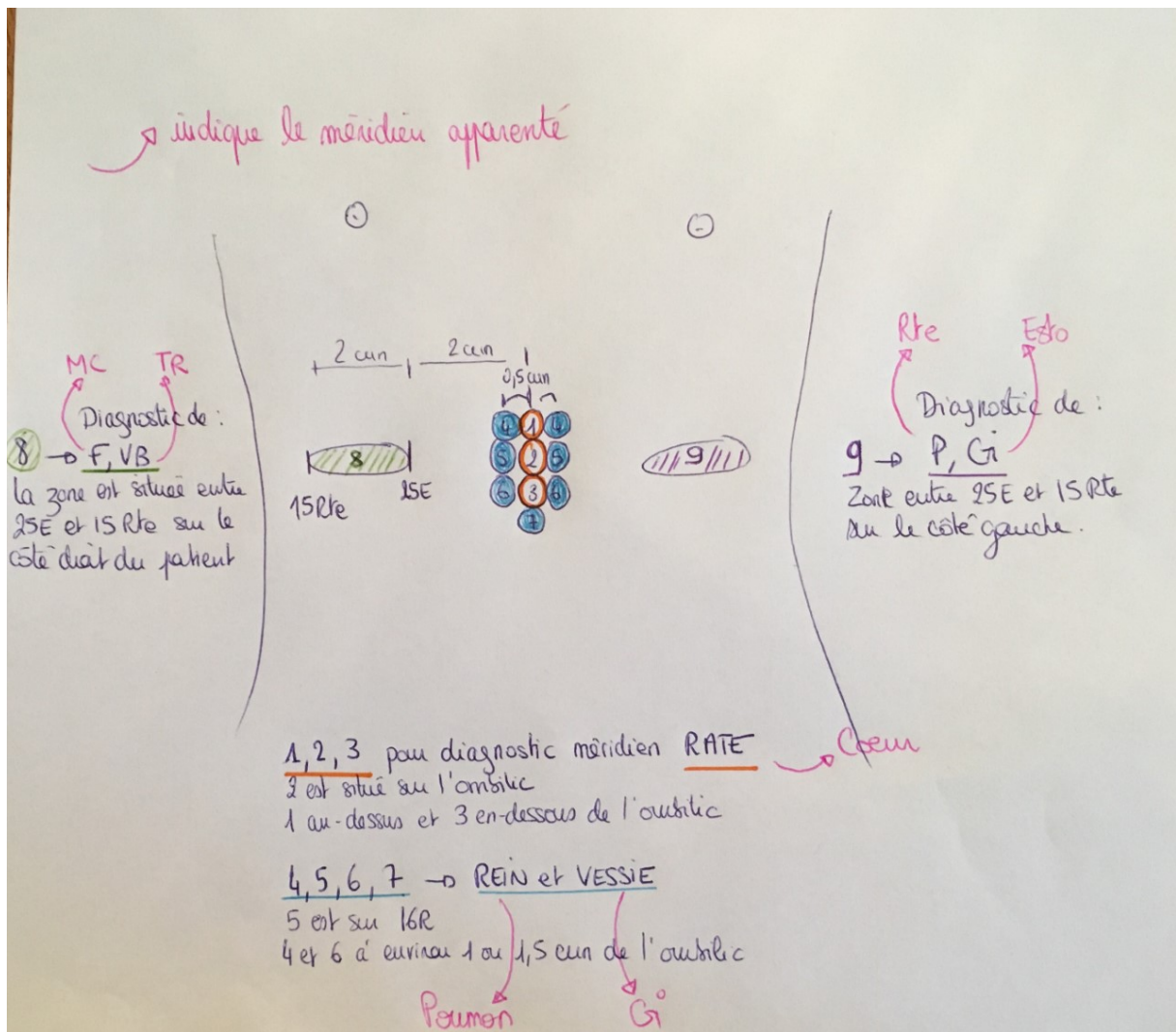
Fonctionnement de la méthode :

1. Identification d'un déséquilibre après 4 temps de l'examen (anamnèse, pouls, langue)
2. Recherche d'un point ashi correspondant sur l'abdomen d'après les points de diagnostic abdominal (cf. schéma ci-dessous)
3. Effectuer une pression sur un point shu antique du méridien correspondant. A la pression sur le point shu choisi, on doit obtenir une réduction de la sensibilité du point ashi sur l'abdomen + une réduction de la sensibilité au pincement sur certains points du méridien apparenté (cf. schéma ci-dessous).

---

<sup>45</sup> Traduit de l'anglais dans *Hara Diagnosis, Reflections on the sea*, p. 343 – 344. Jean-Sylvain Prot enseigne également cette méthode lors de ses séminaires dédiés à l'acupuncture abdominale.

<sup>46</sup> Denmai Shudo est l'un des commentateurs du Nan Jing, il décrit le diagnostic de Murayama, résumé dans *Hara Diagnosis, Reflections on the sea*, p. 343 - 344



Par exemple, si on détecte une déficience du foie après les 4 temps de l'examen et qu'on trouve un point ashi dans la zone 8 correspondante, on peut alors exercer une pression sur un point shu antique du méridien du foie. Une pression sur les points 3F ou 4F élimine généralement la sensibilité du point ashi en zone 8. D'après son expérience clinique, Shudo ajoute que cela devrait réduire également la sensibilité au pincement du point 4 MC, souvent très sensible en cas de déficience du Foie.

Cette triple corrélation permet de :

- confirmer le diagnostic initial (pouls radial)
- confirmer le choix des points distaux les plus efficaces pour le traitement, de manière rapide et immédiate
- confirmer l'efficacité du traitement : de la même façon que l'on doit pouvoir noter une modification du pouls radial après la poncture, on doit pouvoir apprécier une modification de l'abdomen dans la région correspondante, si le point choisi est judicieux.

Quelques remarques et questionnements à propos de cette méthode :

- A propos des zones 8 et 9 :  
Il y a deux façons d'envisager les zones de palpation abdominale (placement des zones Métal et Bois à droite ou à gauche de l'ombilic) : pour certains interprètes, dans le ciel postérieur, le point de vue doit être celui du praticien, de l'observateur : placer Foie et VB à gauche de l'ombilic (à droite du patient). Ceci est confirmé par la réalité anatomique. D'ailleurs, en Chi Nei Tsang, c'est cette même vision plus anatomique qui est adoptée.<sup>47</sup> Murayama lui, inverse les zones Bois et Métal (le Bois à gauche du patient, pas de l'observateur). C'est l'homme qui se tient debout face au sud.
- L'appariement des méridiens (relation du méridien avec le méridien couplé en rose sur le schéma) est fait selon le cycle d'engendrement. On notera d'ailleurs que cela vient conforter la nature « eau » des deux méridiens « sans forme » MC et TR
- IG et Cœur n'apparaissent pas à la palpation dans cette méthode. Pourquoi ? Sans doute parce qu'ils sont sous-entendus comme faisant partie intégrante du 8 RM ? Parce qu'en palpant les zones 1, 2, 3 (Rate), on palpe par défaut également le feu, Rate et cœur étant indissociables, liés par leurs trajets de Jing jin que réunit l'ombilic au centre ?
- Il n'est pas précisé comment s'effectue le choix du point shu antique testé à la palpation. Cela semble être déterminé par l'expérience clinique : Denmei Shudo privilégie la palpation des points iu-iuann et points Ro. Il précise<sup>48</sup> qu'en cas de déficience du Poumon, le 9P montre souvent une dépression, ou est sensible à la palpation. En cas de déficience de la Rate, c'est la zone entre 3Rte et 4Rte qui montre une dépression ou une sensibilité à la palpation ; également la couleur ou la forme de l'ongle du gros orteil peuvent être modifiés. En cas de déficience du Rein, c'est le 3R qui est examiné. Enfin il précise qu'en cas de déficience du Foie, le 8F peut être sensible à la palpation et qu'on peut y trouver un petit nœud à la pression.

Un autre maître japonais, Kodo Fukushima, avance quant à lui que « souvent, les points ayant une relation avec le méridien dans le cycle de contrôle, montreront une réaction à la palpation<sup>49</sup> ». Par exemple, les points 11P et 10P (tous deux liés au Poumon dans le cycle de contrôle) peuvent devenir douloureux en cas de problèmes liés au Poumon ; les poncturer peut s'avérer être un traitement efficace si une douleur est détectée à la palpation sur ces points.

En tous cas, ce qui est primordial de retenir ici, c'est que l'expérience clinique japonaise pointe du doigt l'importance de la palpation distale des points shu antiques, comme outil de diagnostic des cinq éléments<sup>50</sup>.

---

<sup>47</sup> source : *Chi Nei Tsang* Tome 2, Mantak Chia, page 61

<sup>48</sup> Traduit de l'anglais dans *Hara Diagnosis, Reflections on the sea*, p. 344

<sup>49</sup> *ibid.*, p. 343

<sup>50</sup> Pour une introduction générale à la palpation des méridiens comme outil de diagnostic, se reporter à « La théorie des méridiens et ses applications en médecine chinoise » de Ju-Yi Wang, Jason Robertson et al.

## **Le diagnostic abdominal met donc en avant l'importance de la palpation abdominale comme méthode de diagnostic.**

En acupuncture traditionnelle chinoise, le diagnostic repose sur les 4 temps de l'examen : observation (teint, langue, etc.), interrogatoire, auscultation (audition et olfaction), palpation, pulsologie. Or dans la pratique, la palpation est souvent laissée de côté, au profit d'une analyse qui reposerait beaucoup plus sur la prise de pouls. Le chapitre 8 du Nan Jing semble attirer l'attention sur le fait que la palpation de l'abdomen est au moins aussi importante que la prise du pouls radial. Le pouls vient du pouls originel de Ming Men, entre les deux Reins, et observer la qualité de ce pouls sur l'abdomen est aussi important que le diagnostic par le pouls radial.

D'après l'un des commentateurs du Nan Jing Denmei Shudo : si une légère pulsation est sentie partout sur un abdomen élastique et sain, cela indique la bonne santé (reflète le Qi de Ming Men). Si le pouls ressenti est fort, le pronostic n'est pas très bon. Si l'on ne sent pas de pouls, que le ventre ne montre pas d'élasticité, que les doigts s'enfoncent dans le ventre facilement, cela indique un vide.

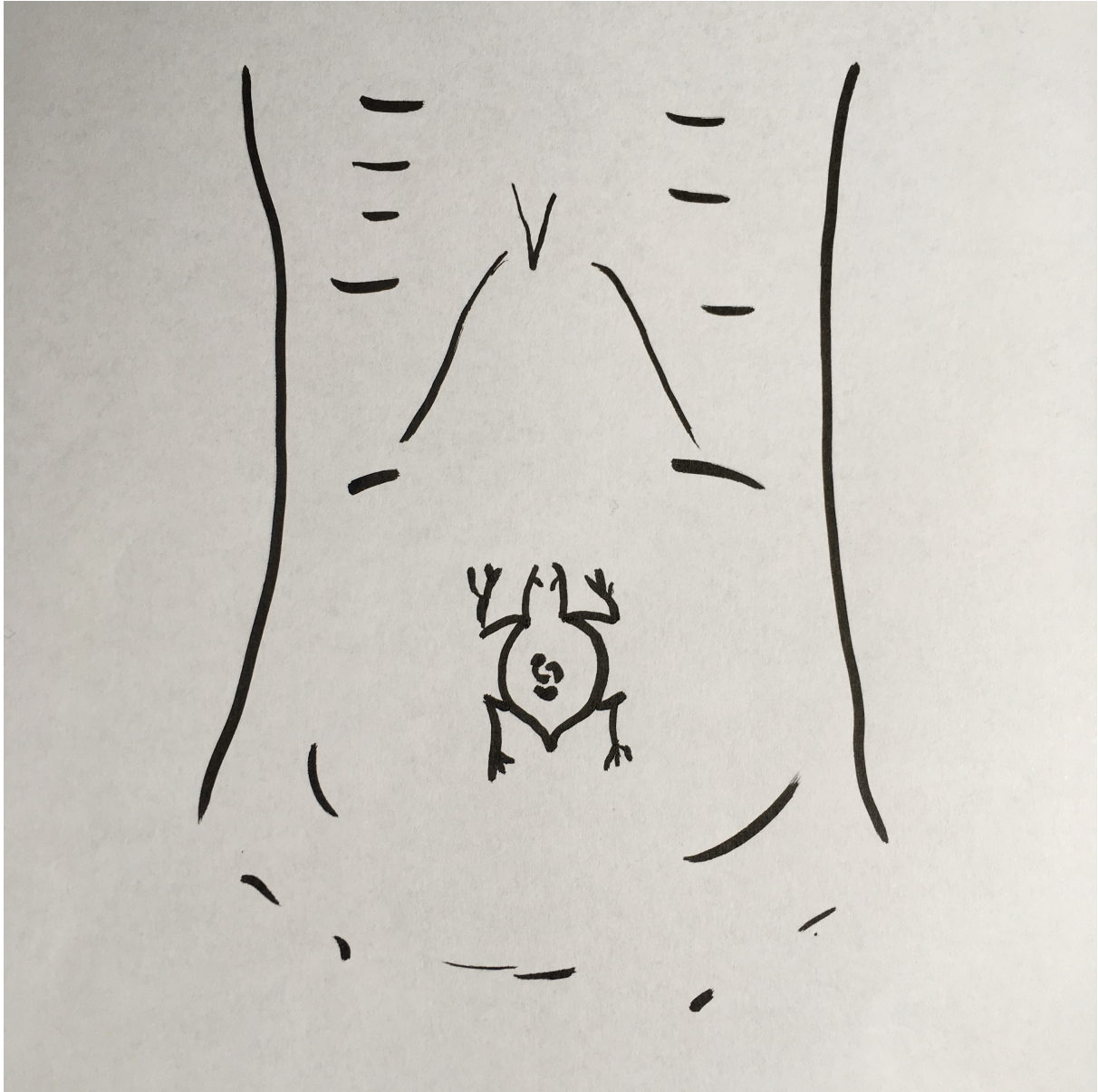
Il est essentiel, dans la pratique, de ne pas appuyer très fort pour ressentir la palpation au niveau de l'abdomen. Cela est d'autant plus vrai lors de la recherche des points ashi, dont la détection fait également partie intégrante du diagnostic abdominal, notamment dans la méthode de la tortue du Dr Bo. Dans ma pratique, j'ai remarqué qu'une pression trop importante peut faire passer à côté d'un certain nombre de points. Il s'agit donc d'être très subtil et superficiel dans la pratique, il s'agit d'effleurer délicatement la peau, plutôt que de palper en profondeur.

### **1.2.4 Le diagnostic abdominal : méthode de la tortue du Docteur Zhiyun Bo**

L'acupuncture abdominale a été développée par professeur Zhiyun Bo et utilisée en Chine depuis 1991. C'est un micro-système au même titre que l'auriculothérapie ou la craniopuncture.

L'acupuncture abdominale se pratique sur une zone qui va du 4 RM Guanyuan au 12 RM Zhongwan verticalement, et horizontalement du centre du ventre au 15 Rte Daheng. Le 8RM est au centre de ce micro-système. Sont poncturés les points du RM, méridiens du Rein, Estomac et Rate ainsi que 8 points spécifiques à ce système, nommés Ab1 à Ab8. Par ailleurs, la poncture de points Ashi est fondamentale et le plus souvent la clé du succès dans les traitements effectués. On recherche ainsi la présence de nodules (pas forcément douloureux) de la taille d'un grain de riz ou plus gros, qui témoignent d'une douleur ou d'une stagnation dans la zone du corps correspondante. L'Acupuncture abdominale part du principe que les points du ventre peuvent traiter tous les méridiens et toutes les zones du corps, par les relations Avers / Revers (Biao Li) et d'après l'attribution de zones de

correspondances. Les points de la Tortue permettent de traiter certaines zones du corps par projection holographique. Par exemple le 24 E Huarounmen placé sur « l'épaule » de la tortue, correspond à l'épaule du patient, le 26 E Wailing à la zone de la hanche, le 10 RM à la vertèbre cervicale C7, etc<sup>51</sup>.



Quoi de plus naturel que de placer l'hologramme de la tortue sur l'abdomen, avec l'ombilic en son centre, lorsque l'on sait que la tortue représente l'univers ? La tortue est une figure vénérée par la mythologie chinoise depuis des millénaires.

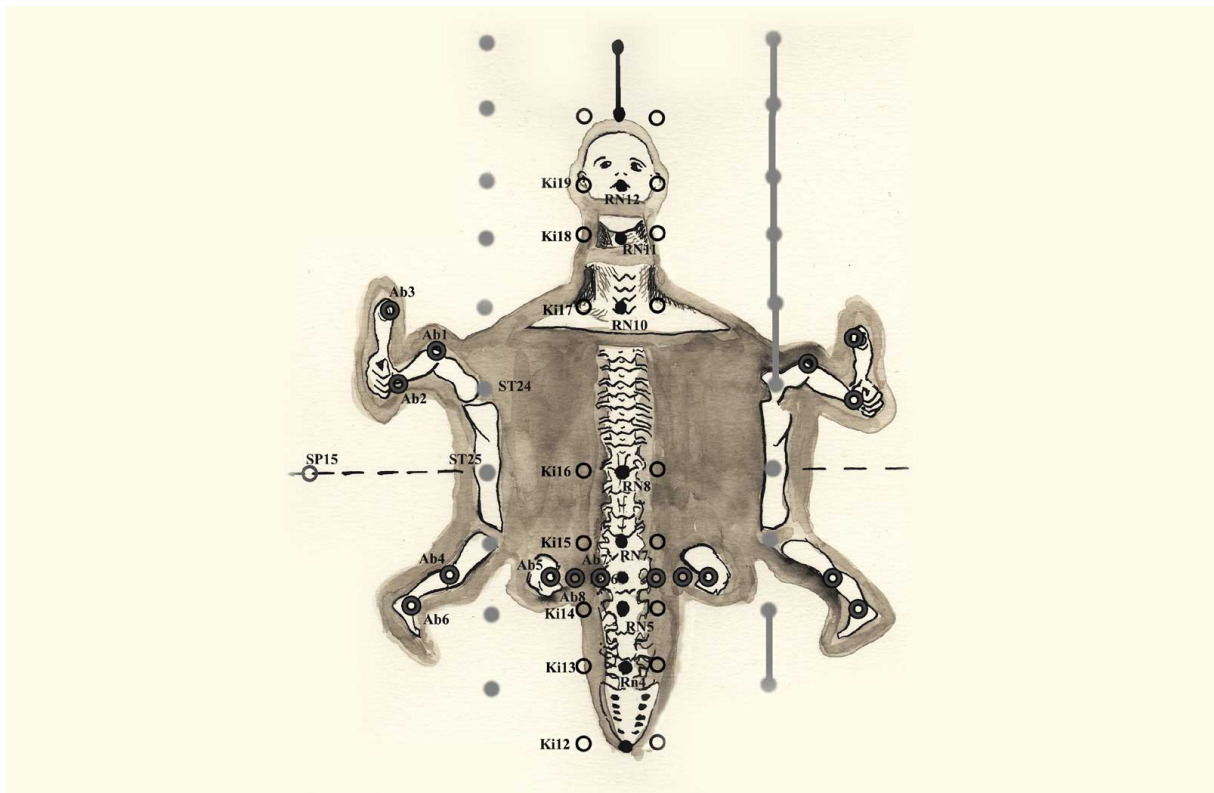
Comme le souligne Cyrille Javary à propos de l'utilisation des carapaces de tortue comme outil de divination (YI JING):

---

<sup>51</sup> Pour les correspondances, cf. p. 63 à 67 du mémoire

« ce n'est pas parce qu'elle ressemble à l'univers que la tortue représente l'univers. Si elle a cette forme, c'est parce qu'elle incarne en elle la vertu fondamentale de l'univers qui est la durée. Le choix de la tortue comme support de l'auguration préalable répond à cette évidence analogique : utiliser la tortue, c'est interroger l'univers lui-même »<sup>52</sup>.

« Le Yi Jing, le livre des changements, passe pour être primitivement l'ouvrage de Fou-Hi, le fondateur de l'Empire chinois et l'Hermès de l'Orient. Il est composé de lignes droites diversement placées, que Fou-hi supposa avoir vues sur le dos d'un cheval-dragon et d'une tortue miraculeuse »<sup>53</sup> La tortue aurait en effet porté sur sa carapace le Luo Shu ou fameux carré magique, dont découle toute l'acupuncture, et notamment les Ba Gua dont nous étudierons l'utilisation plus tard dans cet essai.



Un argument plus terre à terre en faveur du placement de la figure de la tortue sur l'abdomen, est que le plastron de la tortue ressemble beaucoup à l'abdomen humain.

Zhiyun Bo a découvert l'acupuncture abdominale en traitant une sciatique récidivante et résistant à de nombreux traitements, en poncturant uniquement 4 RM (correspondant aux niveaux L4-L5) et 6 RM (correspondant à L1). La sciatique a été résolue de manière permanente après ce traitement. Cela dit, comme le souligne justement J.S. Prot lors d'une formation que j'ai suivie avec lui, la « découverte » de Zhiyun Bo (lien RM – DM) est énoncée dans le Nei Jing lorsqu'il est fait mention du traitement indiqué pour les pathologies du DM : « poncturer le DM et si la situation s'aggrave, poncturer sous l'ombilic ».

<sup>52</sup> Cyrille J.-D. Javary, *Le Discours de la tortue*, p.84

<sup>53</sup> in *Le Musée des variétés littéraires*, Tome Troisième, 1823, « notice sur les king » p. 35

Su wen chap. 60 : « quand le du mai engendre une maladie, il faut traiter le du mai. Le traitement se trouve au dessus de l'os. Dans les cas sévères, il faut poncturer sous l'ombilic » « Au dessus de l'os » ferait référence au 2 RM (au dessus de l'os transversal du pubis) ; « sous l'ombilic » ferait référence au 7 RM. Tous les points du RM traitent les maladies du DM (classique des classifications). Dans le chapitre 16 du Ling Shu, le vaisseau gouverneur et le vaisseau conception sont d'ailleurs considérés comme un seul méridien.

Le Dr Bo utilisa le 4 RM et le 6 RM pour d'autres patients avec des problèmes similaires et le résultat était toujours le même. Il commença alors à développer le système de l'acupuncture abdominale.

Je ne vais pas décrire ici toute la méthode, cela pourrait faire l'objet d'un mémoire en soi. Pour les détails, on pourra se reporter au livre de Dave Shipsey, *Mastering the Art of abdominal acupuncture*, qui présente de manière détaillée la localisation des points sur l'abdomen, la correspondance avec les zones du corps, des exemples de cas cliniques.

Je présenterai néanmoins les grandes lignes de la méthode, lors de l'examen des méthodes de traitement (cf partie II).

Il faut toutefois souligner qu'en ce qui concerne le diagnostic, l'acupuncture abdominale se base uniquement sur les symptômes donnés par le patient ainsi que sur l'examen de l'abdomen (cf. 1.2.1) et de l'ombilic (cf. 1.3.), mais n'examine ni les pouls radiaux, ni la langue pour établir un traitement. De plus, comme déjà évoqué plus haut, le traitement est complété par la palpation de points ashi sur l'abdomen.



### 1.3 LE DIAGNOSTIC OMBILICAL

Un nombril sain est un nombril rond, profond, avec des plis sur les bords, qui témoignent d'une bonne énergie de la Rate et du Rein. Plus exactement, la forme ronde du nombril est la meilleure pour les hommes.



Pour les femmes, la forme ovale du nombril est normale, signe d'une bonne fonction ovarienne.



Cette référence ainsi posée, nous pouvons nous pencher sur l'étude des différentes qualités du nombril.

### 1.3.1 Diagnostic par l'observation du nombril

#### A/ Diagnostic selon la forme du nombril



**Forme convexe** : un ombilic convexe indique une faiblesse Rate et Rein.

On la rencontre en cas d'œdème, de kystes ovariens, d'asthme, de faiblesse des organes internes. Attention cela peut être signe d'hernie ombilicale, à identifier.



