

Introduction

Le massage traditionnel chinois regroupe, sous un terme générique, la pratique de gestes corporels très divers.

Il existe en réalité deux formes de massage chinois. Ces deux formes de massages, qui ont leurs champs d'applications propres, possèdent une origine commune fondue dans la nuit des temps.

L'une, thérapeutique, faisant partie intégrante de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), est enseignée dans les facultés. Ces massages sont largement pratiqués par tous les médecins traditionnels privés et dans les hôpitaux de MTC. Ils permettent d'obtenir une grande variété d'effets régulateurs sur l'organisme et forment un outil thérapeutique de grande valeur, très souple parce qu'utilisable quel que soit le contexte.

Le massage traditionnel chinois thérapeutique, appelé aussi Tuina ou Dong Fa, a pour but de réhabiliter la circulation de l'énergie dans le corps, comme les autres méthodes de la médecine chinoise. La régulation des automatismes physiologiques et la réparation des tissus découlent toujours de la normalisation de cette circulation, aussi bien au niveau général qu'au niveau local.

Les techniques du massages permettent d'agir sur les tissus (Tuina), mais aussi sur la capacité naturelle des mouvements (Dong Fa). Pour que l'énergie circule harmonieusement dans le corps, elle ne doit pas rencontrer d'obstacle, ni au niveau de la peau, des muscles et autres tissus, ni au niveau des articulations et des organes.

Ainsi, le travail du praticien en massage traditionnel chinois et du médecin de médecine chinoise est-il sans cesse de drainer, de réguler et de favoriser le mouvement.

Faisant partie inhérente de la médecine chinoise, le massage traditionnel est en même temps une discipline autonome qui permet de

traiter un grand nombre d'affections et de souffrances.

L'action de la main est unique et les accessoires les plus sophistiqués ne remplacent pas la précision, la sensibilité, l'intelligence et l'amour qui doivent être présents dans le massage traditionnel chinois.

Des soins aux traumatismes jusqu'aux traitements pédiatriques, en passant par les troubles fonctionnels digestifs ou respiratoires, l'accompagnement de fin de vie, le traitement des douleurs, des troubles mentaux, la préparation des sportifs et des femmes enceintes, et le traitement complémentaire de certaines grandes maladies, la médecine manuelle chinoise propose toujours à celui qui souffre une solution humaine directe et efficace.

L'autre forme de massage, populaire, est la version culturelle du massage. Sa pratique est souvent associée à la toilette ; ces massages servent au bien-être, à la détente, au rapprochement affectif et ils ont une incontestable action préventive.

La pratique de cette forme de soins a lieu traditionnellement dans le cadre familial et dans des cabinets professionnels qui, de plus en plus nombreux dans les villes chinoises, offrent des services de massage de bien-être sérieux et d'excellente qualité.

Les massages de bien-être ne font pas partie de la médecine chinoise et ne nécessitent donc pas de connaissances dans ce domaine. En revanche, tout praticien de massage chinois thérapeutique ou tout praticien de médecine chinoise doit être capable de réaliser un massage de relaxation.

La médecine traditionnelle chinoise, berceau du massage traditionnel, souvent représentée en France par la seule acupuncture, isolée des autres moyens thérapeutiques, prend régulièrement en charge la santé du quart de la population de la planète.

Ses principes originaux en font une médecine à la fois curative, préventive et éducative, humaine, relationnelle, et, à l'image de l'homme, en perpétuelle évolution.

Cette science possède la plus importante bibliothèque médicale du monde, une fabuleuse compilation de connaissances acquises tout au long de quelque cinquante siècles d'observations et d'expérimentations qui constituent pour la Chine un riche patrimoine.

Le grand peuple chinois, sous le joug de tant de siècles impérialistes, a réussi à conjuguer le respect de l'acquis et la modernisation du savoir.

Introduction

Ce qui n'était autrefois qu'expérimentations empiriques est devenu de nos jours une pratique clinique raisonnée, forte d'expériences, appuyée d'incessants travaux universitaires.

Depuis toujours, médecine et philosophie cheminent ensemble ; la force de la médecine chinoise vient du fait que l'une ne s'oppose jamais à l'autre, ni par conséquent au progrès du savoir.

Ainsi, la médecine chinoise, consciente de son passé, est-elle délibérément tournée vers l'avenir et ouverte sur la connaissance.

Elle est une autre façon de considérer la vie et la maladie et, plus encore qu'un moyen de restaurer la santé, cette médecine enseigne un art de vivre en équilibre. Car les faits et les chiffres ne laissent pas de place aux polémiques : la médecine traditionnelle chinoise est puissante et efficace. Ce pays possède un taux de longévité parmi les plus élevés et les statistiques de santé publique publiées par l'O.M.S. sont éloquentes.

Mais, bien entendu, nous parlons là de la véritable médecine traditionnelle chinoise, celle dont la pratique nécessite de longues années d'étude et qui procède selon un raisonnement diagnostique et thérapeutique certes d'une grande finesse, mais dégagé de tout ésotérisme et de toute croyance.

Etudier la médecine traditionnelle chinoise apporte à la fois une connaissance conceptuelle très concrète, mais aussi bonifie profondément le regard que l'on pose sur toutes les choses de la vie.

Si ces deux éléments constituent une excellente force motrice, il ne faut pas oublier que la façon dont on pénètre l'univers de la médecine chinoise est aussi prépondérante. Il faut savoir y voyager léger et dégagé de ses acquis antérieurs, préférer les pistes riches d'indications aux raccourcis faciles, et rester simple et clair dans ses pensées comme dans ses actes.

Cet ouvrage a été conçu pour vous y aider en vous permettant d'intégrer en douceur les concepts originaux de la science médicale chinoise traditionnelle.

Il est divisé en deux sections :

- la première étudie la théorie fondamentale de médecine chinoise,
- la deuxième étudie la pratique clinique du massage traditionnel chinois.