**Petit et superficiel** : faiblesse énergétique générale et de la fonction endocrine.

Le diamètre du nombril dépend de la taille du cordon ombilical. Un œil ombilical petit peut donc témoigner d'une déficience de yuan qi.

Se rencontre aussi en cas de troubles mentaux, chez les personnes fragiles psychologiquement, agitées.

> Ici le nombril est très petit (ne mesure que 4 mm de diamètre)

**Petit et flasque** : faible énergie de la rate.

**Profond** : la profondeur du nombril quant à elle dépend de la quantité de graisse sous cutanée. Plus elle est épaisse, plus l'ombilic est profond. Ainsi un ombilic profond peut être signe d'un foie « gras », de cholestérol, d'hypertension, diabète, goutte.



**Fermé** : plus fréquent chez les femmes d'âge moyen, suggère une fonction ovarienne diminuée.


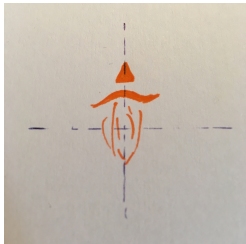
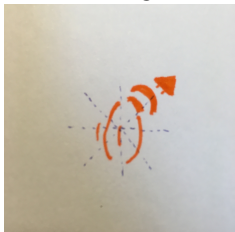
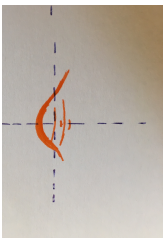
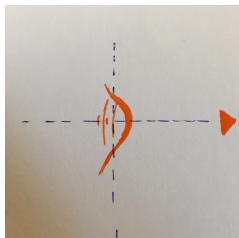
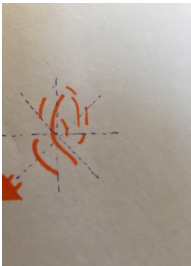
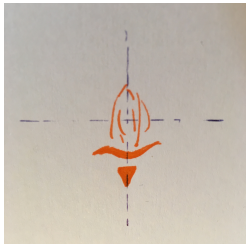
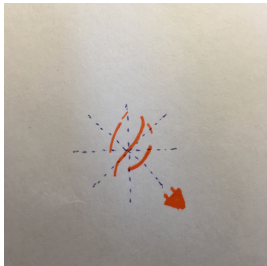
**Long et étroit** : déficience du Rein

**Forme triangulaire** : problèmes digestifs dus à une attaque de Foie sur Rate

D'après Zhiyun Bo, une **distance 4 RM – 8 RM plus grande que 8 RM – 12 RM** indique une bonne énergie vitale.

## B / Diagnostic d'après les tractions du nombril, déplacement du

centre du nombril<sup>54</sup> : la direction de la torsion du nombril indique où se trouvent les tensions et blocages énergétiques :

<p>Traction vers la partie supérieure droite : affecte la partie inférieure de la hanche gauche et de la jambe gauche, le foie et la vésicule biliaire. Troubles intestinaux</p> 	<p>Traction vers le haut : provoque troubles intestinaux, menstruels, prostatiques, respiratoires, insomnies, toux, constipation. Stagnation de Qi ou contre-sens de Qi du Foie ou de l'Estomac</p> 	<p>Traction vers la partie supérieure gauche : affecte la partie inférieure de la hanche droite et la jambe droite, l'estomac et la rate. Problèmes digestifs</p> 
<p>Traction vers la droite (du patient) : affecte côté gauche, reins et intestins. Déficience en énergie.</p> <p>Parfois hypertension artérielle, paralysie des membres à gauche. Personnes sujettes à hépatite ou ulcère duodéal</p> 		<p>Traction vers la gauche (du patient): affecte côté droit, reins et intestins. Déficience en sang. Anémie, parasitose, paralysie des membres du côté droit. Fonction gastro intestinale déficiente, adhérences intestinales, constipation.</p> 
 <p>Traction vers la hanche droite : liée à une tension du côté supérieur gauche qui affecte pancréas, estomac, rate, rein gauche, peut provoquer douleurs dans plexus lombaire et dans jambe droite</p>	 <p>Traction vers le bas : traduit douleurs intestinales, problèmes mentaux, cauchemars, troubles menstruels, prostatiques ou abdominaux, ptoses viscérales, prolapsus rectal et utérin.</p>	 <p>Tension vers le côté inférieur gauche : liée à une tension du côté supérieur droit &gt; peut détériorer F, VB, duodénum, Rein droit, provoquer douleurs dans plexus lombaire et dans jambe gauche Souvent problèmes menstruations</p>

<sup>54</sup> D'après Mantak Chia, *Chi Nei Tsang* I p. 134 à 139 et les travaux de Jean-Sylvain Prot (selon le Dr Yong Qi)

## **C/ Diagnostic selon la couleur du nombril :**

Comme pour l'observation de la couleur de la langue, l'observation de la couleur du nombril se fait à la lumière naturelle du jour. Globalement, le diagnostic suit la même logique que l'observation des couleurs lors des 4 temps de l'examen.

**Couleur blanche** : vide de Qi du poumon, vide de yang du cœur, vide de sang. On peut suspecter une hypothyroïdie.

**Couleur rouge** : chaleur toxique. Feu du cœur, chaleur intestin grêle ou Estomac. Souvent en cas de soif, irritabilité, constipation. Une couleur pourpre autour de l'ombilic peut apparaître dans les tumeurs abdominales ou pelviennes.

**Couleur sombre / noire** autour du nombril ou autour du 4 RM : vide d'énergie du Rein. La couleur noire est signe de gravité, elle apparaît souvent lorsqu'il y a alternance de troubles aigus au sein d'une condition chronique. Selon Jean-Sylvain Prot, si la couleur noire apparaît symétriquement avec hyperpigmentation, prolifération de kératinocytes, c'est un signe de tumeur de l'appareil digestif (cancer de l'estomac notamment).

**Couleur jaune** : chaleur interne (mauvaise alimentation, humidité). Peut être le signe de manque d'appétit, selles molles, cholestérol, hypertension artérielle

**Couleur verte** : présence de froid

## **D/ Autres signes particuliers :**

**Présence de verrues ou grains de beauté** très près du pourtour du nombril signalent un grave problème viral : Mantak Chia préconise de ne pas masser la personne, et de lui conseiller de consulter un médecin.

**Sudation** autour nombril : problématique type Foie / Rate

**Sécrétions huileuses** autour du nombril : indiquent une alimentation trop grasse

**Température** : un froid au-dessus de l'ombilic indique un vide de yang de rate ; un froid au-dessus et en dessous de l'ombilic est synonyme de vide de yang de la rate et du rein (mauvais pronostic)

Il sera toujours important d'observer le nombril avant et après un traitement d'acupuncture. Selon Mantak Chia, « **un traitement réussi (en Chi Nei Tsang) doit être visible dans le changement de l'aspect du nombril** »<sup>55</sup>.

---

<sup>55</sup> Mantak Chia, CNT I p. 293

## **1.3.2 Diagnostic par la palpation du nombril et de la zone ombilicale**

### **A/ Selon Zhiyun Bo**

Dureté de l'ombilic en haut et en bas : déficience Rate et Rein

Le patient sent une distension autour de l'ombilic : disharmonie Rate – Rein

Le patient sent un battement au dessus du nombril : disharmonie Cœur – Foie

Si l'on peut détecter et palper le Qi dans la partie supérieure du nombril, cela indique un vide froid dans le FI (vide froid rate et rein cause une déficience du Rein yang)

Si le Qi est palpable à gauche ou à droite du nombril : disharmonie Foie – VB

Température : l'observer sur et autour du nombril avec le dos de la main (le dos de la main est plus sensible aux variations de température)

### **B/ Selon la méthode des points indurés : palpation autour du nombril<sup>56</sup>**

On peut palper la zone ombilicale à la recherche de nœuds (de tailles variées, petits et fins comme des poils, ou de la taille d'un grain de riz, voire d'un pois). Ces nodules correspondent à des stagnations de sang ou accumulations de mucosités :

- un nœud sur 9 RM indique la présence d'humidité générale
- un nœud de chaque côté de l'ombilic indique de l'humidité dans la rate
- un nœud sous le nombril indique une stagnation ou de la chaleur – humidité dans le foyer inférieur
- en descendant vers 4 RM Guanyuan, la présence de nœuds peut indiquer la présence de chaleur humidité affectant la Vessie, ou peuvent indiquer des problèmes de vertèbres

La présence de points indurés (nodules sous cutanés, douloureux ou non) est fréquente chez les patients atteints de maladies chroniques.

### **C/ Selon la méthode des points ashi : palpation de la paroi ombilicale<sup>57</sup>**

On peut également palper la paroi ombilicale elle-même en utilisant le manchon d'une aiguille d'acupuncture, ou une sonde fine. On teste les 8 directions autour du nombril, en cherchant un point actif, comme en auriculothérapie. On poncture la paroi ombilicale dans la zone où le patient sent une sensibilité. Plus le point est sensible à la palpation, plus le bénéfice thérapeutique sera important après poncture (pour la partie traitement, se reporter

---

<sup>56</sup> selon Jean-Sylvain Prot, formation acupuncture abdominale, janvier 2019

<sup>57</sup> idem

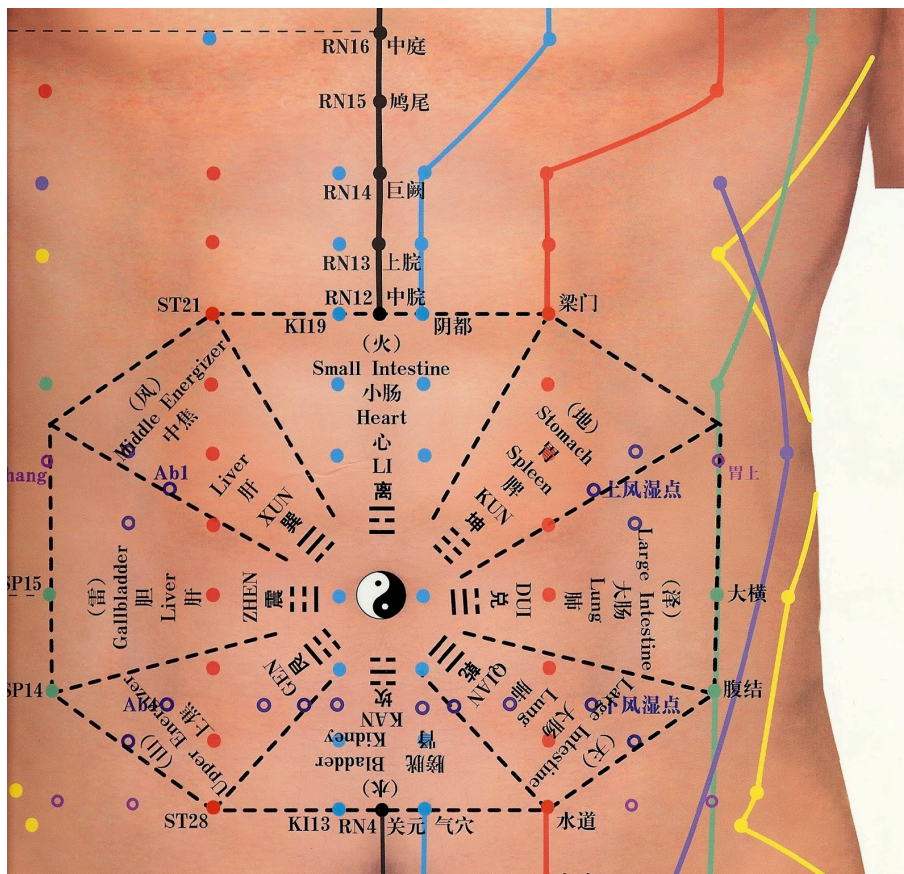
à la section 2). Dans cette méthode, la pointe de l'aiguille est dirigée en direction de la paroi ombilicale (pas perpendiculairement à l'abdomen). Ici, trois zones ont été poncturées, après palpation de la paroi ombilicale.



Jean-Sylvain Prot précise, d'après son expérience clinique, que 20% des patients présentent des points Ashi autour du nombril, et que la présence de ces points est plus courante dans les cas de maladies aiguës. En effet, j'ai moi aussi remarqué en la testant sur de nombreux patients aux conditions chroniques, que cette méthode de palpation n'était pas concluante dans ces cas là.

En revanche, pour les conditions aiguës, ce test permet d'effectuer un diagnostic préalable à un traitement à partir de l'ombilic (cf partie 2). En acupuncture abdominale, c'est un outil pertinent de diagnostic, d'autant que ni les pouls radiaux ni l'observation de la langue ne sont utilisés comme tels.

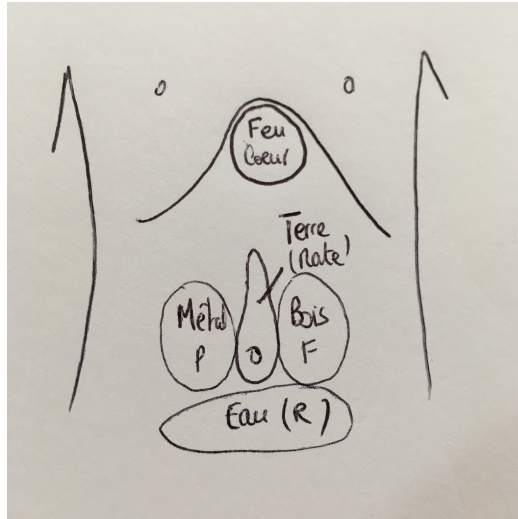
En revanche pour nous, en tant qu'acupuncteurs traditionnels utilisant également les 4 temps de l'examen pour diagnostic, ce test peut s'avérer utile pour valider une hypothèse de traitement. Certains patients présentent en effet une imbrication de symptômes, et le débutant aura parfois du mal à déterminer sur quels méridiens devra porter le traitement en priorité. Devant une condition de douleur aiguë, il peut donc s'avérer utile d'effectuer ce test, et de se reporter à la grille de lecture correspondante, en plaçant le ba gua du ciel postérieur autour de l'ombilic :



Par exemple, si la personne ressent à la palpation de la paroi ombilicale une sensibilité sur les zones Est correspondant au trigramme zhen > Foie – VB ainsi que sur la zone kan > Vessie – Rein, on pourra choisir d'utiliser ces méridiens pour traitement, en plus de la poncture ombilicale de ces 2 zones (cf partie 2.)

## D/ Selon le Nan Jing : les cinq éléments et la palpation autour du nombril

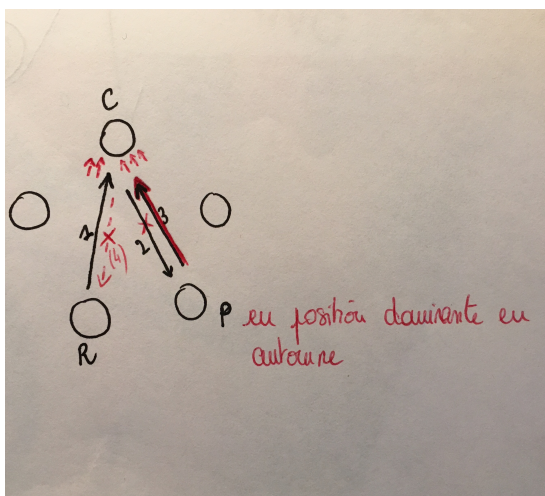
Le premier texte à décrire les 5 éléments (ou 5 mouvements) ainsi que l'importance de la palpation abdominale est le Nan Jing, dans les chapitres 8, 16 et 56, qui développent la relation directe des 5 éléments avec Yuan Qi, dans le ventre.



### Selon la 56<sup>e</sup> difficulté du Nan Jing :

Cette difficulté décrit des douleurs localisées autour de l'ombilic. En fait en étudiant le texte de plus près, les douleurs s'étendent sur l'abdomen plus largement, mais il me semble utile de résumer ces points dans le cadre de ce mémoire sur le nombril. La 56<sup>e</sup> difficulté parle d'« accumulations » qui sont, selon la difficulté précédente (55<sup>e</sup>) des « douleurs localisées de façon permanente et qui indiquent que la maladie est profonde, cachée, de localisation bien déterminée ». Ces accumulations sont produites par les 5 viscères YIN.

Le mécanisme d'accumulation est le suivant (exemple de l'accumulation du cœur) :



La maladie se transmet à partir d'un organe YIN à l'élément contrôlé par lui dans le cycle de contrôle. Dans notre exemple (le processus sera le même pour chaque élément), la maladie se transmet du Rein au Cœur, qui a son tour la transmet au Poumon. Mais en automne, le Poumon est en position dominante. C'est pourquoi en automne (ou aux jours métal Keng et Hsin), le Poumon ne peut recevoir l'énergie perverse. Revenant au Cœur, celui-ci s'efforce de la transmettre au Rein qui ne peut la recevoir. L'énergie s'immobilise donc et s'accumule au niveau du Cœur.



Accumulation	Localisation et étendue	Période concernée	Symptômes
Accumulation du cœur = « poutre cachée »	Au dessus du nombril, grande comme l'avant-bras, s'élève en direction du cœur	En automne Aux jours Keng et Hsin	Si l'atteinte ne guérit pas, elle provoque la mélancolie
Accumulation du Foie = « énergie charnue »	Hypocondre gauche (du patient)	A la fin de l'été Aux jours Wou - Ki	Si l'atteinte ne guérit pas, elle provoque la toux, les reflux, un état fébrile
Accumulation de la Rate = « énergie bouchée »	Région (de la surface d'une assiette) de l'œsophage (au niveau du 12 RM) et de l'Estomac	En hiver Aux jours Jen - Kouei	Si l'atteinte ne guérit pas, l'homme ne peut replier ses 4 membres, il présente une jaunisse
Accumulation du Poumon = « l'ardeur apaisée »	Hypocondre droit (couvre la surface d'une tasse)	Au printemps	Si l'atteinte ne guérit pas : transpiration abondante, sensation alternée de chaud et de froid, oppression, toux, obstruction pulmonaire
Accumulation du Rein = « le petit cochon ardent »	Du bas ventre jusqu'au dessous du cœur (son apparence est celle d'un petit cochon qui tantôt monte, tantôt descend)*	En été Jours Ping - Ting	Si l'atteinte ne guérit pas, elle provoque oppression, reflux, impotence des os, énergie faible

\*Dans son commentaire de ce chapitre, Wang Shu He décrit le « syndrome du petit porcelet qui court » comme d'un mouvement partant de la région entre les reins, et allant jusqu'au niveau du 17 RM.

**Diagnostic selon la 16<sup>e</sup> difficulté du Nan Jing :** ce chapitre expose une méthode de diagnostic qui associe les pouls radiaux avec une combinaison de symptômes et de diagnostic du pouls autour du nombril. Il s'agit d'objectiver un diagnostic par la conjugaison de plusieurs facteurs observables objectivement :

Si au pouls radial on trouve le pouls d'un des cinq Zang (par exemple, si l'on perçoit au pouls le pouls tendu (*hien*) du Foie), ET que l'on observe alors tous les signes suivants, cela confirme le diagnostic « Si ces signes sont observés, c'est le foie, sinon ce ne l'est pas » :

- des manifestations externes (teint, attitude de la personne)
- des symptômes décrits par la personne
- des manifestations internes : palpation ombilicale de la pulsation de l'aorte abdominale dans la zone correspondant, autour de l'ombilic, au pouls radial ressenti. Le nombril est alors considéré comme le centre (Terre) puis les éléments répartis autour de ce centre selon la théorie des cinq éléments. On doit sentir dans la région inspectée un battement concret (lao) et une douleur.

Le chapitre 16 décrit l'ensemble de ces signes, que je propose de regrouper ci-dessous sous forme de schéma. Même si la section de mon étude concerne ici le diagnostic par le nombril, j'aimerais d'ores et déjà proposer une piste de traitement par l'utilisation des points shu antiques d'après le chapitre 68 du Nan Jing. En effet, la lecture des différents signes décrits par le texte m'a fait penser aux descriptions faites de l'utilisation de ces points. De plus, les points IONG (Ying ruisseau) pourront être utilisés systématiquement, car d'après le Ling Shu « toute modification de couleur se traite par le point long »

#### FEU CŒUR

Zone palpation : au dessus de l'ombilic - environ 12 RM

Signes externes : Teint rouge, propension à rire, bouche sèche

Symptômes : gênes et douleurs cardiaques, chaleur paume des mains, nausées

Point Shu : TING (Jing puits) traite les plénitudes sous le coeur + IONG (Ying ruisseau) traite les symptômes de chaleur

#### BOIS FOIE

Zone palpation : A gauche de l'ombilic (pour l'observateur) = droite du patient, environ 25 E gauche

Signes externes : goût pour propreté, teint vert, propension à la colère

Symptômes : raideur et lourdeur membres, difficulté à uriner, constipation, tensions musculaires (« nerfs entortillés »)

Point Shu : IONG (Ying ruisseau) traite toute modification du teint

#### TERRE RATE

Zone palpation : sur l'ombilic

Signes externes : visage jaune, tendance à roter, propension à la méditation, à l'introspection, gourmandise

Symptômes : ballonnements, mauvaise digestion, lourdeur du corps, douleurs articulaires, fatigue, désir de s'allonger, impossibilité de replier les membres

Point Shu : IU (Shu rivière) – traite douleurs et raideurs articulations, troubles de la rate et de l'estomac

#### METAL POUMON

Zone palpation : A droite de l'ombilic (gauche du patient) – env. 25 E

Signes externes : visage blanc, tendance à éternuer, propension à la tristesse, morosité, envie de pleurer

Symptômes : oppression et toux, écoulements du nez, alternance chaud froid

Point Shu : KING (Ying fleuve) traite les gênes respiratoires, alternances chaud / froid

#### EAU – REIN

Zone palpation : sous l'ombilic – environ 6 RM

Signes externes : visage noir, tendance à la peur, bâillements

Symptômes : Symptômes de contrecourants énergétiques (froid jambes et pieds, rétraction des extrémités des membres), douleur et lourdeur du bas-ventre, diarrhée

Point Shu : RO (He mer) traitent contresens énergétiques et diarrhées

## CONCLUSION DE LA PREMIÈRE PARTIE

---

Pour l'acupuncteur traditionnel, le diagnostic abdominal et ombilical est un outil de plus dans sa mallette d'investigation, qui peut servir à affiner / valider son bilan énergétique.

L'examen de l'abdomen étant très complet, on même imaginer pouvoir se passer totalement du questionnaire, ce qui peut s'avérer utile dans le cadre de missions humanitaires par exemple (barrière de la langue) ou pour traiter ses proches sans poser de trop nombreuses questions.

On peut tout à fait établir un diagnostic intéressant grâce à l'examen du nombril, et procéder ensuite à un traitement classique en acupuncture traditionnelle. Le praticien effectue alors un traitement distal, sélectionné grâce au seul diagnostic de l'abdomen / ombilic comme c'est le cas en acupuncture abdominale, ou combiné aux 4 temps de l'examen. Dans ce cas le diagnostic par le nombril est indépendant d'un éventuel traitement abdominal ou ombilical, et simplement être un outil de diagnostic au service d'un traitement d'acupuncture traditionnelle classique.

Au contraire, le diagnostic par le nombril peut déboucher sur un traitement d'acupuncture abdominale, dont le nombril est au centre, ou encore déboucher sur un traitement par poncture de l'ombilic. Ces cas de figure seront étudiés en seconde partie de ce mémoire, consacrée à l'étude du nombril comme outil de traitement.



## **PARTIE II. / LE NOMBRIL COMME OUTIL DE TRAITEMENT**

---

Comme déjà évoqué en première partie de cette étude, le 8 RM est formellement interdit à la poncture. Cela n'exclut pas d'utiliser le nombril comme moyen de traitement, notamment par la moxibustion. Nous examinerons donc tout d'abord les prescriptions usuelles données pour le nombril comme outil de traitement par la moxibustion (2.1).

Ensuite, à la lumière des recherches effectuées en 1<sup>ère</sup> partie, j'aimerais proposer quelques pistes supplémentaires de traitement : en quoi la moxibustion du 8 RM peut-elle s'avérer pertinente comme technique de renforcement d'efficacité de traitements, et dans le cadre de quelles dialectiques ? Ces propositions feront l'objet d'une seconde partie (2.2) au cours de laquelle je proposerai également une piste de traitement pour les personnes qui souffrent de l'impossibilité de se toucher le nombril.

Enfin, nous verrons que la moxibustion est seulement une partie des traitements possibles sur le nombril, et qu'une véritable acupuncture ombilicale a vu le jour. Il ne s'agit pas de poncturer l'ombilic de manière perpendiculaire à l'abdomen. L'interdiction formelle de poncture est respectée : seule la paroi ombilicale est éventuellement poncturée, et la pointe de l'aiguille ne pointe jamais en direction du centre du nombril. Le nombril se retrouve ainsi au centre d'un vaste microsysteme (comme la craniopuncture ou l'auriculothérapie), en tant qu'outil de traitement efficace (2.3).

### **2.1. PRESCRIPTIONS COURANTES**

#### **2.1.1 Indications usuelles en MTC<sup>58</sup>, par ordre alphabétique**

Ascite (« congestion de l'eau dans l'abdomen »)

Borborygmes et douleurs abdominales, borborygmes avec reflux vers le cœur,

borborygmes dont le bruit évoque un écoulement d'eau

Brides intestinales

Constipation

Coma, état comateux après une diarrhée cholériforme

Diarrhée, diarrhée chronique du nourrisson, diarrhée chronique avec présence de sang dans les selles, diarrhée du sujet âgé avec vide et échappement du Qi Yang et incontinence d'urines

Dysenteries bacillaires

Dysurie

Douleur qui diffuse à la région thoracique, Douleur du Cœur

Entérites aiguës ou chroniques

Froid (blessure par le froid chronique)

---

<sup>58</sup> D'après Gérard guillaume, *Dictionnaire des points d'acupuncture*, Tome 2, p. 645 et 646

Hernie ombilicale avec douleur périombilicale qui irradie vers le thorax et entrave la respiration  
 Noyade  
 Oedème et ballonnement  
 Opisthotonos  
 Prolapsus rectal, prolapsus de l'utérus  
 Respiration (impossibilité de prendre sa respiration)  
 Stérilité et sang froid  
 Urine (blocage des urines)  
 Vent : attaque directe par le vent avec syndrome d'échappement et refroidissement des quatre membres ; attaque directe par le vent avec perte de connaissance, convulsions

#### **En résumé, indications fonctionnelles :**

- Tonifie la rate (le Jing jin de la Rate passe par l'ombilic, cela justifie l'utilisation de la moxibustion sur le 8 RM + utilisation du méridien de la Rate pour traiter l'accumulation d'humidité froide entraînant douleurs abdominales, spasmes, froid.
- Harmonise intestins et estomac (sphère digestive)
- Fong (attaques vent, attaques froid)
- Contrecourants énergétiques (échappements de yang, reflux)
- Indications de douleurs localisées sur trajets Jing Jin Zu Tae Yin et Jing Jin Shou Shao Yin liés à l'ombilic
- Point de réanimation, restaure la conscience (le Jing jin du Cœur se termine à l'ombilic)
- Sphère uro-génitale
- Réchauffe le yang
- Gestion de l'eau (urines, oedèmes)

### **2.1.2. Prescriptions par moxibustion et contrindications**

D'après le Su Wen : application de 3 cônes de moxa au 8 RM.

D'après Tong ren, moxibustion avec 100 cônes<sup>59</sup>.

- Ballonnements et diarrhées : 2x7 cônes de moxa sur sel
- « Diarrhée cholériforme grave : moxibustion simultanée sur tranches de gingembre sur le nombril et autour du nombril sur les points Shuifen 9 RM, Dan Tian 7 RM, Tianshu 25 E (bilatéral) pour rétablir le yang ; l'efficacité est certaine »<sup>60</sup>
- Borborygmes avec diarrhée : Shenque 8RM, Shuifen 9 RM, San jian 3 GI (Da Cheng)
- Prolapsus rectal : Shenque 8 RM, Bai Hui 20 TM, Pang guang shu 28V (Ji cheng)
- Gastroentérite aiguë : Shenque 8 RM, Tianshu 25 E, Shang wan 13 RM, Nei guan 6 MC, Zu san li 36 E
- Constipation : moxas sur galettes de Badou<sup>61</sup> au 8 RM

<sup>59</sup> D'après Gérard guillaume, *Dictionnaire des points d'acupuncture*, Tome 2, p 645

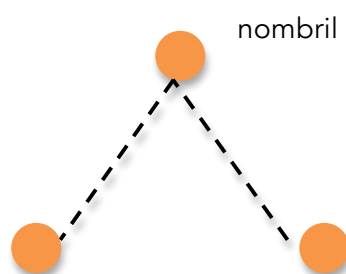
<sup>60</sup> D'après le Tai yi shen zhen, in *Dictionnaire des points d'acupuncture* de Gérard guillaume

<sup>61</sup> Description complète et usages du Ba Dou sur [https://chine.in/guide/croton\\_3182.html](https://chine.in/guide/croton_3182.html)

- Chez les nourrissons et enfants : hernies ombilicales, troubles digestifs et troubles du sommeil
- La technique du sourire : redonner le sourire aux intestins !



Demander à la personne de sourire. Entre deux doigts, prendre la mesure de la largeur du sourire, et la reporter sous le nombril, de manière à former un triangle :



4	9	2
3	5	7
8	1	6

Effectuer 3 cônes de moxas (1 sur le nombril sur sel, ou gingembre ou sel + gingembre), les 2 autres au bout de chaque mesure de sourire reportée. Le nombre de moxas effectué peut être choisi selon la symbolique du carré magique. Par exemple, on peut choisir d'en faire 7 si l'on souhaite renforcer le travail sur le méridien de l'intestin grêle ; ou 5 si l'on souhaite plutôt travailler sur la Terre : à adapter en fonction du patient et de la stratégie thérapeutique globale choisie durant la séance.

#### **Cas clinique** : traitement d'acné (2 séances)

Ce cas clinique illustre un exemple d'utilisation de la moxibustion sur le 8 RM, dans le cadre d'un traitement d'acné. J'ai choisi ce cas clinique parmi d'autres, car avant même de commencer mes recherches sur le nombril, ce cas a été un succès, et m'a sans doute orientée vers le sujet de ce mémoire. Il illustre également que la notion de « centre » en acupuncture peut être abordée de multiples façons.

Afin de préserver la confidentialité des patients, aucun prénom ni dates de naissance ou d'évènements ne seront donnés ici. De même, la présentation du cas est simplifiée, afin de ne pas révéler de nombreux détails personnels.

Jeune homme, 23 ans. Points de naissance en chronopuncture :  
POT 3 Rte + 3 F / POC 10R / POL 5 Rte à droite / point luò 4R

Motif : problème d'acné uniquement sur le visage, depuis l'âge de 10 ans.

Traitement sous roaccutane depuis plusieurs mois, sans effet.

Antécédents :

- asthme enfant ;
- dépression à l'adolescence (avec atteinte du Pro et avec crises d'épilepsies durant plusieurs années suite à un traumatisme psychologique)

Actuellement :

- RAS au niveau familial ou professionnel
- Physiquement : douleurs cervicales récurrentes
- Bonne hygiène de vie
- Tendance à être hypersensible et irritable

3R : 2 – 2 – 1

Langue : RAS

Pouls : IG très faible / Pouls des glandes : hypophyse vide

Observation : allongé sur la table, une jambe est fortement tournée vers l'intérieur (une des pathologies du merveilleux vaisseau Yin Qiao Mai)

Traitement en 1<sup>ère</sup> séance :

**3 IG t** pour relancer IG + en tant que clé du TM + indications cervicales

**19 TM t** (hypophyse + crises épileptiformes surtout chez les enfants est une pathologie du TM)

**6R – 7 P en merveilleux vaisseau**

Je choisis ce couplage de merveilleux vaisseaux pour plusieurs raisons :

- Observation du patient allongé
- Le couplage RM / Yin Qiao Mai a pour croisement la zone avant du corps (localisation de l'acné) : face, cou, poitrine, ventre
- Le 7 P *Lieque* a pour alias Mystère de l'adolescence

**2 P t** (indiqué en traitement de l'acné et pour son alias *Pohu* Porte du Pro)

Durant la pose d'aiguilles, j'effectue un **massage du ventre**

Je lui propose également qu'en deuxième séance nous travaillions plus spécifiquement en chronopuncture sur l'événement traumatique de son enfance, et lui demande d'essayer de retrouver la date en question.

Séance 2, 15 jours plus tard :

Légère amélioration du problème d'acné depuis la 1<sup>ère</sup> séance. Il me fait part de la date et heure de l'événement marquant : le POT est le 67V *Zhiyin* Arrive au Yin, sur le méridien Tae Yang, bien indiqué pour les problèmes de peau. Je garde donc ce point en tête, dans l'optique de l'inclure au traitement.



3R : 1 – 2 – 0

Le ventre est globalement tendu. On note surtout une douleur à la palpation au niveau du foyer inférieur et de Terre centre (zone ombilicale)

Langue : toujours RAS

Pouls : Terre pleine (surtout Estomac). Foie tendu

Observation : Extrémités froides

Il m'apparaît alors évident qu'il faille travailler sur la Terre, et il me vient l'idée de créer une histoire qui parle au Shen de mon patient : une histoire qui lui permette de se libérer d'une entrave passée (le traumatisme) et de se recentrer sur lui-même :

**3 Rte t** (point Terre de Terre, le « JE »)

**3F d** (point Terre du Foie, par rapport au pouls tendu et au travail sur la Terre)

**1P t** bilatéral - **12 RM d** (en lien avec 3 Rte, travail sur le Tae Yin + relancer un nouveau cycle (circulation de l'énergie Rong)

Travailler sur le Tae Yin en couplage au Tae Yang me semble intéressant par la double problématique de peau et par rapport au POT de l'événement. J'ajoute donc le

**67 V t** (POT événement) puis le **65 V** (indications acné) et enfin je finis par le **25 TM t** (indications acné) et j'applique la « **technique du sourire** » (**5 moxas sur gingembre**)

Durant la moxibustion, je dis à mon patient que les aiguilles que j'ai choisies racontent une histoire : on part du « JE » au 3Rte, pour donner au corps l'information qu'on va s'occuper de lui, que c'est un point d'ancrage qui va lui permettre de se recentrer. Les autres points renforcent l'action du 3 Rte tout en traitant les problèmes d'acné. Je lui indique tout particulièrement ensuite de prendre conscience du 67 V, qui correspond à l'événement qui l'a traumatisé enfant : je lui explique qu'en poncturant ce point, on a donné au corps l'information qu'on avait compris que cet événement l'entravait, et qu'il était temps désormais de passer à autre chose, de digérer cet événement (j'utilise volontairement ce mot « digérer » pour ancrer encore plus le travail des aiguilles sur le tae yin).

Désormais c'est fini, le traumatisme est passé, il peut se concentrer sur lui-même, revenir au « JE » : là j'attire son attention sur le 25 TM, qui est comme un centre du foyer supérieur. Le nez c'est la Terre, c'est le roi de la face, qui trône au milieu du visage. Ce point est indiqué pour le traitement de l'acné, et grâce à ce point, il va désormais assumer qui il est et ce qu'il représente aux yeux des autres. Je lui précise également que les chinois montrent leur nez, pour dire « Je »

Enfin, je lui explique que la moxibustion sur le nombril va compléter ce travail de recentrage (nombril), de traitement de la peau (le gingembre nourrit le métal), et que cette technique du sourire en particulier va lui redonner un sourire intérieur, apaisant.

A la fin de la séance, je note une bonne circulation dans les 3 foyers au pouls. Je lui donne l'aiguille que j'avais insérée au 67V dans son blister, et l'invite à aller enterrer cette aiguille quelque part, pour faire le deuil de cette histoire qui fait désormais partie du passé.

Je n'ai pas revu le patient : quelques jours après cette séance, l'acné avait disparu.

## **Pourquoi utiliser la moxibustion sur sel et/ou gingembre ?**

Moxas sur sel : l'action du sel est d'absorber l'humidité stagnante, et de nourrir l'élément eau (et donc également de drainer une Terre en plénitude par son élément Ennemi Vaincu dans l'Honneur, l'eau)

Moxas sur gingembre : nourrir l'élément métal (mère de l'eau donc nourrir l'élément eau par son fils, et faire circuler une Terre en plénitude). Les tranches de gingembre doivent être suffisamment fines pour permettre à la chaleur de pénétrer, mais pas trop pour ne pas brûler la peau.

Les produits utilisés doivent bien sûr être de bonne qualité, d'origine biologique, non traités. Il est habituellement recommandé d'utiliser du sel fin, car le gros sel peut s'avérer trop humide, ou éclater comme du pop corn sous l'effet de la chaleur, mais certaines écoles ou thérapeutes préfèrent utiliser du gros sel.

### **Contre-indications à la moxibustion sur le nombril :**

- Femmes enceintes
- « Pendant les mois d'été, le Shen de la personne se trouve à l'ombilic, il ne convient pas de faire des moxas à cet endroit »<sup>62</sup>

### **2.1.3 « Sauver la racine » : traitement du nombril par ventouse et moxibustion**<sup>63</sup>

**Indications :** c'est une méthode pour évacuer le froid. Elle est donc préconisée dès qu'il y a la notion de froid dans l'histoire du patient, présence de froid (ventre frais ou froid au toucher, extrémités froides par exemple), symptômes aggravés au froid, langue qui montre un froid ou sécheresse des liquides organiques.

**Contre-indications :** la personne a peur qu'on lui touche le nombril ; hernie ombilicale, traumatisme local récent. Prudence si santé fragile.

#### **Protocole pour « sauver la racine » :**

Demander à la personne d'aller vider sa vessie au préalable. Bien expliquer la technique au patient au préalable car cela peut être impressionnant. Rassurer, mettre en confiance.

Regarder la langue du patient avant et pendant le processus, elle changera beaucoup.

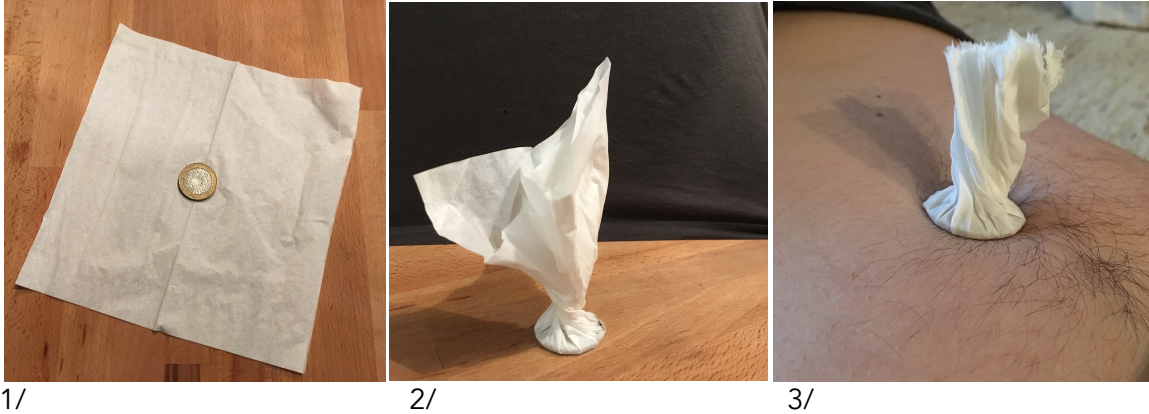
Il faut absolument que la ventouse utilisée soit en verre, préalablement chauffée (eau chaude) et bien séchée. Huiler la zone autour du nombril.

---

<sup>62</sup> D'après le *Lei jing tu yi*, in *Dictionnaire des points d'acupuncture*, Gérard Guillaume

<sup>63</sup> L'ensemble de ce paragraphe est issu de la formation suivie auprès de Jean-Sylvain Prot, formation acupuncture abdominale - janvier 2019, Paris

Placer une pièce (médaille ancienne, ou pièce de monnaie suffisamment grande pour qu'elle recouvre le nombril, dans un mouchoir en papier (photo 1), replier les bords et enrouler la pièce de façon à ce que le papier pointe vers le haut (photo 2), déchirer un peu de papier (ainsi la succion sera moins importante) et placer la pièce ainsi enveloppée sur le nombril (photo 3). Cette procédure permet de centrer la ventouse, et de protéger le nombril.



Allumer le papier (d'où la nécessaire explication au patient au préalable, cela peut être impressionnant !), et poser très rapidement la ventouse sur le papier enflammé. Vérifier auprès de la personne que la succion n'est pas trop forte, douloureuse.

La personne va sentir qu'elle se réchauffe progressivement. Observer la langue changer tout au long de la pose (elle change d'aspect rapidement). Retirer la ventouse quand la personne a chaud, ou si c'est douloureux, ou si elle a envie d'uriner (durée de la pose de ventouse = 15 mn maximum).

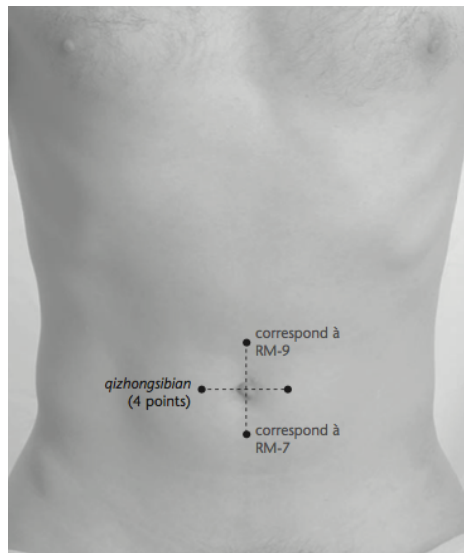
Puis procéder à la moxibustion sur le nombril (sur sel et tranches de gingembre, 3 à 5 fois). Le reste du ventre doit absolument être bien couvert.

La fréquence des séances dépend de chaque patient, de la profondeur du froid, etc. Si aucun changement n'est observé après quelques séances consacrées à cette pratique, Jean-Sylvain Prot indique que cela peut signifier un problème de thyroïde - après avoir envisagé bien sûr, le mode de vie du patient (travail dans le froid, habitudes alimentaires, etc.)

## **2.1.4 Traitement par les points autour de l'ombilic**

### **A/ Traitement par les points hors méridien autour de l'ombilic**

Il existe 4 points hors méridien<sup>64</sup>, situés à 1 cun de part et d'autre du nombril, dénommés QIZHONGSIBIAN « Quatre points autour de l'ombilic ». Ils dessinent donc une étoile autour de l'ombilic. Poncturés ensemble, ils ont pour indication : distension, diarrhée, dyspepsie, dysménorrhée.



Source : Claudia Focks, Atlas d'acupuncture, p. 565

### **B/ Traitement par la « fleur de lotus » :**

Cette technique d'acupuncture abdominale est très souvent utilisée comme traitement préparatoire à tout traitement sur l'abdomen.

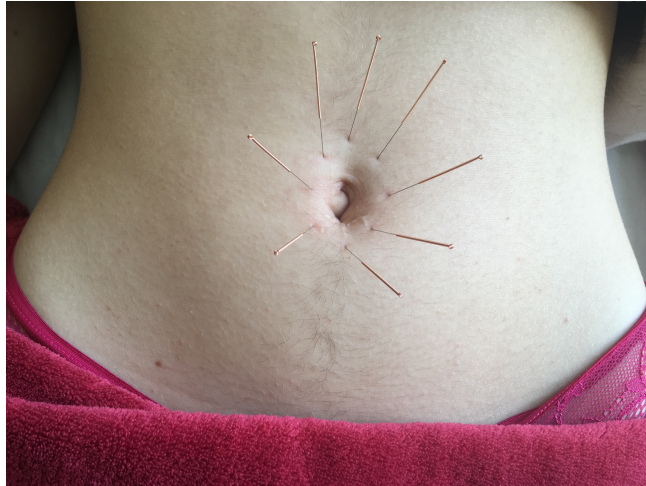
8 aiguilles sont placées dans chaque direction des 8 vents, en commençant par la zone sud et en continuant dans le sens des aiguilles d'une montre, à 0,5 cun<sup>65</sup> en dehors du nombril. Les 8 aiguilles sont d'abord insérées verticalement, de manière très superficielle, puis chaque aiguille est ensuite ajustée pour pointer en direction de l'ombilic, à un angle de 45 degrés (la pointe de l'aiguille ne doit pas toucher la paroi ombilicale).

Durée de pose d'aiguilles : entre 5 et 15 mn max.

<sup>64</sup> Focks Claudia, Atlas d'acupuncture, p. 565

<sup>65</sup> il s'agit du « 0,5 cun universel » en acupuncture abdominale : cf. page 68 du mémoire

SUD



NORD

Dans la pratique, certaines aiguilles peuvent s'avérer douloureuses à l'insertion. Il est alors intéressant de noter quelle est la zone concernée, afin de poursuivre le traitement dans cette dialectique. Lors de l'insertion des aiguilles chez cette patiente (cf photo ci-dessus), l'insertion s'est avérée douloureuse dans les zones Nord EAU et Est BOIS . Je pouvais sentir comme une résistance sous l'aiguille en zone NORD, qui ne m'a d'ailleurs pas permis de poncturer tout à fait en direction du centre du nombril. On peut voir que l'aiguille est déviée de la ligne verticale. On note également une boule dans le nombril sur le côté droit de la patiente (zone Bois), comme si cette nouure interne repoussait l'aiguille de la zone eau. Ces sensations à l'insertion et l'observation du nombril répondaient parfaitement au tableau clinique global de la patiente (tableau de Foie en plénitude avec vide d'eau comme point de départ ).

Cette technique de la fleur de lotus est souvent utilisée en acupuncture abdominale, car elle permet un retour aux sources, un accès au Qi prénatal, et agit sur de nombreux plans physiques, émotionnels, spirituels. Dave Shipsey conseille ce protocole comme un point de départ avant un traitement plus complet, surtout devant des cas qui montrent des tableaux de déficience. Il note tout particulièrement une grande efficacité pour des douleurs inflammatoires, les douleurs nombreuses de type fibromyalgie, pour les problèmes digestifs, ou encore pour mieux supporter les décalages horaires. Au niveau émotionnel, la technique est conseillée pour les personnes dépressives, ou ayant des pensées suicidaires. On peut également y ajouter la moxibustion au 8 RM.

La « fleur de lotus » est très relaxante pour l'esprit mais assez stimulante (ne pas faire en fin de journée). Elle peut être utilisée même sur des personnes très faibles. En général, l'essayer, c'est l'adopter : les patients redemandent « la fleur de lotus » ! Pia Columberg, praticienne en acupuncture abdominale, note<sup>66</sup> :

*« Si tu ne sais pas ce que le Shen signifie, pratique la « fleur de lotus »,  
tu verras le Shen se manifester sur le visage du patient ».*

---

<sup>66</sup> traduit de l'anglais dans un podcast audio sur l'acupuncture abdominale par Dave Shipsey et Pia Columberg : <https://soundcloud.com/abdominalacupuncture>

## 2.2 MOXIBUSTION AU 8 RM : POINT DE RENFORT A L'EFFICACITÉ DE CERTAINS TRAITEMENTS

Cette section propose des pistes personnelles d'utilisation du nombril comme outil de traitement : en quoi la moxibustion du 8 RM peut-elle s'avérer pertinente comme technique de renforcement d'efficacité de traitements, et dans le cadre de quelles dialectiques ? Je présenterai également une proposition de traitement pour les personnes pour qui il est impossible de toucher leur propre nombril.

### 2.2.1 Travail sur les troubles psychiques, la dépression, les entités viscérales (unification des Yuan Shen)

Il me semble tout indiqué de penser au 8 RM pour venir renforcer un traitement sur les troubles psychiques, émotionnels et la dépression, puisque de nombreux blocages siègent dans le ventre, notre cerveau émotionnel. On sait désormais que « le système nerveux entérique est une véritable usine chimique dans laquelle on retrouve toutes les sortes de neurotransmetteurs trouvées dans le système nerveux central ». Il serait notamment un « grand fournisseur de dopamine (hormone du bien-être), et de 95% de la sérotonine du corps, dont la variabilité joue un grand rôle dans l'apparition d'états dépressifs »<sup>67</sup>.

Par ailleurs, certaines personnes vivent la dépression comme un véritable chaos. Or le chaos, c'est précisément ce qui préexiste à la naissance : c'est le mythe du géant PAN KOU qui, dans la mythologie chinoise, nous enseigne que l'ordre est issu du chaos, dans le sens de « non défini ». PAN KOU représente tout ce qui est existant mais non encore manifesté, il contient en lui toutes les potentialités de ce qui sera, et doit mourir pour renaître dans une multitude de formes. Aussi, dans les bas fonds de la dépression, dans le chaos des questionnements existentiels de l'être, l'homme se sent parfois impuissant, dans le néant. Et c'est précisément du vide que l'on peut créer, toute la philosophie taoïste repose sur cette compréhension du vide. Du néant vient la création, la naissance, être « né-en ». Comme l'a souligné Michel Cortinovic dans son travail de recherche sur la dépression en acupuncture traditionnelle, « du point de vue alchimique la dépression est vue comme un processus. Nous pouvons représenter la dépression comme un processus de transition, une phase initiatique entre une partie de sa vie et la suivante : une renaissance. Nous pouvons rappeler ici le proverbe chinois «Ce que le papillon appelle naissance, la chenille l'appelle mort»<sup>68</sup>. Ce néant, c'est le OU, le WU CHI (OU), que représente le géant PAN KOU, et qui a été représenté dans l'art et la symbolique taoïste par un cercle. Bien entendu, dans ce contexte, on peut intuitivement et logiquement faire le lien avec le nombril, pour renforcer un traitement d'émotions lésionnelles. D'autant que lorsqu'elle perdurent dans le temps, les émotions finissent par léser une « entité viscérale » (Shen – Zhi – Hun – Po – Yi).

---

<sup>67</sup> « L'intelligence du ventre », article, INREES, <https://www.inrees.com/articles/intelligence-du-ventre/>

<sup>68</sup> *La dépression*, par Michel Cortinovic – Centre Imhotep : <https://www.centre-imhotep.com/centre-de-ressources/memoires-et-essais>

### Les capacités psychiques surprenantes du cerveau entérique

« Gestionnaire de notre instinct, fournisseur d'informations inconscientes, et régulateur d'états d'âme ? Notre cerveau ventral semble avoir des activités surprenantes. Et nous ne sommes pas au bout de nos surprises. Deux chercheurs, Dean Radin et Marilyn Schlitz, se sont penchés sur les capacités de perception du cerveau entérique. Utilisant un électrogastrogramme (EGG) - un appareil capable de détecter les activités électriques des neurones dans le ventre, ainsi qu'un appareil mesurant la résistance galvanique de la peau, qui s'apparente habituellement aux contractions de l'estomac - ils ont mesuré les réactions du cerveau ventral dans une situation pour le moins... originale. Ayant réuni 26 volontaires, ils les ont regroupés par paires en décidant que l'un des deux serait *l'émetteur* et l'autre *le receveur*. L'émetteur est alors parti dans une pièce et le receveur dans une autre. Il a alors été demandé à l'émetteur de visionner sur un écran des images sélectionnées pour leur capacité à provoquer des réactions fortes – tristesse, dégoût, révolte, désir, tendresse... tout en visionnant de temps en temps le receveur sur un autre écran. Après un total de 206 tests les chercheurs ont pu constater que « *les lectures de l'EGG du sujet récepteur étaient notamment plus élevées et correspondaient à celles du sujet émetteur lorsque celui-ci éprouvait d'intenses émotions, positives ou négatives* », rapporte Lynne McTaggart dans son livre *La science de l'intention*. C'est incroyable. Le cerveau que nous avons dans le ventre serait capable de capter, à distance, l'état psychique d'une personne avec qui nous sommes en lien. Il semblerait que les aptitudes du système nerveux entérique n'aient pas fini de nous surprendre ».

Source : Extrait de « L'intelligence du ventre », par Miriam Gablier, INREES, 21.01.2014  
<https://www.inrees.com/articles/intelligence-du-ventre/>

Comme déjà explicité précédemment, le 8 RM est le point d'entrée et de sortie (la porte à double battant) des *Yuan Shen* cosmiques du Ciel antérieur, qui vont se différencier ensuite en *Shen* qui loge dans le Cœur, en *Zhi* dans les Reins, en *Hun* dans le Foie, en *Po* dans la Poumon, et *Yi* dans la Rate. Je propose donc de finaliser tout traitement d' « entités » (tel qu'enseigné par Jean Motte au Centre Imhotep) par une moxibustion au 8 RM, pour venir compléter le travail sur les *Shen* du patient, unifier son moi fragmenté par des émotions lésionnelles.

Le fait que ce point réveille du coma montre son lien indiscutable avec la stimulation des *Yuan Shen*.

Par ailleurs, par sa connexion avec les deux méridiens tendino-musculaires (Jing jin) de Rate et du Cœur, la moxibustion sur le 8 RM me semble bien indiquée pour compléter un traitement de problématique liée au SI, qui signe un déséquilibre Feu Terre et en particulier Cœur – Rate). Le SI c'est le dire, l'apprentissage du langage. On pensera donc au nombril lorsque la personne présente des troubles du langage (bégaiements, dyslexies, lapsus, logorrhées), ou manque d'esprit de synthèse, donne beaucoup de détails...

« Ce qui se conçoit bien s'énonce clairement et les mots pour le dire arrivent aisément »  
(Boileau)

Enfin, dans le même esprit, on pourra penser au 8 RM comme complément à un traitement relatif au ZHI (action de faire, relation RATE – REIN).

## 2.2.2 « Pas touche à mon nombril » ! Et l'ego, dans tout ca ?

Certaines personnes ont une peur panique que l'on touche leur nombril. Toutes les histoires ne se ressemblent pas, mais ces personnes présentent néanmoins quelques traits communs :

- impossible d'approcher le nombril de près, encore moins de le toucher
- la personne se tord et grimace rien qu'à l'évocation du mot nombril
- la personne peut répondre par un coup incontrôlable si par mégarde quelqu'un touche son nombril (à l'occasion d'un jeu en plein air par exemple), ou s'en approche de trop près...

Comment expliquer ce phénomène ? Refus d'accès à son intimité, signe d'un traumatisme ancien, d'abus sexuel, par exemple ? Plusieurs psychothérapeutes avec qui je me suis entretenue à ce sujet, avouent avoir rencontré quelquefois le cas de figure, bien que les consultants ne pensent pas fréquemment à aborder le sujet en entretien, à moins que cela soit devenu tellement gênant à vivre au quotidien, que cela devienne un motif de consultation en particulier.

Une autre hypothèse serait que le nombril pourrait garder en mémoire l'humeur de celui qui coupe le cordon, à la naissance. Imaginez une sage-femme ou un obstétricien colérique, impatient... ou au contraire un papa confiant et plein d'amour, ou un papa aimant mais complètement paniqué... nul doute que si le nombril garde en mémoire l'humeur de celui qui le coupe, on a devant nous un large panel possible d'émotions ombilicales !

Afin de vérifier cette hypothèse, j'ai eu envie de tester **l'utilisation du point de dynamisation, utilisé dans le cadre de la chrono-acupuncture**<sup>69</sup>. Le ou les points de dynamisation sont des points qui permettent de reconnecter la personne à sa propre naissance, comme si elle (re)prenait son 1<sup>er</sup> souffle. Jean Motte préconise d'utiliser ce point lorsque la personne est née dans des conditions difficiles (cordon autour du cou, maladie dès la naissance, accouchement très difficile, etc.)

### **Cas clinique**

Homme né en 1975. N'a jamais pu toucher lui-même son nombril, encore moins que quelqu'un s'en approche à moins de 10 cm. Lors d'une précédente séance d'acupuncture, il m'a fallu être très précautionneuse pour pouvoir poncturer... un 12 RM ! Je lui propose donc de tester lors d'une prochaine séance dédiée, la « remise à zéro de son nombril ». Selon lui, si après la séance il arrive à toucher son ventre à moins de 2 cm du nombril, « ça sera un miracle ».

Motifs de consultation :

- pouvoir toucher son nombril
- bras gauche très faible (il est droitier), « comme mort depuis une semaine »

---

<sup>69</sup> selon l'enseignement de la chrono-acupuncture, par Jean Motte, au Centre Imhotep  
www.centre-imhotep.com



Lorsqu'il arrive en consultation, il me dit être encore sous le choc d'un autre événement survenu il y a 10 jours, pour lequel il a eu très peur : chute de son bébé qui a glissé d'un coussin sur son bras lorsqu'il lui donnait le biberon. Comme il s'agit du même bras, et que vraisemblablement, après examen clinique, rien d'autre ne pourrait expliquer rationnellement cette perte soudaine de force dans le bras, je lui propose d'essayer de traiter les 2 points lors de la même séance.

Langue : un peu gonflée sans enduit, fissure shao yin et creux sur la zone métal

Pouls : yin vaste, superficiel plein sur IG

Points de dynamisation de sa naissance : 10 R – 25 VB et 2 IG

POC événement : 1R

POL événement (puisque lien filial, sera peut-être à privilégier) : 3 F droite

Comme les points qui sortent en chrono-puncture ne sont pas incohérents par rapport aux motifs de consultation, pouls et langue, voire même très indiqués par rapport à la problématique de peur (qu'on lui touche le nombril, et la peur récente de l'accident), je choisis de simplement me concentrer sur les points suivants :

#### **Traitement :**

2 IG d, 10 R t – 25 VB t (point de dynamisation naissance)

1 R t (POC événement récent par rapport au bras)

3 GI t – 4 IG t (POC naissance, nourrir le métal (langue) et complète le travail sur IG (pouls)

4 RM t pour lier les points entre eux, choisi pour plusieurs raisons : en tant que Mo de l'IG et renfort du travail sur le nombril GUANYUAN Barrière de l'origine

Après la séance, il sent que quelque chose a changé, se sent plus fort.

Son bras a repris des forces. 2 jours après la séance, il peut toucher complètement son nombril et les parois. Même s'il ne peut pas encore insérer ses doigts au plus profond de l'ombilic, cela représente pour lui un énorme changement !

10 jours plus tard, il me précisera qu'il a eu, suite à la séance, énormément de furoncles sur tout le corps : signe que la séance lui a permis d'évacuer des choses. Le traitement est bien allé dans le sens de la guérison, de l'interne vers l'externe.

#### **Quelques suggestions, pour aller plus loin :**

Il me semble pertinent, avant de poncturer les points de dynamisation, de commencer le traitement par un point qui indiquera au corps que le travail énergétique sera dressé vers la dialectique spécifique du nombril.

Par exemple, si les 4 temps de l'examen le justifient, il peut être intéressant de commencer le traitement par le point **Ting** du méridien de Rate (1 Rte) ou de Cœur (9C), dont les trajets de Jing Jin passent par l'ombilic.

On pourra penser aussi à débiter le traitement par la « **fleur de lotus** » décrite plus haut.

Puisqu'il s'agit de remonter au stade du 1<sup>er</sup> souffle, de la coupure du cordon ombilical, il peut être également intéressant de revenir à la **symbolique du cordon** dans lequel s'effectue la double circulation énergétique (de la mère vers l'enfant par la veine ombilicale et inversement par les artères ombilicales qui transportent le sang en sens inverse, de l'enfant vers la mère). Cette double circulation, ces deux fils, on les retrouve dans l'idéogramme *Si* (représentation de deux fils *Mi*)<sup>70</sup>. Marie Pascal a justement fait remarquer dans son travail de recherche en embryogénèse énergétique, que le 23TR *Sizhukong* peut faire référence au nombril dans sa symbolique : « le creux, le trou laissé par l'excavation artificielle (kong) du fil qui fait le lien (si) »<sup>71</sup>

Dans une optique de « couper le cordon » avec sa mère ou avec une personne de sa famille dont les liens sont toxiques ou entravant, il peut donc être judicieux de coupler le ou les points de dynamisation de naissance avec le **23 TR**.

Selon Marie Pascal, un autre point du Triple Réchauffeur évoque le cordon ombilical dans sa symbolique, mais plutôt dans l'aspect nourricier essentiel du cordon cette fois : il s'agit du **13TR Naohui** : « le 13TR c'est ce qui est indispensable et qui se trouve dans la relation cœur/rate : pour l'embryon, c'est le cordon ombilical. Le cordon c'est la mère qui donne l'amour (cœur) et la nourriture (rate). »<sup>72</sup>

### **Et l'ego, dans tout ça ?**

Et si tout simplement, l'impossibilité de toucher son propre nombril, reflétait un mal être par rapport au monde extérieur dont l'homme dépend, une fois le cordon ombilical coupé ? Une fois détaché de sa propre mère, l'enfant est placé entre Ciel et Terre, comme s'il prenait place désormais dans un utérus cosmique. Pour certains, trouver sa place, son équilibre avec son propre moi, n'est pas chose aisée. Le nombril placé au centre nous rappelle sans doute que la vie est un jeu d'équilibriste entre Ciel et Terre, nous rappelle notre humble condition d'être humain. Si le nombril a une connotation négative dans l'imagerie populaire, nous avons vu en 1<sup>ère</sup> partie de cette étude à quel point il est relié à la noblesse et à la beauté de la vie. Il en appelle aussi à beaucoup d'humilité, ce que l'étude de la mythologie va venir éclairer.

Car ce n'est pas à l'humilité que l'on songe de prime abord, lorsque l'on pense au nombril. Le nombril est mal vu, et beaucoup d'expressions qui font référence au nombril sont négatives :

- « se prendre pour le nombril du monde » = égocentrisme, prétention
- « avoir un décolleté jusqu'au nombril » = vulgarité
- « se regarder le nombril » = repli sur soi, désintéressement des autres
- « il n'a même pas le nombril sec » = il est encore jeune, pour qui il se prend ?

---

<sup>70</sup> Philippe Laurent, *l'Esprit des points*, p. 413

<sup>71</sup> Marie Pascal, *Le début de la vie en énergétique chinoise*, Centre Imhotep p. 96

<sup>72</sup> *Ibid*, p. 91

Pourtant si l'on étudie de plus près l'origine du nombril dans la mythologie, la symbolique du nombril est l'inverse de celle de Narcisse. Se regarder le nombril, ce n'est pas faire preuve d'égo surdimensionné ou d'orgueil, mais c'est au contraire prendre la mesure de son imperfection, du caractère « humain » de notre origine, et donc de la finitude de la vie.

En effet, même les premiers hommes ont un nombril ! Adam et Ève sont représentés avec un nombril alors qu'ils ne sont pas nés de leur mère, mais façonnés par Dieu. La question de la représentation d'Adam et Eve avec ou sans nombril a fait l'objet de nombreux débats au sein de l'Eglise catholique, qui a finalement opté pour l'omphalisme.

Par ailleurs, si l'on se réfère au mythe de l'androgyné dans le Banquet de Platon, on constate que le nombril a été formé pour rappeler à l'homme toute l'humilité que les Dieux lui imposent d'observer.

#### **Encadré : extrait du Banquet, Platon**

« Jadis notre nature n'était pas ce qu'elle est à présent, elle était bien différente.

D'abord il y avait **trois** espèces d'hommes, et non deux, comme aujourd'hui : le mâle, la femelle et, outre ces deux-là, une troisième composée des deux autres ; le nom seul en reste aujourd'hui, l'espèce a disparu. C'était l'espèce androgyné qui avait la forme et le nom des deux autres, mâle et femelle, dont elle était formée ; aujourd'hui elle n'existe plus et c'est un nom décrié. De plus chaque homme était dans son ensemble de **forme ronde**, avec un dos et des flancs arrondis, quatre mains, autant de jambes, deux visages tout à fait pareils sur un cou rond, et sur ces deux visages opposés une seule tête, quatre oreilles, deux organes de la génération et tout le reste à l'avenant. Il marchait droit, comme à présent, dans le sens qu'il voulait, et, quand il se mettait à courir vite, il faisait comme les saltimbanques qui tournent en cercle en lançant leurs jambes en l'air ; s'appuyant sur leurs membres qui étaient au nombre de huit, **ils tournaient rapidement sur eux-mêmes**. Et ces trois espèces étaient ainsi conformées parce que le mâle tirait son origine du **soleil**, la femelle de la **terre**, l'espèce mixte de la **lune**, qui participe de l'un et de l'autre. Ils étaient **sphériques et leur démarche aussi**, parce qu'ils ressemblaient à leurs parents ; ils étaient aussi d'une force et d'une vigueur extraordinaires, et comme ils avaient de grands courages, ils attaquèrent les dieux, et ce qu'Homère dit d'Ephialte et d'Otos, on le dit d'eux, à savoir qu'ils tentèrent d'escalader le ciel pour combattre les dieux.

Alors Zeus délibéra avec les autres dieux sur le parti à prendre. Le cas était embarrassant : ils ne pouvaient se décider à tuer les hommes et à détruire la race humaine à coups de tonnerre, comme ils avaient tué les géants ; car c'était anéantir les hommages et le culte que les hommes rendent aux dieux ; d'un autre côté, ils ne pouvaient non plus tolérer leur insolence. Enfin, Jupiter, ayant trouvé, non sans peine, un expédient, prit la parole : « Je crois, dit-il, tenir le moyen de conserver les hommes tout en mettant un terme à leur licence ; c'est de les rendre plus faibles. **Je vais immédiatement les couper en deux l'un après l'autre** ; nous obtiendrons ainsi le double résultat de les affaiblir et de tirer d'eux davantage, puisqu'ils seront plus nombreux. **Ils marcheront droit sur leurs deux jambes**. S'ils continuent à se montrer insolents et ne veulent pas se tenir en repos, je les couperai encore une fois en deux, et les réduirai à marcher sur une jambe à cloche-pied ».

**Ayant ainsi parlé, il coupa les hommes en deux, comme on coupe les alizes pour les sécher ou comme on coupe un œuf avec un cheveu ; et chaque fois qu'il en avait coupé un, il ordonnait à Apollon de retourner le visage et la moitié du cou du côté de la coupure, afin qu'en voyant sa coupure l'homme devînt plus modeste, et il lui commandait de guérir le reste. Apollon**

**retournait donc le visage et, ramassant de partout la peau sur ce qu'on appelle à présent le ventre, comme on fait des bourses à courroie, il ne laissait qu'un orifice et liait la peau au milieu du ventre ; c'est ce qu'on appelle le nombril. Puis il polissait la plupart des plis et façonnait la poitrine avec un instrument pareil à celui dont les cordonniers se servent pour polir sur la forme les plis du cuir ; mais il laissait quelques plis, ceux qui sont au ventre même et au nombril, pour être un souvenir de l'antique châtiment.**

Or quand le corps eut été ainsi divisé, chacun, regrettant sa moitié, allait à elle ; et, s'embrassant et s'enlaçant les uns les autres avec le désir de se fondre ensemble, les hommes mouraient de faim et d'inaction, parce qu'ils ne voulaient rien faire les uns sans les autres ; et quand une moitié était morte et que l'autre survivait, celle-ci en cherchait une autre et s'enlaçait à elle, soit que ce fût une moitié de femme entière –ce qu'on appelle une femme aujourd'hui –soit que ce fût une moitié d'homme, et la race s'éteignait.

Alors Zeus, touché de pitié, imagine un autre expédient ; il transpose les organes de la génération sur le devant ; jusqu'alors ils les portaient derrière, et ils engendraient et enfantaient non point les uns dans les autres, mais sur la terre, comme les cigales. Il plaça donc les organes sur le devant et par là fit que les hommes engendrèrent les uns dans les autres, c'est-à-dire le mâle dans la femelle. Cette disposition était à deux fins : si l'étreinte avait lieu entre un homme et une femme, ils enfanteraient pour perpétuer la race, et, si elle avait lieu entre un mâle et un mâle, la satiété les séparerait pour un temps, ils se mettraient au travail et pourvoiraient à tous les besoins de l'existence. C'est de ce moment que date l'amour inné des hommes les uns pour les autres : l'amour recompose l'antique nature, s'efforce de fondre deux êtres en un seul, et de guérir la nature humaine ».

Platon. Le Banquet, extrait

Sans rentrer dans une analyse trop poussée, il est intéressant ici de donner quelques clés d'une lecture cosmogonique et énergétique de ce texte. En effet, ce mythe raconte la naissance des êtres humains tels que nous les connaissons : on nous décrit le passage du monde non manifesté dans lequel tout existe en potentialité (les êtres ne sont ni masculins ni féminins, ont une forme sphérique et ainsi se déplacent dans toutes les directions, n'en privilégiant aucune ; la trinité présente en toute chose dans le monde que nous connaissons, préexiste déjà dans l'unité suprême de ce monde non manifesté).

Dès lors que les deux espèces d'homme sont créées dans le monde manifesté, il y a passage à la verticalité (ils marcheront droit sur leurs deux jambes), à la dualité, chaque corps étant divisé en deux, « comme on coupe un œuf (symbole de l'unité primordiale) avec un cheveu (symbole de la dualité eau / feu : énergie de l'eau, de nos racines, qui monte vers le ciel, sur notre tête). Et le nombril est donc imposé par les dieux comme « souvenir de l'antique châtiment », symbole de notre première coupure : la naissance passe par une dualité, associée à une chute. Le nombril est là, au centre de l'homme désormais debout entre Ciel et Terre, pour nous rappeler cette première blessure formelle de la séparation, et la quête d'amour qui s'en suivra, car seul l'amour (l'axe Shao Yin, de la verticalité) est capable de résoudre les antagonismes et dépasser les oppositions, afin de retourner à l'Unité suprême.

### 2.2.3 Nombril et Dai Mai

Comment étudier le texte précédent, sans songer au vaisseau ceinture, le Dai Mai ?

Lorsqu'une personne nous dit qu'elle « se sent coupée en deux » entre deux situations, deux personnes par exemple, ou qu'elle se prive, se « fait ceinture » au sens propre (problématiques liées à la nourriture) comme au sens figuré, on peut choisir d'utiliser le DAI MAI comme moyen de traitement, dans la dialectique des chemins de vie des Merveilleux vaisseaux. Ce vaisseau ceinture, par sa localisation, est bien évidemment lié à l'ombilic. Ce qu'il est intéressant de souligner, c'est que bon nombre de mythes ou de contes mentionnent des personnages coupés en deux, au niveau du nombril : apparence humaine au-dessus du nombril mais animale au-dessous : poisson (comme Triton dieu de la mer, ou encore les sirènes), serpent (Mélusine, Echidna dans la mythologie grecque), cheval (les centaures), comme pour bien marquer la ligne de séparation entre la pureté humaine au-dessus, et la part d'animalité bestiale qui nous habite, au-dessous.

Il existe par ailleurs un lien étroit entre le Chakra ombilical et le vaisseau ceinture, selon Michel Cortinovic<sup>73</sup>. On notera d'ailleurs que le Chakra « ombilical » n'est pas situé au niveau de l'ombilic comme on pourrait s'y attendre, mais au niveau du plexus solaire : c'est encore une fois montrer le lien Coeur – Rate, que l'on retrouve à l'ombilic par les deux trajets des Jing Jin respectifs.

#### **Extrait de l'étude de Michel Cortinovic :**

##### **Chakra ombilical (du plexus solaire) - Manipura**

Il se situe, comme son nom l'indique, au niveau du plexus solaire à mi-chemin entre la pointe du sternum et l'ombilic. Son niveau énergétique est différent car c'est lui qui gère les émotions non élaborées. Il est le point de fixation de la conscience égotiste. Il va donc concerner les énergies émotionnelles brutes, les désirs, le pouvoir personnel, l'instinct de propriété. Il correspond au développement de la personnalité, à l'expérience de la vie.

Sur le plan physiologique, il est lié au système nerveux autonome, au diaphragme, à l'estomac, à la rate, au foie, à la vésicule biliaire et aux six dernières vertèbres dorsales.

Sur le plan glandulaire, il est en relation avec le pancréas endocrine.

On lui rattache la couleur jaune

En acupuncture, de par leurs localisations (ainsi que leurs noms « milieu »), le 12 Ren mai, Zhong Wan (Milieu de l'estomac) et le 6DM Ji Zhong (Milieu du rachis) sont en relation étroite avec Manipura.

Dans les 5 éléments, le chakra ombilical est lié au Bois (Rouge, Foie, Yeux, Vue, ...).

Le pancréas étant rattaché au Dai Mai, le chakra ombilical aura donc un lien étroit avec ce dernier et son point de commande le 41VB.

Le Dai Mai a pour fonction de resserrer les méridiens, d'éviter la dysharmonie d'énergie entre haut et bas.

De plus, le Jing Mai du Dai Mai passe bien par des points de VB (25VB, 26VB, 27VB, 28VB) et du F (13F qui est également le point Mo de la Rate). De même, le Jing Mai de l'Estomac passe par le diaphragme, l'Estomac, la Rate et le 12RM est le point Mo de l'Estomac et le point nœud du Tae Yin (P-Rate).

Par son lien avec le ciel antérieur, le 8 RM peut être plus largement utilisé dans le cadre de tout traitement de merveilleux vaisseau<sup>74</sup>. Beaucoup d'autres techniques / protocoles lient nombril et merveilleux vaisseaux : je ne les détaillerai pas ici car elles font l'objet de séminaires payant donnés par Jean-Sylvain Prot. Il s'agit notamment des méthodes suivantes : méthode du taiji de Shenque en acupuncture moxibustion ; méthode des 8

<sup>73</sup> [http://michel.cortinovic.free.fr/chakras\\_et\\_acupuncture\\_500.htm](http://michel.cortinovic.free.fr/chakras_et_acupuncture_500.htm)

aiguilles pour la suprême harmonie Tai He ba Zhen Fa ; ou encore la méthode Tai Yang ba Fa Pei Qi Jing Bai Mai du docteur Chen Chao et Dr Hu Zhen Xiong.

#### **2.2.4. Les liens du sang (physique, énergétique, symbolique)**

En écho à la première partie de cette étude où ont été décrits les liens du nombril avec les méridiens liés au sang<sup>75</sup>, j'aimerais simplement rappeler ici qu'une moxibustion au 8 RM pourra sans doute s'avérer pertinente lors d'un travail sur une problématique de sang (le sang physique, énergétique, symbolique).

#### **2.2.5 Travail sur la circulation des énergies Rong et Wei**

L'énergie Rong passant par le RM et à l'ombilic dans son trajet collatéral, il me semble intéressant de penser à utiliser le 8 RM dans la dialectique de relancer un cycle, faire circuler l'énergie nourricière Rong :

Moxas au 8 RM – 12 RM t – 1 P t

Par ailleurs, lorsque l'on travaille en énergie Rong, en suivant les marées énergétiques chinoises, la méthode de traitement consiste à :

- en cas de plénitude : disperser le méridien dans son heure
- en cas de vide : tonifie le méridien 2h après (dans la marée énergétique suivante)

En résumé, à l'heure de l'Estomac par exemple, on peut soit traiter une plénitude de l'Estomac, soit une déficience du GI

Il est également possible de travailler de la sorte grâce au nombril, en reportant l'horloge circadienne autour de l'ombilic et ainsi effectuer une chronoacupuncture du nombril<sup>76</sup> : cette méthode consiste à placer les 12 branches terrestres autour du nombril, et à utiliser cette horloge dès qu'il y a récurrence des troubles (au même moment de la journée, du mois, ou de l'année).

Par exemple, si la personne souffre de nausées tous les jours à 8h (temps universel), cela correspond à la direction de 10h sur l'horloge 'normale' :

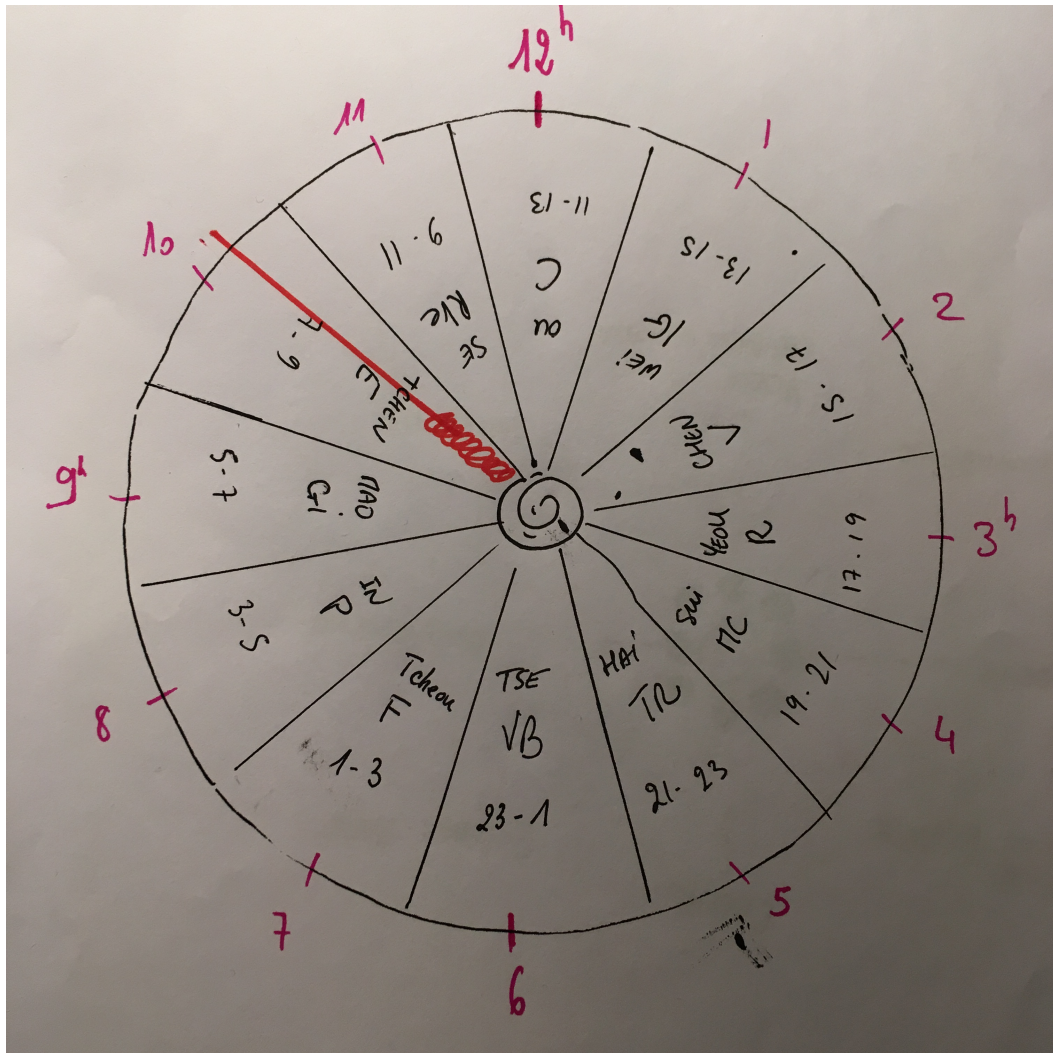
- on poncturera alors la paroi ombilicale en direction de cette zone (Tchen – cf. aiguille rouge dans le schéma suivant) si l'on établit un tableau de plénitude (pour compléter, on peut par exemple poncturer en traitement distal un 36 E d – les points He mer étant indiqués en cas de reflux, c'est de plus le point de nature Terre)
- si au contraire on établit un tableau de vide, on poncturera la paroi ombilicale en direction de la zone suivante se (et on pourra compléter le traitement en tonifiant le point de nature feu de l'Estomac (nourrir le fils par sa mère) soit le 41 E tonifié.

---

<sup>75</sup> cf. page 17 du mémoire

<sup>76</sup> traduit de l'anglais d'après l'article « Acupuncture in current practice », Martin Wang, février 2017, <https://www.researchgate.net/publication/314040632>

Jean-Sylvain Prot évoque également cette technique dans son module consacré l'acupuncture abdominale



En ce qui concerne l'énergie Wei, deux points me paraissent intéressant à souligner ici :

- l'énergie Wei est produite par le GI : stimuler le nombril au centre du ventre, par moxibustion, peut aider à relancer la production de Wei Qi
- Puisqu'en acupuncture abdominale, les points du RM permettent par projection holographique, de traiter les points du DM dans le dos, il serait peut-être intéressant d'avoir en tête cette dialectique de circulation de l'énergie Wei, pour avoir conscience que lorsque l'on poncture tel ou tel point du RM devant, on actionne par la même occasion l'étage énergétique correspondant en circulation d'énergie Wei. En effet, il nous a été enseigné au Centre Imhotep que l'énergie Wei se concentre à Feng Fu (16DM) et de là, descend une vertèbre par jour pendant 22 jours, puis rentre dans le Chong Mai et y reste 9 jours avant de réapparaître au 16DM. Ainsi, lorsque l'énergie Wei est présente au 16DM, on peut par projection poncturer le 11 RM<sup>77</sup>.

<sup>77</sup> pour les correspondances RM – DM, cf partie 2.3.2 D/ ci-dessous ;

pour compléter sur la circulation de l'énergie Wei, se reporter au VAT de Jean Motte, p. 174 à 176

## La méditation des Neufs Tours et du Circuit du Sommeil

### AMELIORE SOMMEIL, QUALITÉ DES RÊVES, GESTION DU STRESS, DECALAGE HORAIRE

Cette méditation est issue d'un cycle plus complet de Chi-Kung du rêve de Wuji Yuan Gong, enseignée par Maître Li Jun Feng et reprise par Gilles Marin dans son livre « Guérir à partir de l'intérieur avec le Chi Nei Tsang »<sup>78</sup>. Elle est particulièrement bénéfique aux personnes qui ont des problèmes d'insomnie (surtout lorsque l'insomnie est due à un excès de cogitation - Rate en plénitude). Gilles Marin précise également que cette pratique permet une profonde guérison émotionnelle, aide à guérir les maladies chroniques, et « favorise le contact avec ses guides spirituels par le rêve ».

**Explication énergétique :** n'oublions pas qu'au nombril se rencontrent l'eau et le feu, qu'au nombril résident le yin et le yang, d'où l'efficacité d'un travail énergétique par le nombril lorsqu'il s'agit de retrouver le sommeil, de faire rentrer le yang dans le yin.

#### La pratique :

##### 1<sup>ère</sup> étape : synchroniser 9 tours de langue dans la bouche / 9 tours d'énergie autour du nombril

- la bouche légèrement fermée, faire des cercles avec la langue, en partant du bas vers la gauche. La langue reste au contact de la bouche, jusqu'au sommet du palais, redescend à droite et revient en bas à la position de départ. Faire 9 tours ainsi.
- synchroniser ces 9 tours, avec 9 tours d'énergie autour du nombril, en montant à gauche et en descendant à droite : lorsque la langue est en bas, le Qi doit donc être sous le nombril ; lorsque la langue est en haut, le Qi est au-dessus du nombril.

Cela demande évidemment un peu d'entraînement. Dans un 1<sup>er</sup> temps il est plus aisé de séparer les 2 parties de la pratique. On peut également s'aider de sa main en traçant les mouvements circulaires autour du nombril pour mieux visualiser / sentir le trajet de l'énergie autour du nombril.

##### 2<sup>ème</sup> étape : après ces 9 tours, guider le Qi lentement :

- à partir du nombril vers le centre du cœur
- redescendre au nombril
- guider le qi du nombril vers le périnée
- laisser le qi s'écouler le long des cuisses face interne, des genoux, des jambes, jusqu'à la plante des pieds au 1R

**3<sup>ème</sup> étape :** guider le Qi de la plante des pieds à l'arrière du corps, en remontant par la face postérieure des jambes, puis le long de la colonne vertébrale jusqu'au niveau de la 7<sup>ème</sup> vertèbre cervicale C7

**4<sup>ème</sup> étape :** à partir de C7 séparer le Qi en deux courants qui traversent épaules, aisselles et courent le long des bras face interne jusqu'au bout du majeur, faire ensuite remonter l'énergie le long de la face externe de la main puis du bras jusqu'aux épaules et revenir à la base de la nuque

**5<sup>ème</sup> étape :** diviser à nouveau le Qi en 2, faire le tour des oreilles et revenir à la base de la nuque

**6<sup>ème</sup> étape :** de la base de la nuque, traverser l'intérieur de la nuque et de la tête, jusqu'au niveau de l'hypothalamus (Palais de Crystal) puis guider le Qi entre les deux yeux.

**7<sup>ème</sup> étape :** redescendre par le devant du visage, le long de la gorge, de la poitrine, du plexus solaire, jusqu'au nombril.

**8<sup>ème</sup> étape :** répéter les 9 tours sans interruption jusqu'à endormissement

<sup>78</sup> Gilles Marin, *Guérir à partir de l'intérieur avec le Chi Nei Tsang*, p. 171 et 172



## 2.3. ACUPUNCTURE OMBILICALE : TRAITEMENT PAR PONCTURE DE L'OMBILIC

### 2.3.1 Indications et contrindications de l'acupuncture abdominale et ombilicale

Pour quels types de troubles utiliser l'ombilic et l'abdomen comme méthode de traitement par poncture ? Les thérapeutes qui l'utilisent semblent s'accorder sur la réponse suivante : à peu près tout !

Néanmoins, on peut dégager quelques domaines de prédilection :

- douleurs articulaires et musculaires multiples (tendinites, douleurs lombaires, torticolis, arthrite, rhumatismes)
- séquelles d'AVC, hypertension artérielle
- maux de tête, étourdissements, cataracte, glaucome
- maladie de Parkinson
- troubles psychiques, émotionnels, dépression

Les contrindications à la poncture abdominale et ombilicale sont les mêmes, et relèvent plutôt du bon sens :

- cancers au stade avancé ou conditions sévères (hémorragie, diarrhée aiguë, maladie contagieuse au stade aiguë)
- hernie ombilicale, maladie de peau sur l'abdomen ou inflammation du nombril
- maladie abdominale aiguë, infection abdominale, volume d'un organe modifié (hépatomégalie, splénomégalie)
- brûlures sévères de l'abdomen
- fractures osseuses

Avant d'étudier plus en détail l'acupuncture ombilicale, j'aimerais présenter l'acupuncture abdominale du Dr Bo. Il nous faut partir de l'acupuncture abdominale, pour arriver ensuite au centre de ce microsystème, au nombril. Nous verrons que les approches se complètent et se superposent, pour plus d'efficacité clinique.

## 2.3.2 Traitements en acupuncture abdominale (AA) du Dr Zhiyun Bo

### A/ Pourquoi l'AA est-elle un microsysteme si efficace ?

Les praticiens de l'acupuncture abdominale vantent son incroyable efficacité. Celle-ci serait due au fait que l'abdomen est le siège de nombreuses connexions :

- proximité avec **viscères et organes** : connexion directe aux Tsang / Fu
- **tous les méridiens** passent par le ventre, soit directement, soit par relation avers-revers
- connexion avec les **merveilleux vaisseaux** : passent par le ventre le RM (DM par relation avers-revers) / CHONG MAI (branche antérieure) / DAI MAI / YIN QIAO MAI / YIN WEI MAI
- connexion avec les **entrailles curieuses** sur l'abdomen :

> L'utérus (par les points du rein qui connectent Chong Mai / Rein ; par le 30 E point de connexion avec le Chong Mai)

> Le cerveau. Sans rentrer dans des considérations du type 'le ventre, notre 2<sup>e</sup> cerveau' – ce n'est pas l'objet de cet essai – on peut noter ici qu'en acupuncture abdominale :

Le 16 DM peut être stimulé par le 11 RM

L'aire 11RM – 12 RM traite les problèmes neurologiques (le 12 RM correspond à la tête par projection holographique ; de plus le 12 RM est le point Mu de l'Estomac, cela nous rappelle la connexion évidente du Yang Ming avec le cerveau (par le trajet du Jing Bié du Zu Yang Ming). Les recherches récentes ont montré que 95% de la sérotonine est en réalité fabriquée dans l'abdomen<sup>79</sup> : c'est pourquoi l'acupuncture abdominale ainsi que le Chi Nei Tsang sont capables de traiter des troubles émotionnels et psychologiques tels que les troubles compulsifs et obsessionnels, la dépression, l'anxiété.

> Os et Moelles sous la dépendance du Rein peuvent être traités, sur l'abdomen, par 4 et 6 RM principalement.

> Circulation du sang et relation avec le méridien du Cœur :

Le Ba Gua du ciel postérieur place le Cœur au niveau du 12 RM

Le Cœur peut aussi être traité sur le ventre par ses relations avec Rate (10 RM, 15 Rte) et Rein (points du Rein à gauche) d'autant qu'agir sur l'essence du Rein augmente la production de moelle qui a un rôle dans la production de sang (+ rôle de Yuan Qi qui contribue à transformer le Qi en sang)

Enfin, comme indiqué en première partie de cet essai, 10% des cellules en circulation dans le sang pourraient venir d'un réservoir de cellules souches situé dans l'intestin.

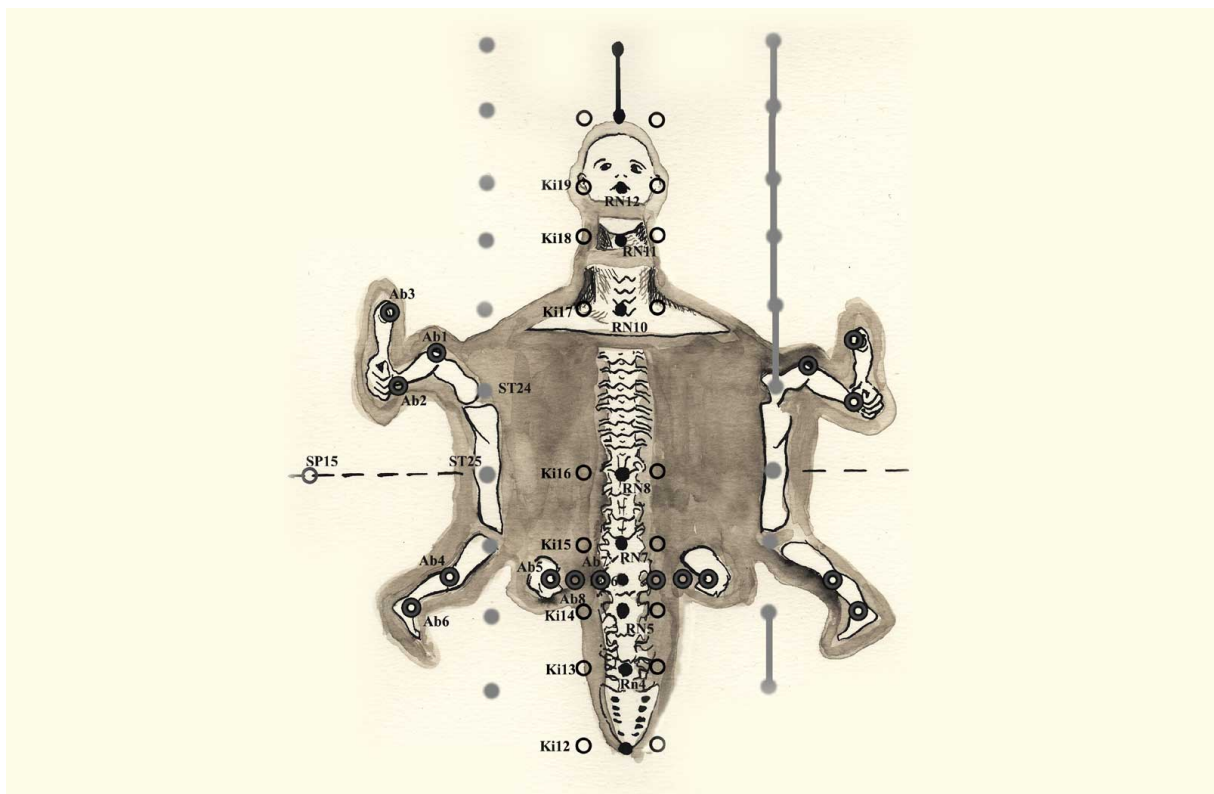
---

<sup>79</sup> Dr. Keown, D. (2014) 'A Name but no form', The Spark in the machine : how the science of acupuncture explains the mysteries of western Medicine. London, Singing Dragon

- Enfin, le ventre permet d'activer la connexion avec le Triple Réchauffeur, par les points du méridien du RM :
  - > Via le 12 RM, point maitre du Triple Réchauffeur moyen
  - > On peut également noter que même si l'acupuncture abdominale ne le mentionne pas, l'acupuncture traditionnelle quant à elle donne le 16R comme point de traitement du réchauffeur moyen, pour agir sur le système endocrinien
  - > Via le 9 RM connecté au réchauffeur moyen également, permet la régulation du passage de l'eau, et stimule les fonctions de montée / descente de l'énergie des méridiens Rate et Estomac
  - > Via le 7 RM, point de commande pour traiter le Réchauffeur inférieur. Il a principalement pour fonction le traitement du pur et de l'impur dans la circulation des liquides et des solides
  - > Le 5 RM est également lié au Réchauffeur inférieur en tant que point Mo du TR

## **B / Étude des points du ventre selon l'acupuncture abdominale<sup>80</sup>**

L'Acupuncture abdominale part du principe que les points du ventre peuvent traiter tous les méridiens et toutes les zones du corps, par les relations Avers / Revers (Biao Li) et par projection holographique de la Tortue sur l'abdomen.



<sup>80</sup> traduit de l'anglais dans *Mastering the art of abdominal acupuncture*, Dave Shipsey

## Les points du Ren Mai :

Point	Zone correspondant	Indications	Profondeurs de poncture
12 RM	tête et bouche	Au niveau superficiel, traite les problèmes au visage, organes des sens, cerveau  En profondeur traite problématiques Tsang / Fu de Rate - Estomac et Cœur – Intestin Grêle	0,1 – 0,2 cun pour traiter problèmes de peau au visage, ou organes des sens  0,1 – 0,3 cun pour céphalée frontale ; 0,4 cun pour céphalée occipitale
11 RM	gorge, sous le menton (cou) C1 et 16 DM	Toux  Problématiques liées au cerveau Cervicalgies	Très superficielle, jusqu'à 0,5 cun max.
10 RM	gorge (sous pomme d'Adam) apophyse épineuse de C7 (14 DM 0,1 cun en dessous de 10 RM)	Gorge, toux, rhumes Problèmes vertébraux (C7) Vertiges, tremblements	0,1 – 0,3 cun pour gorge ; 0,5 pour C7 ; entre 0,7 et 1,2 cun pour vertiges et tremblements
9 RM	D7 (9 DM)	Problématiques liées à l'eau (oedèmes) ou hernies discales, ou douleur aiguë du cou / dos Anti-inflammatoire	Problèmes de dos : jusqu'à 1 cun Traitement de D7 à 0,5 cun
8 RM	D10 (7 DM)	Lieu de connexion du yin et du yang	moxas
7 RM	D12	Douleurs dorsales milieu du dos	0,3 à 0,5 cun pour problèmes de dos Poncture plus superficielle permet de traiter la face antérieure médiale de la hanche
6 RM	L1-L2	Travail sur sang / énergie, surtout pour stases énergie, tonifier la rate, nourrir muscles et tendons	De 0,5 à 1 cun pour problèmes de dos ; jusqu'à 1,5 cun pour problématiques usuelles d'acupuncture traditionnelle
5 RM	Pas utilisé en acupuncture abdominale		
4 RM	Queue de la tortue : L4 – L5	Stases de sang, problématiques émotionnelles, ascites, problèmes pulmonaires (asthme), anémies, toutes douleurs lombaires affectant genoux et jambes	0,4 – 1 cun pour vertèbres ; jusqu'à 1,2 cun pour autres conditions
3 RM	Coccyx	Problèmes de coccyx	0,3 – 0,4 cun

**Autres points utilisés en acupuncture abdominale, situés dans le périmètre de la Tortue :**

Point	Zone correspondant	Indications	Profondeurs de poncture
13 R	25 V Dachangshu	Renforce l'action de 4 RM Traite anxiété, asthme, effet calmant (peur, inquiétude), digestifs. Par ailleurs il propage le Qi jusqu'à la nuque, donc intéressant pour traiter les pb à la nuque, pathologies cervicales Fertilité et problèmes menstruels	0,1 à 0,4 pour douleurs pelviennes antérieures  0,5 à 0,75 pour douleurs lombaires  0,5 à 1 cun pour sphère génitale
17 R	Méridien de Vessie au niveau de C7	Douleur du cou rayonnant jusqu'aux épaules  Utilisé <u>contra-latéralement</u> pour guider l'énergie vers le membre opposé (ex. : pour douleur de coude gauche : poncture de 17R à droite, puis de Ab1 à gauche)  Utilisé aussi pour mobiliser le Qi vers la tête et le cou, pour céphalées par exemple	0,1 à 0,3 : face antérieure cou et poitrine  0,4 cou et trapèzes  0,5 haut du dos
18 R	Méridien de Vessie au niveau de C1	Traite tous les problèmes de gorge et du cou (C1)	0,1 à 0,2 gorge 0,3 à 0,4 cou
19 R	Région de la bouche (vers 5 E)	Problèmes tête / visage / organes des sens (en renforcement de 12 RM) Mâchoires / Bruxisme / Maux de dents Oreilles acouphènes	0,1 à 0,4 cun
24 E	Epaule  0,2 cun sous le 24 <sup>E</sup> et en direction médiale : 1P Zhongfu	Traite l'épaule, omoplates, trapèze Renforce les muscles du haut du dos Distribue sang et énergie aux extrémités supérieures et à la tête Pour sinusite, rhume des foins, chercher à la palpation point ashi correspondant au 1P (environ 0,2 cun en dessous et en direction médiale du 24 E)	Face antérieure épaule : 0,1 à 0,3 cun  Face postérieure et haut du dos : 0,3 à 0,5 cun
25 E		Disperser chaleur et / ou humidité du GI Problèmes milieu du dos Toux et asthme (relation P / Gi en avers revers) Elimine toxines de P et GI donc fréquemment utilisé dans le cadre d'un traitement anti-tabac	Dos : 0,3 à 0,5 cun GI, asthme et toux : 0,4 à 0,7 cun Poumon : 1 cun ou plus (25 E gauche > cf hologramme du Ba gua)
26 E	Hanche	Douleurs du bas du dos, de la hanche Distribue sang et énergie dans les extrémités des membres inférieurs	0,3 à 0,5 cun
27 E	1R Yongquan	Tonifie le Qi Néuralgies du pied (notamment si dues au diabète)	0,8 – 0,9 cun pour tonifier le Qi 0,2 – 0,3 pour problèmes de pied

15 Rte	En dehors de la tortue	Tout type de problème chronique où il y a faiblesse des muscles et des articulations Crises arthrite aiguës : 15 rte bilatéral Constipation chronique Diarrhée avec mucus dans les selles / humidité Douleurs latéralisées, flancs Douleurs et spasmes bas du dos Douleurs dorsales chroniques	0,1 à 0,75 cun
-----------	------------------------	--	----------------

### Les points spécifiques à l'acupuncture abdominale :

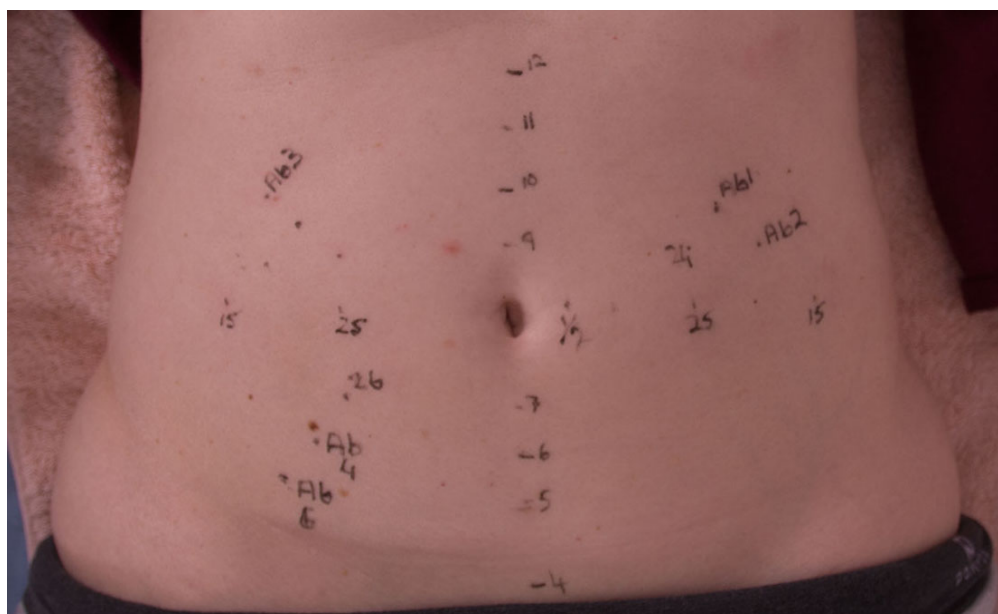
Point	Zone correspondant & Indications	Localisation	Profondeur
<b>Ab1</b> (ou point arthrite 1)	<b>Coude</b> Traite vent / humidité, syndromes Bi en MTC Ab1 gauche traite Rate Ab1 droite traite le Foie	0,5 cun au dessus et en dehors de 24E	Maladies de peau sur la zone : 0,1 cun Face antérieure coude : 0,1 – 0,2 Face postérieure 0,2 – 0,4 cun Vent humidité : 0,5 ou plus
<b>Ab2</b> (ou point arthrite 2)	<b>Poignet</b> Traite vent / humidité, syndromes Bi en MTC	0,5 cun en-dessous et en dehors de Ab1 (cf schéma)	Maladies de peau sur la zone : 0,1 cun Poignet : 0,1 – 0,4 cun Vent humidité : 0,5 ou plus
<b>Ab3</b>	<b>Pouce</b> (cf schéma pour zone doigts)	1 cun au-dessus de Ab2	0,1 - 0,2 cun
<b>Ab4</b> (ou point arthrite 4)	<b>Genou</b> Traite vent / humidité dans les membres inférieurs		Maladies de peau sur la zone : 0,1 cun Face antérieure 0,1 – 0,2 / Face postérieure 0,2 – 0,4 cun Vent humidité : 0,5 ou plus
<b>Ab5</b> (ou point arthrite 5)	<b>Face médiale du genou</b>	A 1 cun médial de Ab4	0,1 à 0,3
<b>Ab6</b> (ou point arthrite 6)	<b>Cheville</b> Traite vent / humidité dans les membres inférieurs		0,1 à 0,5 cun
<b>Ab7 Qipang</b>	<b>Début du sacrum</b> Traite les maux de dos Dirige le Qi vers le membre opposé (de la hanche au pied)	A 0,5 de 6 RM, sur le méridien du Rein	0,5 cun ou plus

<b>Ab8 Qi Wai</b>	Menstruations irrégulières ou douloureuses Douleurs abdominales et troubles digestifs	1 cun en dehors du 26 E	Pour les problèmes de menstruations, entre 1 et 1,5 cun
-------------------	--	----------------------------	---

## **C/ Protocole de traitement en acupuncture abdominale**

J'utilise ici volontairement le terme « protocole » : au contraire de l'acupuncture traditionnelle qui s'attache à ne pas ériger de protocoles prêt à être utilisés pour tel ou tel type de pathologies, l'acupuncture abdominale se réfère quant à elle à des protocoles de traitements selon le type de pathologies. Le traitement est ensuite affiné selon chaque patient par la recherche de points ashi sur l'abdomen. Par exemple, pour tous les patients souffrant de rhumatismes généralisés, la formule prescrite est de poncturer les points « arthrite Ab1, Ab2, Ab4, Ab6 ». La personnalisation du traitement relève ensuite de la recherche de points ashi sur le ventre.

Avant de poncturer l'abdomen, un long travail de localisation des points principaux sur le ventre est nécessaire : on va marquer (à la Bétadine, ou avec un stylo dermatographique) les principaux points de référence, ces points servant de points de repère pour ensuite aller chercher les points ashi dans la ou les zones douloureuses. Ainsi on construit une première trame de points de repère sur le ventre.



Source de l'illustration : formation avec Dave Shipsey, Abdominal Acupuncture

La localisation des points en acupuncture abdominale est un peu différente qu'en acupuncture traditionnelle.

En acupuncture traditionnelle, le 12 RM est situé à mi-distance du 16 RM et du 8 RM. Or en acupuncture abdominale, le point de repère n'est pas le 16 RM, mais la dépression qui se trouve juste au-dessus du 16 RM. Il faut, à partir de l'angle sterno-costal, faire glisser son doigt vers le haut, jusqu'à sentir un tout petit creux juste au-dessus du 16 RM : c'est ce point qui est pris comme repère pour aller chercher le 12 RM, à mi-distance entre ce point et le centre du nombril (ce détail est important, également).

Les autres points du RM sont alors déterminés par rapport à la distance 12 RM – 8 RM : le 10 RM à mi-distance entre 12 et 8, puis alors on place le 11 et le 9 RM. Autrement dit, le 9 RM peut se trouver à une distance différente selon cette méthode, plutôt que s'il était déterminé en utilisant la méthode traditionnelle du report d'un cun au-dessus de l'ombilic. La méthode de localisation des points sous le nombril est la même qu'en acupuncture traditionnelle.

Ce qui change également, c'est la méthode de localisation des méridiens de l'Estomac, Rein et Rate sur le ventre. En effet, horizontalement, l'acupuncture abdominale prend comme repère le flanc de la personne<sup>81</sup>, et divise la distance entre le flanc et l'ombilic, en 3 parties : aux 1/3 sur la ligne de l'ombilic, se trouve le 25 E Tianshu, puis aux 2/3 le 15 Rte Daheng.

Pour trouver le 16 R Roang lu, il faut alors diviser la distance 25 E – 8 RM en 4 (cf photo ci-dessus et schéma suivant). Ceci est très important car c'est cette mesure de la distance entre le centre du nombril et le 16R, qui va ensuite être la référence pour trouver les points Ab1 à Ab8. En effet, ce n'est pas un 0,5 cun traditionnel qui est reporté, mais le « 0,5 cun universel » déterminé par la localisation du 16 R.

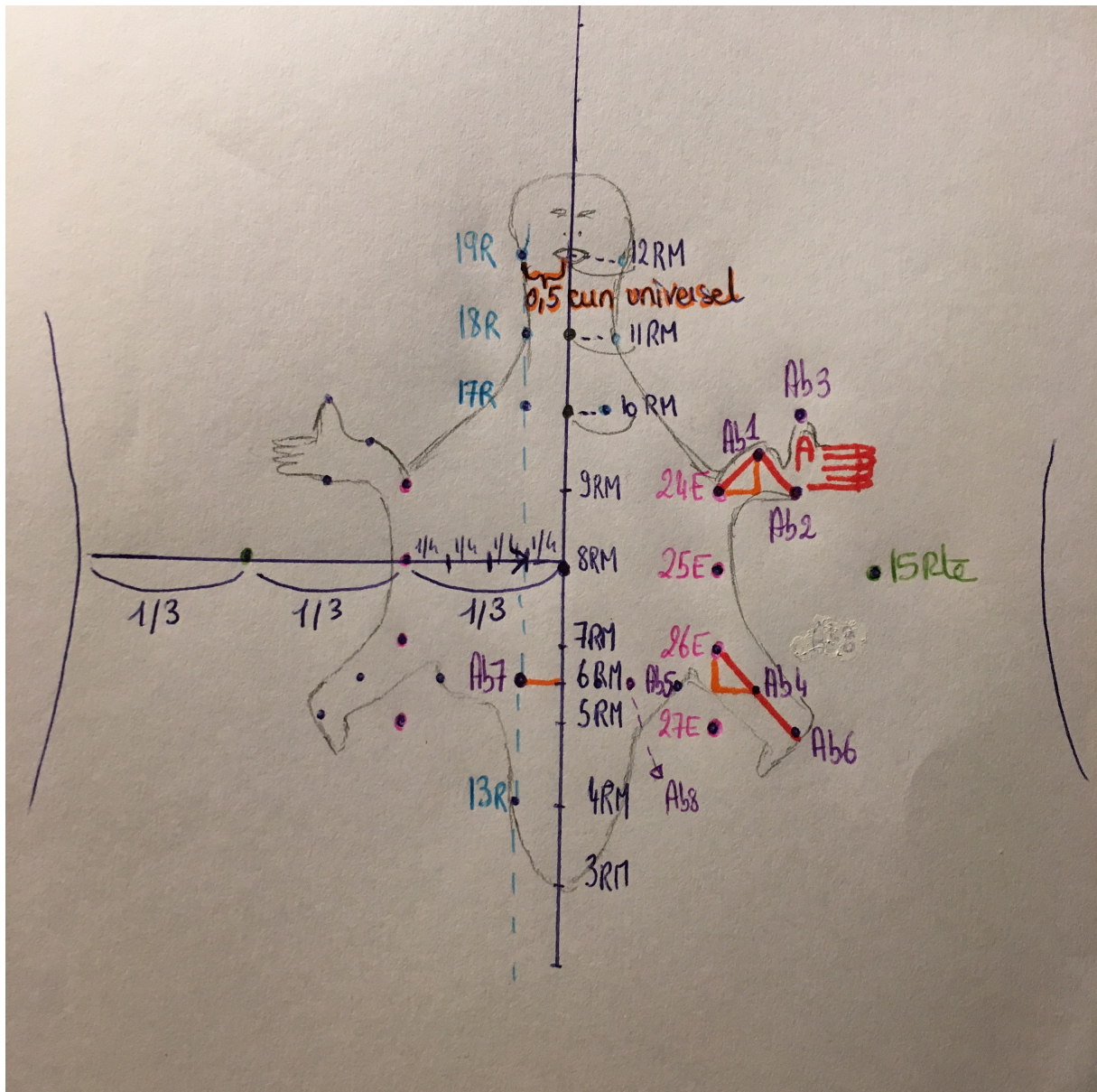
Le livre de Dave Shipsey détaille plusieurs méthodes de localisation des points : visuelle par report des rapports de distance (celle que j'utilise) ou mathématique. Certains s'aident également d'un mesureur de cun pour déterminer le 0,5 cun universel :



---

<sup>81</sup> si le ventre de la personne est volumineux, il existe des astuces pour trouver le flanc « réel » - se reporter au livre de Dave Shipsey, *Mastering the art of abdominal acupuncture*





Avec la pratique, la localisation des différents points devient finalement assez facile et automatique, même si de prime abord tout cela peut sembler fastidieux et difficile selon les morphologies.

Une fois dessinées sur le ventre les localisations des principaux points (l'axe du RM, le 25 E, 15 Rte et 16R), on peut procéder à la poncture des points choisis.

Les aiguilles sont alors placées dans cet ordre :

- d'abord les aiguilles sur l'axe vertical (par exemple 12 RM et 4 RM),
- puis sur l'axe horizontal (15 Rte par exemple),
- puis sur le ou les point(s) correspondant à la douleur du patient selon l'hologramme de la tortue (24 E s'il a mal à l'épaule par exemple).

A ce stade, la poncture est très superficielle pour toutes les aiguilles, comme simplement déposées sur les points. Selon Dave Shipsey, tout l'art de l'acupuncture abdominale

consiste à bien localiser les points d'une part, et à trouver la juste profondeur de poncture d'autre part. C'est pourquoi les aiguilles sont d'abord placées sur tous les points que l'on souhaite poncturer, puis ensuite par une technique particulière qui consiste à faire glisser l'aiguille entre ses doigts, la profondeur de chaque aiguille est évaluée et ajustée, selon la nature de l'affection traitée<sup>82</sup>. Il existe en effet des profondeurs de poncture différentes pour un même point, selon sur quoi on travaille (voir tableau ci-dessus). En général, la poncture n'est pas profonde. Les conditions aiguës et récentes, les affections des organes des sens, les problèmes de peau, les problèmes relatifs aux membres périphériques par exemple, sont traités par une poncture superficielle. Si l'on souhaite accéder au niveau des zang / fu, à des tissus plus internes, à des conditions chroniques, la poncture sera plus profonde. La profondeur de poncture est donc déterminante, selon le niveau sur lequel on souhaite travailler.

Ensuite on va chercher le ou les points ashi dans la zone douloureuse, par projection holographique. Ces points sont poncturés à leur tour. Par exemple, si une personne présente des troubles neurologiques avec tremblement des mains, on va pouvoir aller directement palper la zone autour du 11 RM (projection du 16 DM) ainsi que la zone de la main (entre Ab2 et Ab3), à la recherche de points ashi qui seront alors poncturés. D'ailleurs, il est recommandé de ne jamais poncturer le 11 RM profondément, à une profondeur de 0,5 cm maximum, comme pour le 16 DM. Lorsqu'on cherche à atteindre le niveau le plus profond du système des zang fu, une poncture de plusieurs centimètres peut être requise, mais avec prudence ! Des cas d'accidents graves (même s'ils sont rares) existent suite à l'utilisation d'aiguilles longues en AA<sup>83</sup>.

Autres particularités de la méthode du Dr Bo :

- les aiguilles ne sont pas manipulées, et il n'y a pas de notion de dispersion / tonification
- les points sont poncturés du même côté que la douleur (ceci vient du fait que l'AA utilise la projection du Ba Gua du ciel postérieur. Alors que si l'on était dans le modèle du ba gua du ciel antérieur, la relation de symétrie centrale des trigrammes justifierait au contraire une poncture controlatérale)<sup>84</sup>
- fréquence des séances : 2 par semaine durant 3 – 4 semaines dans le cadre de douleurs ou maladies chroniques
- les aiguilles sont laissées en place entre 20 à 40 minutes à chaque séance

---

<sup>82</sup> pour la technique d'aiguille, se reporter au livre de Dave Shipsey

<sup>83</sup> <http://www.meridiens.org/acuMoxi/sixtrois/stephan-aiguilleslongues.pdf> - Stéphan RM, Nguyen J. « Attention, c'est déjà arrivé ! Incidents et accidents attribués à l'acupuncture ». Acupuncture & Moxibustion. 2006

<sup>84</sup> cf section 2.3.3 B/ du mémoire

## **D/ Avantages et inconvénients de l'acupuncture abdominale**

Peu douloureuse, l'acupuncture abdominale est généralement très bien accueillie, même par les personnes qui craignent les aiguilles.

L'accès facile au ventre permet de traiter des patients rapidement, sans les faire se déshabiller, ce qui est très commode et plus confortable pour les personnes âgées ou à la mobilité réduite.

La réduction de la douleur est très rapide, et peut être notée par le patient lors du traitement (on lui demande d'ailleurs de tester sa douleur avant et après poncture, et d'évaluer la douleur sur une échelle de 1 à 10 avant, pendant et après la séance)

Enfin, du point de vue du praticien cette fois, Dave Shipsey note que l'acupuncture abdominale étant relativement peu connue, elle permet au praticien de se démarquer de ses confrères (avantage concurrentiel)

Si l'acupuncture abdominale semble être d'une efficacité rapide et mesurable durant la séance, avantageuse à bien des égards, elle présente tout de même quelques inconvénients.

L'acupuncture abdominale peut occasionner beaucoup de bleus sur l'abdomen. Il est préconisé d'attendre la disparition des hématomes avant de poncturer à nouveau la zone, s'ils sont présents au 12 RM (peut causer des maux de tête) ou au 4 RM (peut causer des troubles urinaires).

Le traitement peut être très fatigant pour le patient, car l'acupuncture abdominale utilise beaucoup d'aiguilles ! 20 aiguilles (ou plus !) sur l'abdomen est très courant dans ce type d'acupuncture, du fait des protocoles appliqués.

## **E/ Apports de l'acupuncture abdominale pour ma pratique personnelle**

Etudier et pratiquer l'AA a nourri et enrichi ma pratique de l'acupuncture traditionnelle :

- j'ai désormais une autre grille de lecture des points du ventre (correspondances avec les vertèbres, tortue, etc.), ce qui m'a permis d'utiliser plus fréquemment les points du méridien du Rein ou du RM par exemple, pour lier les points entre eux, lors d'un traitement classique
- cela m'a permis d'affiner ma pratique du massage du ventre (traitements de douleurs plus efficaces lors de séances de Chi Nei Tsang)
- je me suis servi de cette cartographie holographique sur le ventre lors de séances avec des enfants, pour éviter la pose d'aiguilles si l'enfant les craint, ou tout simplement limiter le nombre d'aiguilles. Par exemple, lors d'une consultation avec un enfant de 10 ans souffrant de douleurs lancinantes à une cheville et au poignet opposé, la douleur est

presque totalement partie durant la séance (durée 15mn) en poncturant 2 points seulement (2 points distaux, choisis après bilan énergétique complet questionnaire / langue / pouls) puis en massant les zones correspondant à la cheville et au poignet sur l'abdomen, durant la pose d'aiguilles. La douleur du poignet n'est pas revenue. Une séance supplémentaire a été nécessaire pour la douleur de cheville. J'ai procédé de même : pose d'aiguilles + moxas selon bilan énergétique, puis massage de la zone cheville sur l'abdomen, en insistant sur les points ashi trouvés à la palpation de l'abdomen.

- Il m'est encore difficile de concevoir de n'utiliser que l'acupuncture abdominale au sein d'un traitement (acupuncture de protocoles, utilisation de nombreuses aiguilles...). En revanche, je trouve très intéressant, dans la pratique, d'utiliser la Tortue comme complément à un traitement classique. Un traitement abdominal ne veut pas dire que l'on doive se passer totalement du reste du corps : on peut également se servir des points distaux pour guider le traitement abdominal. Par exemple, si l'on cherche à traiter une cervicalgie chronique, on pourra poncturer d'abord le 3 IG (point clé du DM particulièrement indiqué pour les problèmes de cervicales), afin de guider le traitement ; puis poncturer le 11 RM (en tant que projection du 16 DM, région de C1) et les points ashi dans cette zone. De la même manière, si l'on cherche à traiter un trouble au visage, on pourra tout d'abord poncturer le 4 GI point maître du visage, avant d'effectuer la poncture abdominale.

### **Cas clinique - Douleur au pied - Homme 58 ans**

Motif : douleur inexplicable sous le 4<sup>e</sup> orteil gauche, à la marche uniquement, depuis plusieurs mois.

Antécédents : arthrose de cheville suite à une entorse mal soignée ; tendinites chroniques membres supérieurs et inférieurs. La douleur de cheville est localisée sur le trajet de Zu Tae Yin

Langue gonflée sans enduit, bords indentés > plénitude humidité et vide de yang de Rate  
Pouls glissant, avec plénitude Foie et Rate

La localisation de la douleur au 4<sup>e</sup> orteil nous indique soit le trajet du Jing Mai de Zu Shao Yang, soit celui de Zu Yang Ming dont une branche se sépare au genou et va aux 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> orteils.

Au pouls je cherche donc un flanc (technique de Niboyet) sur Estomac et Vésicule Biliaire. Il y en a bien un au niveau de Vésicule Biliaire. Cependant, je remarque que les orteils 2 et 3 du patient sont palmés, ce qui attire plutôt mon attention sur le méridien de Zu Yang Ming. Par ailleurs, le questionnaire révèle des troubles alimentaires et digestifs dès la naissance et qui perdureront toute sa vie. Pour des raisons de confidentialité, je n'exposerai pas les détails ici, mais le tableau clinique est plutôt celui d'une problématique Chao Yin / Yang Ming dès la naissance. Je choisis donc de mettre de côté la technique du flanc sur VB dans un 1<sup>er</sup> temps, et part sur l'hypothèse Yang Ming en couplage avec Tae Yin (traitement humidité), renforcé par l'utilisation de l'acupuncture abdominale, bien indiquée en cas de douleurs aiguës de ce type.

Traitement :

#### 1<sup>ère</sup> phase acupuncture traditionnelle classique

**5P d – 9 Rte d**, points He qui vont équilibrer le Tae Yin et traiter l'humidité que l'on trouve à la fois au pouls et à la langue. J'ajoute les **44 E et 45 E tonifiés chauffés à gauche**, ainsi que les **2 points hors méridien situés sur les sommets des malléoles internes et externes**, particulièrement indiqués pour les problèmes de cheville.

2<sup>e</sup> phase : traitement d'acupuncture traditionnelle complété par l'acupuncture abdominale :

**15 Rte bilatéral, en dispersion** car indiqué pour « tout type de problème chronique où il y a faiblesse des muscles et des articulations », et complète le travail sur le couplage Tae Yin / Yang Ming,

puis à gauche (du même côté que le pied douloureux) je poncture les points suivants, afin de guider l'énergie de la hanche jusque sous son pied (la hanche constitue une « barrière » haut /bas et les pouls nous indiquent une plénitude à la barrière ; de plus de la trajet du Jing Bié de Zu Tae Yin (9 rte poncturé précédemment) va à la hanche) :

**26 E** (projection de la hanche sur l'abdomen, et distribue sang énergie aux extrémités des membres inférieurs) – **Ab4** (projection du genou et traite l'humidité dans les membres inférieurs) – **Ab6** (projection de la cheville et traite l'humidité dans les membres inférieurs) et enfin **poncture d'un point ashi dans la zone du pied**, à environ 0,5 cun en dessous et en dehors de Ab6.

A la fin de la séance, le patient teste sa douleur en marchant : douleur disparue à 100% et pas réapparue depuis 1 mois

### **2.3.3. Traitements par acupuncture ombilicale**

Pour rappel, il ne s'agit en aucun cas de poncturer l'ombilic de manière perpendiculaire à l'abdomen, comme on poncturerait un autre point du Ren Mai. L'interdiction formelle de poncture est respectée : seule la paroi ombilicale est poncturée, parallèlement à la paroi de l'abdomen, et la pointe de l'aiguille n'est jamais dirigée vers le centre du nombril. On traverse donc la paroi de l'abdomen à un niveau superficiel, en longeant la peau, en sous-cutané. Il faut bien entendu d'abord prévenir le patient de la procédure, le rassurer sur le fait que c'est sans danger, et que la sensation de poncture sera différente de la poncture habituelle : il sentira simplement quelque chose glisser sous sa peau, à la surface. Par ailleurs, dans la pratique, j'ai vite saisi que mes aiguilles habituelles, de diamètre 0,25 ou 0,30 et non siliconées, n'étaient pas du tout indiquées pour ce type de poncture. Je me suis donc procuré des aiguilles japonaises, siliconées, pour une insertion facile et douce, de dimensions 0,16 \* 30 et 0,20 \* 30. Voici un exemple de poncture ombilicale avec ces aiguilles japonaises :



L'acupuncture ombilicale est un système développé par le Dr. Yong Qi. Dans ce système, il existe plusieurs méthodes de sélection des zones de poncture, que je vais décrire successivement ci-après. Je les ai traduites de l'anglais d'après un article du Dr Martin Wang<sup>85</sup>. Jean-Sylvain Prot enseigne ces mêmes méthodes lors de séminaires dédiés à l'acupuncture abdominale<sup>86</sup>. Pour lui, le diagnostic par la langue et les pouls permettent de montrer le présent, alors que le nombril est plus précis : il montre à la fois la constitution, le ciel antérieur, l'histoire familiale, et la situation présente, dans le ciel postérieur.

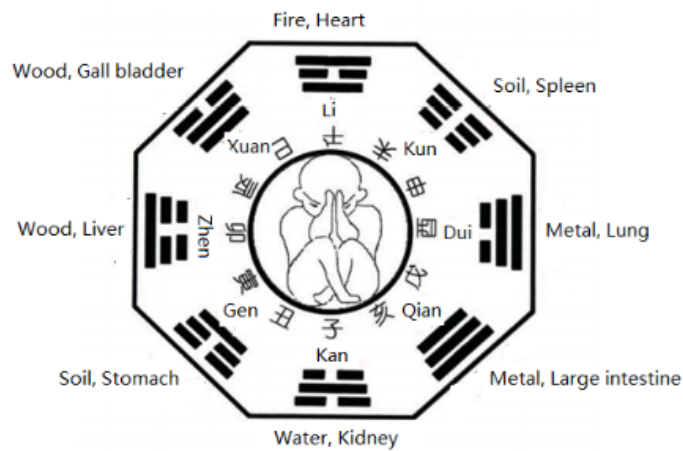
---

<sup>85</sup> Martin Wang, « *Acupuncture in current practice* », article, février 2017

[https://www.researchgate.net/publication/314040632\\_Acupuncture\\_in\\_current\\_practice](https://www.researchgate.net/publication/314040632_Acupuncture_in_current_practice)

<sup>86</sup> <https://medecinechinoiseclassique.fr>

## A/ Méthode de poncture ombilicale par distribution holographique au centre du nombril



Source de l'illustration :

[https://www.researchgate.net/publication/314040632\\_Acupuncture\\_in\\_current\\_practice](https://www.researchgate.net/publication/314040632_Acupuncture_in_current_practice)

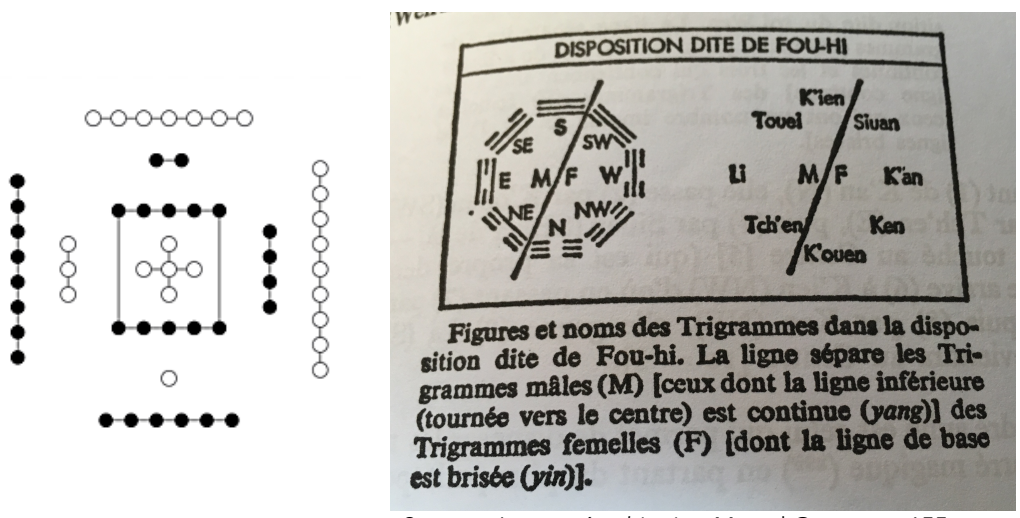
Ici on considère la petite figurine au centre de l'image comme étant placée au centre du nombril : la paroi supérieure en haut (LI) du nombril correspond donc à la tête, la paroi latérale gauche (DUI) à son bras gauche, son épaule gauche à la partie supérieure gauche (KUN), etc. Il faut donc visualiser cette figurine à l'intérieur du nombril du patient et poncturer la paroi ombilicale en direction de la zone que l'on souhaite traiter. C'est une méthode utilisée pour les douleurs type tendino-musculaires et les troubles du mouvement. Par exemple, si la personne souffre de l'oreille droite, on poncturera la paroi du nombril en direction du trigramme XUAN. Cette méthode de poncture permet d'obtenir des résultats immédiats pour les douleurs aiguës, sévères.

## B/ Méthode de poncture ombilicale par projection des Ba Gua du ciel antérieur et postérieur

Toute l'acupuncture ombilicale (et d'ailleurs plus largement toute l'acupuncture traditionnelle !) repose sur une bonne compréhension de la symbolique des nombres. Afin de mieux comprendre d'où viennent le He Tu, Luo Shu ainsi que les ba gua du ciel antérieur et postérieur utilisés ici, je recommande la lecture de la *Pensée Chinoise*, de Marcel Granet, qui résume magnifiquement d'où viennent l'ensemble de ces dispositions<sup>87</sup> :

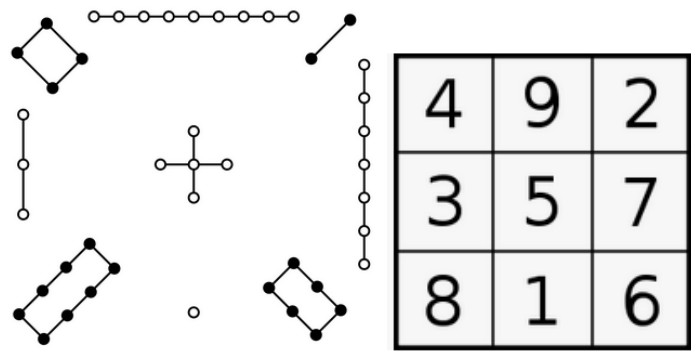
**Le Ba gua du ciel antérieur** (disposition attribuée à Fu Xi) dérive du He Tu qui représente « les dix mille choses » dans une dimension statique. Le He Tu figure, au moyen de ronds noirs (yin) ou blancs (yang) les 10 premiers nombres disposés en croisée, avec au centre 5 et 10. Le ba gua du ciel antérieur se caractérise donc par un agencement en oppositions diamétrales des trigrammes, deux à deux.

<sup>87</sup> Marcel Granet, *La pensée chinoise*, p. 145 à 174

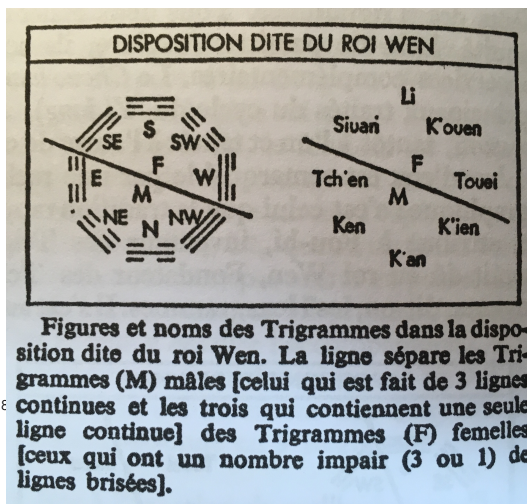


Source : *La pensée chinoise*, Marcel Granet, p. 155

**Le Ba Gua du ciel postérieur** (ou disposition dite du Roi Wen) est dérivée du Luo Shu, ou carré magique, qui correspond à une représentation dynamique du monde (contrairement à la représentation statique du He Tu). Le Luo Shu est ce fameux carré magique qui serait apparu sur la carapace de la Tortue :



« Selon les traditions recueillies sous les Han par Tcheng Hiuan, c'est l'Unité suprême (T'ai Yi) qui dispose à l'emplacement qui convient chacun des 8 Trigrammes ; chaque fois qu'elle en a placé quatre, l'Unité suprême revient se reposer au Centre. Voici donc le chemin qu'elle parcourt<sup>88</sup> » :



Source : *La pensée chinoise*, Marcel Granet, p. 156

Le ba gua du ciel postérieur est caractérisé lui, par une dimension dynamique, selon la succession cyclique des 5 éléments, commençant à l'est-printemps à gauche, avec le trigramme zhen.



Or T'ai Yi, c'est l'étoile polaire, point fixe de l'univers, par laquelle tout s'ordonne : c'est la poutre faîtière, celle qui soutient le tout, clé de voûte, point de mutation :

- entre le ciel antérieur au-dessus de la voûte étoilée, le non manifesté
- et le ciel postérieur, en-dessous, manifesté.

Le tout 1<sup>er</sup> cours de 1<sup>ère</sup> année au Centre Imhotep est consacré à la Cosmogonie. On nous enseigne que c'est par l'étoile polaire que passent les 6 climats fondamentaux du ciel antérieur (fong, feu, chaud, froid, sec et humide) pour se manifester dans le ciel postérieur, par l'intermédiaire des six axes énergétiques : Tae yang, Chao Yang, Yang Ming, Tae Yin, Chao Yin, Tsue Yin. De l'énergie non manifestée du Ciel antérieur sont créés 3 yin et 3 yang, par la polaire.

L'étoile polaire, aussi nommée *Polaris*, ou *Alpha Ursae Minoris*, est l'étoile qui marque la position du pôle nord céleste, lequel est une projection dans le ciel du pôle nord terrestre. Parce qu'elle se situe dans le prolongement de l'axe de rotation de la Terre, elle apparaît immobile pour tous les observateurs terrestres de l'hémisphère Nord, au contraire des autres étoiles que nous voyons se déplacer puisque la Terre tourne sur elle-même. Mais du fait de la précession des équinoxes, l'étoile polaire n'a pas toujours et ne sera pas toujours la même. Actuellement, *Polaris* est *Alpha Ursae Minoris*, l'étoile la plus brillante de la constellation de la Petite Ourse (*Ursa Minor*). Dans quelque 14.000 ans, Véga deviendra l'étoile polaire de référence.

D'après Needham<sup>89</sup> *Tian Shu* semble avoir été un synonyme d'étoile polaire. *Tian Shu* a été une étoile polaire en 350 après Jésus-Christ, et c'est aussi le nom de la première des étoiles que constitue la grande ourse. *Zhong Ji* a également été un synonyme pour étoile polaire en général, sans toutefois faire référence à une étoile particulière. Enfin, *Tai Yi*<sup>90</sup> fait elle aussi référence à l'étoile polaire.

Autrement dit, les chinois ont choisi de faire figurer sur l'abdomen trois références à l'étoile polaire (*Tian Shu* 25 E, *Zhong Ji* 3 JM et *Tai Yi* 23 E), comme pour attirer notre attention sur le fait que l'abdomen représente un univers microcosmique à l'échelle de notre corps, qui équivaut sans nul doute au centre de l'univers au niveau du macrocosme.

Peut-être le nombril peut-il être lui même considéré comme l'étoile polaire de notre corps ? Le nombril a en effet une position centrale, sous bien des aspects, largement décrits en première partie de cet essai. Wu Kun, dans les commentaires du chapitre 47 du *Su Wen* affirme que « le nombril est le pivot du corps humain. Lorsque le pivot est malade, il ne peut pas faire tourner le yin qi et le yang qi et donc le corps, les os des cuisses, les cuisses et les mollets enflent ». Chang Chin-chiou dans ses « commentaires sur le *Huang Di Nei Jing* » précise également : « le nombril est l'endroit où le feu et l'eau se rencontrent, où résident le Yin et le Yang. C'est la mer de l'essence et de l'énergie, la porte de la vie et de la mort ».

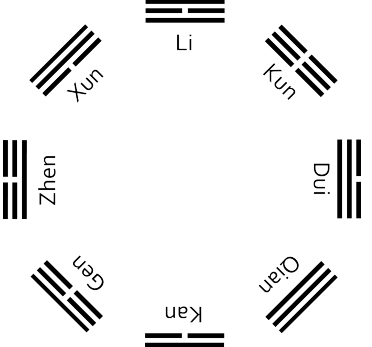
---

<sup>89</sup> Joseph Needham, *la science chinoise et l'occident*

<sup>90</sup> ici il s'agit de l'idéogramme de *Tai Yi* que l'on retrouve dans le point 23 Estomac – cf *l'Esprit des Points*, Philippe Laurent

Si je prends le temps de revenir sur ces détails, c'est pour mieux saisir la portée de l'acupuncture abdominale et ombilicale : il paraît en effet justifié, à la lecture de ces derniers éléments, de placer les Ba Gua du ciel antérieur et postérieur autour du nombril.

**Dans le ba gua du ciel postérieur, nous retrouvons les correspondances suivantes :**

<p><b>XUN vent</b> BOIS YIN <b>Foie</b> Cuisses DAI MAI (9P – 41 VB) SUD EST – 17 TR (estomac, corps lourd)</p>	<p><b>LI feu, lumière</b> FEU <b>C / IG</b> Yeux RM (17V – 7P) SUD – 12 IG (cœur, système vasculaire)</p>	<p><b>KUN terre</b> TERRE <b>Rate / Esto ou MC / TR</b> Abdomen YIN QIAO MAI (11 V – 6R) SUD OUEST – 17 TM (Rate, chairs, faiblesse, corps lourd, paralysie, 4 membres)</p>
<p><b>ZHEN tonnerre</b> BOIS YANG <b>VB</b> Pieds YANG WEI MAI (12 JM – 5 TR) EST – 40 E (Foie, muscles, jing jin)</p>		<p><b>DUI lac brumes</b> METAL YANG <b>GI</b> Bouche DU MAI (17 RM – 3 IG) OUEST – 31 VB (Peau, poumons)</p>
<p><b>GEN montagne</b> TERRE <b>Rate /Esto</b> Mains YIN WEI MAI (13 F – 6 MC) NORD EST - 16 TM (GI, poitrine, aisselles)</p>	<p><b>KAN eau, nuages, pluie</b> EAU <b>R / V</b> Oreilles YANG QIAO MAI (34VB – 62V) NORD – 12V (R, os, épaules, dos)</p>	<p><b>QIAN ciel</b> METAL YIN <b>Poumon</b> Tête CHONG MAI (39 VB – 4 RTE) SUD OUEST – 20 VB (IG organes et méridiens, circulation)</p>

Légende :

- Correspondance **trigrammes – partie du corps** : d'après le commentaire du Yi Jing des Dix Ailes<sup>91</sup>
- Correspondance **trigramme - méridien**
- En bleu : **merveilleux vaisseau associé (point roe-réunion correspondant<sup>92</sup> – point clé)**
- En vert : **points fong** associés aux 8 vents (et systèmes associés)

<sup>91</sup>dans le chapitre du Shuo Gua, section 9 : formation acupuncture abdominale, J.S. Prot, janvier 2019

<sup>92</sup> d'après les travaux de recherche d'Olivier Hervy, enseignant au Centre Imhotep

Il est également possible de superposer 2 autres ba gua à celui que je viens de présenter : celui du ciel antérieur, ainsi que le ba gua de Shen Nong. Néanmoins, je ne développerai pas ce point ici, car c'est l'objet des travaux de recherche et de l'enseignement de Jean-Sylvain Prot.

Il peut simplement être intéressant d'avoir en tête (on sait le pouvoir de l'intention), que lorsque l'on va poncturer une zone ombilicale, on met en résonance à la fois **les données relatives au ciel postérieur (en noir dans le tableau ci-dessous)**, et à la fois celles du **ciel antérieur (en rouge)**. Ainsi, avec une seule aiguille, on atteint de nombreux systèmes. D'ailleurs, Cyrille Javary dans le Discours de la Tortue, nous éclaire sur le caractère indissociable des 2 systèmes :

« le ministre de l'empereur Jaune {CANG Jie} est toujours représenté avec deux paires d'yeux superposées. C'est la matérialisation d'un profond sentiment des Chinois : une vision unique des choses ne suffit pas pour rendre compte efficacement de leur subtilité d'une manière qui permette d'agir dessus. Voilà pourquoi, comme il y a deux systèmes des méridiens en acupuncture, il y aura deux organisations différentes des trigrammes dans le Yi Jing, dissemblables et consonnantes comme Yin et Yang.<sup>93</sup> »

<p><b>DUI METAL</b> <b>Bouche</b> --- <b>XUN vent</b> BOIS YIN <b>Foie</b> Cuisses DAI MAI (9P – 41 VB) SUD EST – 17 TR (estomac, corps lourd)</p>	<p><b>QIAN METAL</b> <b>Tête</b> --- <b>LI feu, lumière</b> FEU <b>C / IG</b> Yeux RM (17V – 7P) SUD – 12 IG (cœur, système vasculaire)</p>	<p><b>XUN BOIS</b> <b>Cuisses</b> --- <b>KUN terre</b> TERRE <b>Rate / Esto ou MC / TR</b> Abdomen YIN QIAO MAI (11 V – 6R) SUD OUEST – 17 TM (Rate, chairs, faiblesse, corps lourd, paralysie, 4 membres)</p>
<p><b>LI FEU</b> <b>Yeux</b> ---- <b>ZHEN tonnerre</b> BOIS YANG <b>VB</b> Pieds YANG WEI MAI (12 JM – 5 TR) EST – 40 E (Foie, muscles, jing jin)</p>		<p><b>KAN EAU</b> <b>Oreilles</b> <b>DUI lac brumes</b> METAL YANG <b>GI</b> Bouche DU MAI (17 RM – 3 IG) OUEST – 31 VB (Peau, poumons)</p>
<p><b>ZHEN BOIS</b> <b>Pieds</b> --- <b>GEN montagne</b> TERRE <b>Rate /Esto</b> Mains YIN WEI MAI (13 F – 6 MC) NORD EST - 16 TM (GI, poitrine, aisselles)</p>	<p><b>KUN TERRE</b> <b>Abdomen</b> --- <b>KAN eau, nuages, pluie</b> EAU <b>R / V</b> Oreilles YANG QIAO MAI (34VB – 62V) NORD – 12V (R, os, épaules, dos)</p>	<p><b>GEN TERRE</b> <b>Mains</b> <b>QIAN ciel</b> METAL YIN <b>Poumon</b> Tête CHONG MAI (39 VB – 4 RTE) SUD OUEST – 20 VB (IG organes et méridiens, circulation)</p>

<sup>93</sup> Cyrille Javary, *le Discours de la tortue*, p. 344

## Comment choisir la ou les zones à poncturer ?

### ➤ **Poncture du nombril après palpation**

J'ai déjà évoqué ces deux méthodes lors de l'étude du diagnostic par le nombril (cf. p. 34 à 36 du mémoire : méthode des points indurés autour du nombril, et méthode des points ashi dans la paroi du nombril). Dans ces deux cas, le traitement s'effectue directement après palpation : la paroi ombilicale est poncturée en direction de la zone où est détectée le point ashi.



Par exemple ici, après avoir effectué une palpation des 8 directions autour de l'ombilic, la personne aura indiqué une sensibilité particulière dans 3 zones, qui sont alors poncturées : KUN GUA, GEN GUA, XUN GUA (dans le ciel postérieur).

### ➤ **Méthode de poncture ombilicale par observation de la forme du nombril**

Si le nombril apparaît étiré, décalé dans un sens, il s'agit de poncturer la région vers laquelle il est étiré ou décalé, dans l'esprit de chercher à libérer la tension qui cause cette déformation du nombril.

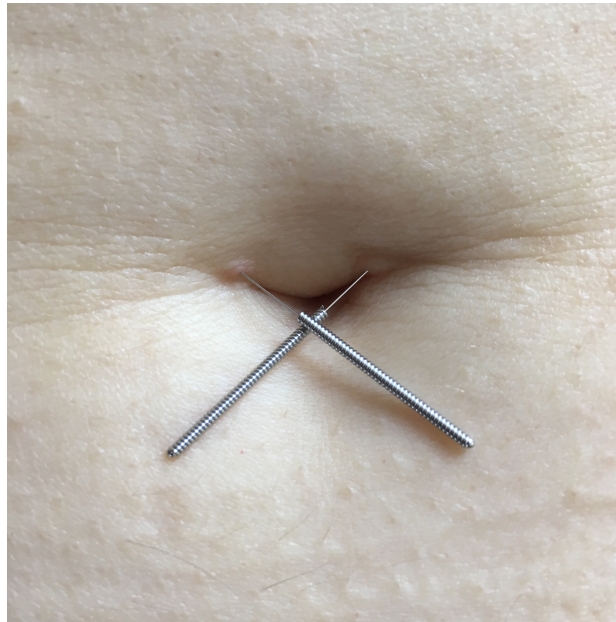


Ici on peut noter :

- un nombril petit et superficiel (indique une problématique constitutionnelle, une faiblesse de yuan qi) > (1)
- une tension vers le haut, comme s'il existait une paupière supérieure, une lourdeur au niveau du feu > (2)

Je poncturerais donc l'ombilic en direction des trigrammes KAN GUA (1) et LI GUA (2)

Autre exemple de poncture déterminée selon la forme du nombril : ici le nombril est étiré vers les zones XUN gua et KUN gua, qui sont alors poncturées.



➤ **Méthode de poncture ombilicale après bilan classique en acupuncture traditionnelle chinoise (diagnostic différentiel)**

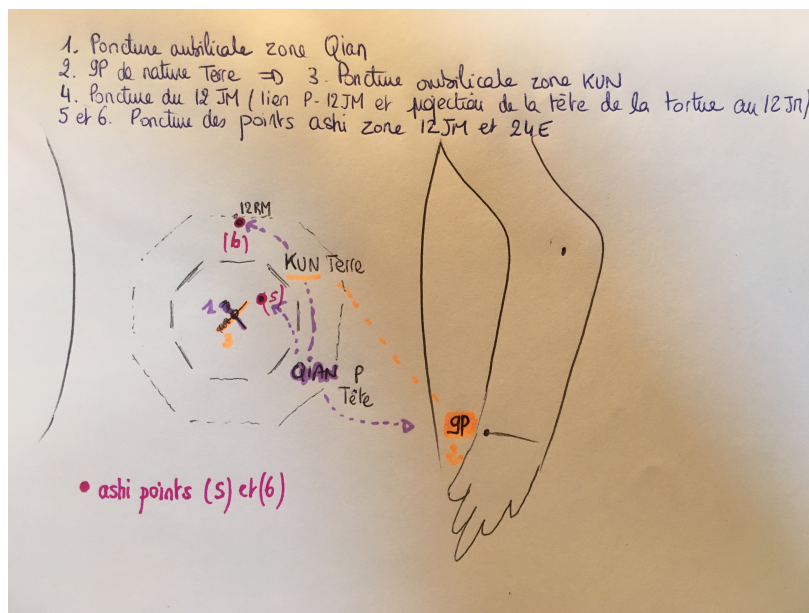
Une autre méthode de sélection de la zone ombilicale à poncturer, consiste à effectuer un diagnostic classique d'acupuncture traditionnelle selon les 4 temps de l'examen, puis à venir poncturer les zones correspondant au diagnostic.

Par exemple, si le diagnostic révèle qu'il faut travailler sur le méridien du zu tsue yin Foie, on choisira de poncturer la zone ombilicale XUN gua. Une seule aiguille dans l'ombilic peut venir soulager la douleur directement. Plus généralement, on va associer à cette première aiguille, d'autres aiguilles ombilicales ou distales :

- ajout d'une seconde aiguille dans la paroi ombilicale, pour équilibration : soit selon la relation biao-li (poncture de la zone ZHEN VB après poncture de la zone XUN Foie) soit selon l'observation de la forme du nombril (comme dans l'exemple ci-dessus, poncture des deux zones LI et KAN)
- ajout d'autres aiguilles sur le corps : après une 1<sup>ère</sup> aiguille dans la paroi ombilicale comme point de départ, on peut poncturer des points distaux sur le corps, choisis selon les méthodes classiques d'acupuncture traditionnelle et / ou selon les méthodes de l'acupuncture abdominale :

Par exemple en cas d'oppression thoracique avec maux de tête, il sera judicieux de :

- poncturer la zone ombilicale QIAN (zone du Poumon et de la tête)
- ajouter le 9P Taiyuan point shu nourricier de nature terre
- poncturer la zone ombilicale KUN terre pour renforcer l'action de ce point (par ailleurs en agissant sur cette zone terre Kun placée entre Feu et métal, on va venir à la fois disperser la plénitude qui se trouve dans le foyer supérieur et nourrir le métal par sa mère)
- compléter le traitement en poncturant le 12 RM (lien P – 12 JM en énergie Rong)
- puis aller chercher des points ashi dans la zone autour du 12 JM (projection de la tête en acupuncture abdominale de la tortue) ou encore autour du 24 E (environ 0,2 cun sous le 24E et en direction médiale se trouve la projection du 1P)



Le choix de la zone ombilicale à poncturer peut également se faire selon la théorie des 5 éléments, puisque nous sommes ici dans le cadre du ba gua dynamique du ciel postérieur. Ainsi, on poncturera en direction du trigramme mère en cas de tableau de déficience, ou en direction du trigramme fils en cas de vide. Cette technique peut venir compléter un traitement en cinq éléments.

Par exemple, si nous sommes devant une Rate en plénitude, nous pouvons choisir de poncturer les trigrammes correspondant au Métal (fils), ou au Bois (le bois contrôle la Rate) et / ou à l'eau (l'Ennemi vaincu dans l'honneur).

Au contraire devant si nous sommes devant un Poumon en déficience, nous pouvons choisir de le stimuler par son fils, la Terre (trigrammes KUN ou GEN).

C'est l'ensemble du diagnostic et les particularités de chaque tableau clinique, qui vont nous orienter sur le choix d'une zone plutôt qu'une autre.

**Cas clinique** – Homme, 78 ans, ancien cultivateur. Célibataire, pas d'enfants.  
Sous traitement allopathique pour hypertension et prostate.

**Motif** : douleurs lombaires chroniques (intermittentes) et jambes raides, plutôt le matin (bois), à partir « de la ceinture » (ce sont ses mots). Il me dit, « en haut tout va bien, à partir de là (en montrant le nombril), il faudrait changer la bas ». Je pense donc immédiatement au vaisseau ceinture DAI MAI, et à une harmonisation des 3 foyers.

**Observation générale** : ses ongles de mains sont striés et présence de mycoses aux ongles de mains et pieds (dérèglement de l'élément BOIS) ; test de Dassonville pour douleurs lombaires > L4-L5

**Palpation abdominale** : zone feu au-dessus du nombril est chaude et sensible à la palpation

**Observation du nombril** : étiré vers la zone XUN gua – BOIS (ba gua du ciel postérieur). La palpation des parois du nombril ne révèle pas de zone sensible particulière, ce qui est « normal » car la palpation des parois du nombril est plutôt révélatrice en cas de douleurs aiguës.

**Langue** : couleur normale sans enduit, bords indentés (vide de yang de Rate)

**Pouls radial** : vaste (pouls de la saison), manque de souplesse dans le yin, blocages aux barrières (Rate et Foie)

**Traitement** : beaucoup d'éléments m'indiquent de travailler par foyers, d'harmoniser chez ce patient le haut et le bas. Un traitement par le nombril me semble donc indiqué.

Je choisis de **poncturer l'ombilic** en direction des zones **XUN gua** en raison de la forme du nombril et d'après tous les éléments qui indiquent de travailler sur le Bois et le Dai Mai. L'observation de la forme du nombril est donc ici cohérente avec l'ensemble du cas, puisque XUN gua correspond au BOIS YIN (Foie) et au vaisseau ceinture DAI MAI. Pour harmoniser ce traitement ombilical, je poncture la zone opposée **QIAN gua**.

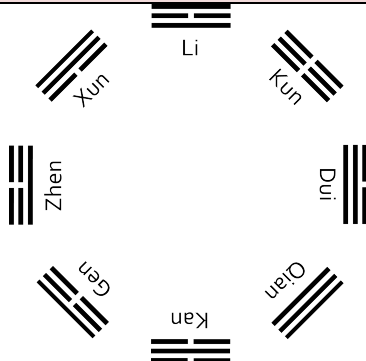


La palpation de l'abdomen ayant révélé un feu bloqué, je choisis de poursuivre par une **harmonisation haut – bas FEU - EAU** (également pour poursuivre sur l'équilibration des foyers), en poncturant le **12 RM** (point « maître » de la **zone feu LI** en acupuncture abdominale, qui va également redonner de la souplesse générale au poulx), et le **4 RM** point « maître » de la zone EAU, également point correspondant à ses douleurs lombaires (4 RM est la projection de L4-L5 sur la tortue de Zhiyun Bo). La **formule 12 RM – 4 RM est par ailleurs une prescription très courante en acupuncture abdominale, appelée « Ciel et Terre** », qui permet de **dynamiser la Rate et de tonifier le Rein**, de travailler sur un équilibrage ciel postérieur / ciel antérieur (12 RM point Mu de l'Estomac, lieu de transformation du Qi postnatal KU CHI / 4 RM en tant que mer de l'énergie du Qi prénatal, de l'essence originelle).

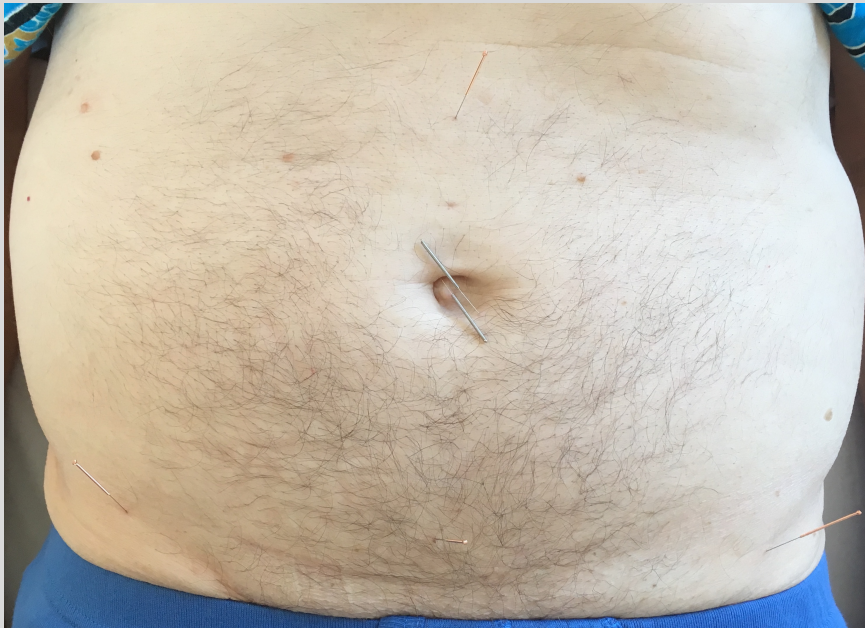
En **traitement distal, je poncture en dispersion le 3 Rte et le 3 F**, pour plusieurs raisons :

- cela complète le traitement par rapport à la prise de poulx,
- cela complète la poncture ombilicale (dispersion de la zone bois) et abdominale (dynamiser la rate),
- le couple 3 Rte – 3 F était le POC de la séance

Enfin, afin de compléter le traitement par un point YANG (tous les points précédents étant YIN), je choisis de poncturer le **28 VB**, point constitutif du DAI MAI (en cohérence avec la poncture de la paroi ombilicale), afin de libérer le bas du corps et rendre la souplesse aux jambes.

<b>PONCTURE OMBILICALE</b>  <b>XUN vent</b> BOIS YIN <b>Foie</b> <b>cuisses</b> <b>DAI MAI (9P – 41 VB)</b>	<b>LI</b> FEU <b>Poncture abdominale 12 RM</b>	
		
<b>Traitement distal :</b>  <b>3 Rte d + 3 F d</b>  <b>28 VB bilatéral</b>	<b>KAN</b> EAU <b>Poncture abdominale 4 RM</b>	<b>PONCTURE OMBILICALE</b>  <b>QIAN ciel</b> METAL YIN





Ce cas clinique utilise donc à la fois le diagnostic ombilical, le traitement par l'ombilic, associé à l'acupuncture abdominale et à un traitement classique en acupuncture traditionnelle, selon les 4 temps de l'examen. C'est cette méthode que j'ai choisi de pratiquer en cabinet. L'acupuncture abdominale seule nécessiterait de nombreuses aiguilles. En combinant les dialectiques (traitement distal + abdominal + ombilical comme dans cet exemple), cela permet de limiter le nombre d'aiguilles, et d'optimiser l'efficacité du traitement.

---

## CONCLUSION DE LA SECONDE PARTIE

---

En fait, comme en acupuncture traditionnelle, le choix de la méthode et le choix des points n'a comme limite que les connaissances de l'acupuncteur. Les modèles sont superposables. Ce qu'il me paraît important de souligner ici, c'est que l'acupuncture ombilicale ne se suffit pas en elle-même, qu'elle se doit d'être intégrée dans une pratique plus globale, comme étant au centre d'un vaste micro-système<sup>94</sup>. J'ai pris le parti de présenter ici une partie seulement de ce qu'il est possible de faire à partir du nombril, et même si elles n'apparaissent pas au sein de ce mémoire, je souhaite poursuivre mes recherches notamment envers deux axes principaux : explorer une pratique de l'acupuncture abdominale et ombilicale en chrono-acupuncture, et en relation avec le Yi Jing.

---

<sup>94</sup> Pour un approfondissement de ce micro-système « d'acupuncture ombilicale optimale » et de ses relations avec la chrono-acupuncture et le Yi Jing, je recommande la formation de Jean-Sylvain Prot <https://medecinechinoiseclassique.fr/>

## CONCLUSION GÉNÉRALE

---

Tout au long de ce mémoire, j'ai indiqué quelques exercices que le praticien peut proposer à son patient. S'il est important de faire prendre conscience au patient de son *hara*, de son centre énergétique, par des exercices d'automassage et de respiration, l'exercice me semble tout autant primordial pour le thérapeute lui-même. Lors de toutes les pratiques taoïstes, à la fin de l'exercice, l'énergie est ramenée vers le nombril. C'est pourquoi je finirai cet exposé par vous inviter à pratiquer le qi gong de l'orbite microcosmique, bien connue des pratiquants d'arts martiaux. Tout praticien en énergétique pourra pratiquer quotidiennement l'orbite microcosmique, pour son plus grand intérêt et celui de ses patients.

Lors de la pratique de l'orbite microcosmique, l'énergie suit le même trajet que l'énergie au sein de l'embryon, en passant par les trois chaudrons énergétiques (tan tien inférieur, médian et supérieur). Dans l'embryon l'énergie arrive au nombril par le cordon ombilical, va au rein gauche, rein droit, descend au centre sexuel, traverse le périnée, monte à la tête par la moelle épinière, descend devant à travers la langue et revient au nombril.

Lorsque l'on pratique ce « petit circuit céleste » ou « orbite microcosmique »<sup>95</sup>, on fait « monter » l'énergie par le vaisseau gouverneur, puis redescendre par le vaisseau conception, la langue sur le palais du haut connectant les 2 méridiens entre eux, ce qui souligne à la fois la fonction de descente de l'énergie du RM, et la pertinence de l'acupuncture abdominale à utiliser le RM devant comme projection du DM derrière, comme faisant partie d'un même circuit énergétique.

Si elle fait partie des pratiques incontournables de tout pratiquant taoïste, c'est justement parce que l'orbite microcosmique nous reconnecte à la source, au circuit énergétique originel. En ouvrant notre orbite, nous renforçons notre énergie vitale, et favorisons notre éveil spirituel, malmené par tant de nuisances de la vie quotidienne, déconnectée de nos ressentis profonds. Car au fond, ce voyage au centre de l'homme m'a permis de méditer plus encore sur le sens de la vie.

Comme nous l'avons évoqué en reprenant le mythe de l'androgynie, le nombril est là, au centre de l'homme désormais debout entre Ciel et Terre, pour nous rappeler cette première blessure formelle de la séparation. Or les mythes sont créés pour exorciser une peur. En tant qu'êtres humains, nous lisons donc ce mythe avec le prisme de la peur existentielle, de l'angoisse de séparation.

Notre nombril porte en effet en lui le souvenir de plusieurs séparations : celle d'avec la mère bien sûr, femme elle-même née de la séparation, née d'un des côtés de l'homme ; la

---

<sup>95</sup> de nombreux sites internet ou ouvrages détaillent la pratique. Voir notamment Gilles Marin, *Chi Nei Tsang*, p. 230 à 249

séparation d'avec le placenta également, d'ailleurs sorte de double ou même de frère jumeau<sup>96</sup> du fœtus car issu du même œuf primitif (l'Unité).

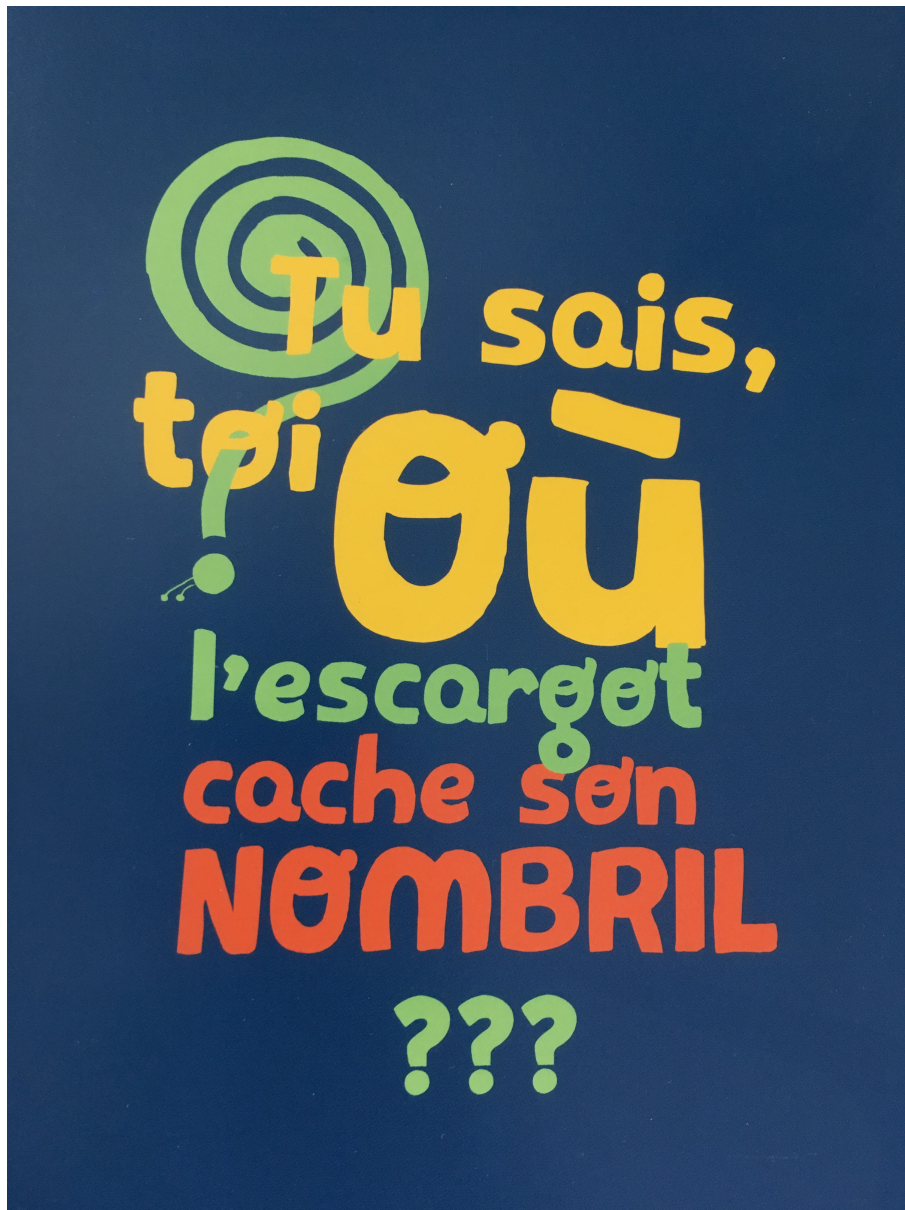
En réalité, ce regard tourné vers le nombril, cette relecture énergétique du mythe de la création du nombril, nous incite à nous souvenir que nous sommes issus du monde non manifesté, le grand tout dans lequel tout préexiste, et qu'en chacun de nous, est le tout.

Le nombril nous invite donc finalement à nous tourner vers nous-mêmes, non par quête égocentrique matérialiste, mais bien pour comprendre (prendre avec) notre être tout entier. Il nous invite à retrouver la part jumelle qui pré-existe en chacun de nous, à regarder la réalité de la vie en face : nous ne sommes pas des êtres humains doués de spiritualité, mais des êtres spirituels incarnés en humains. Les réponses à nos questions, de même que la guérison, ne viendront pas de l'extérieur, mais de nous-mêmes, car tout est en nous.

---

<sup>96</sup> Annick de Souzenelle, *Le symbolisme du corps humain*, p. 243

Pour finir, une question essentielle reste en suspend :



### OUVRAGES

Mantak CHIA, 2 volumes : **Chi Nei Tsang I** et **Chi Nei Tsang II**, Guy Trédaniel Editeur

Peter DEADMAN, Manuel d'acupuncture

Annick DE SOUZENELLE, **Le symbolisme du corps humain**, Albin Michel

André FAUBERT, **Traité didactique d'acupuncture traditionnelle**, Troisième édition revue et corrigée, Guy Trédaniel Editeur

GÉRARD GUILLAUME, MACH CHIEU, **Dictionnaire des points d'acupuncture, Tome 2**  
Guy Trédaniel Editeur, 1995, collection « La Tisserande »

GRAF DÜRCKHEIM KARLFRIED, **Hara, centre vital de l'homme**, Le courrier du livre, Dix-huitième édition

Marcel GRANET, **La pensée chinoise**, Albin Michel

Cyrille J.-D. JAVARY, **Le discours de la tortue**, Albin Michel

Claude LARRE, Elisabeth ROCHAT DE LA VALLEE et Isabelle ROBINET, **Les grands traités du Huai Nan Zi**

Philippe LAURENT, **L'esprit des points**, Editions You Feng

Gilles MARIN, **Guérir à partir de l'intérieur avec le Chi Nei Tsang**, Guy Trédaniel Editeur

Kiiko MATSUMOTO & Stephen BIRCH, **Hara Diagnosis : Reflections on the Sea**, Paradigm Publications

Jean MOTTE, **Vademecum d'Acupuncture Traditionnelle**, 2<sup>e</sup> édition, Guy Trédaniel Editeur

Jean MOTTE, **Ling Shu**, Editions Centre Imhotep

Joseph NEEDHAM, **La science chinoise et l'occident**, ed. du Seuil

Dave SHIPSEY, **Mastering the Art of Abdominal Acupuncture**, 2015

Henning STROM, **Analogies entre les points d'acupuncture et l'empire chinois traditionnel**, 2008, Editions You Feng

**NAN JING**, les 81 difficultés de l'acupuncture, Commentaires de Maurice Mussat,  
Traduction de Pierre Grison

**SU WEN et LING SHU**, traduction You-wa CHEN, Editions You Feng

## ARTICLES

- *Le traitement de l'acné par la pose d'une ventouse sur Shen Que (8 R.M.) associée à la saignée du point Da Zhui (14 D.M.)*, dans *Acupuncture Traditionnelle Chinoise* n°29, Institut Yin Yang, ISBN 978-2-910589-49-3
- Article de Stéphan JM, Nguyen J. Attention, c'est déjà arrivé ! Incidents et accidents attribués à l'acupuncture. *Acupuncture & Moxi-bustion*. 2006;5(1):71-74  
<http://www.meridiens.org/acuMoxi/sixtrois/stephan-aiguilleslongues.pdf>
- « L'intelligence du ventre », par Miriam Gablier, INREES, 21.01.2014  
<https://www.inrees.com/articles/intelligence-du-ventre/>

## MEMOIRES DE RECHERCHE

Michel CORTINOVIS, *La dépression en médecine traditionnelle chinoise*, 2010  
[https://www.centre-imhotep.com/images/documents/memoires\\_essais/Standard\\_Vorlage.pdf](https://www.centre-imhotep.com/images/documents/memoires_essais/Standard_Vorlage.pdf)

Marie PASCAL, *Le début de la vie en énergétique chinoise*, 2015 [https://www.centre-imhotep.com/images/documents/memoires\\_essais/Le debut de la Vie en Energetique Chinoise-MariePascal.compressed.pdf](https://www.centre-imhotep.com/images/documents/memoires_essais/Le_debut_de_la_Vie_en_Energetique_Chinoise-MariePascal.compressed.pdf)

## SITES INTERNET

### SUR L'ACUPUNCTURE ABDOMINALE :

- <https://abdominalacupuncture.net/>
- <https://soundcloud.com/abdominalacupuncture>

### FORMATIONS :

- Centre Imhotep, Centre de formation en Acupuncture traditionnelle Chinoise, Paris  
[www.centre-imhotep.com](http://www.centre-imhotep.com)
- Automne 2018 : Formation en ligne avec Dave Shipsey  
<https://abdominalacupuncture.teachable.com/>
- Janvier 2019 : module 3 Acupuncture Abdominale avec Jean-Sylvain Prot, Paris  
<https://medecinechinoiseclassique.fr/>

**SYMBOLISME DU NOMBRE 108** : <http://anagogie.online.fr/nombres/nb108.htm>