

Approche de la notion d'angoisse dans la médecine traditionnelle chinoise.

Dr Christian MOUGLALIS

Nantes

FMCRDAO

Un rappel étymologique, physiologique et quelques évocations cliniques serviront de base pour montrer à quel point la médecine traditionnelle chinoise est riche, originale et précise pour envisager une notion comme l'angoisse.

Dans notre médecine comme d'ailleurs dans l'abord que propose l'acupuncture, ce terme est souvent réduit à des cadres nosologiques comme dépression, syndrome anxieux dépressif etc..

Si la médecine traditionnelle chinoise et la pratique de l'acupuncture qui en découle sont arrivées jusqu'à nous après des millénaires d'existence, ce n'est pas pour plaquer un traitement à base d'aiguilles sur des cadres nosologiques préétablis, ou même quelque peu modifiés à la lueur de notions succinctes empruntées à la médecine traditionnelle chinoise qui la plupart du temps ne change en rien notre point de vue, mais beaucoup plus pour proposer une méthode d'analyse diagnostique et une attitude thérapeutique qui repose sur une physiopathologie originale dont l'accès demande du travail, du temps et de la rigueur qui manque souvent.

Si tout le travail que nous faisons depuis des années pour montrer, suivant les critères d'évaluation en vigueur dans notre médecine contemporaine, l'intérêt et l'efficacité de l'acupuncture, est important, nous ne devons surtout pas oublier d'explorer, de mieux comprendre les bases de la médecine traditionnelle chinoise. Souvent, après quelques années d'exercice, nous avons l'impression d'avoir compris un certain nombre de notions et nous nous limitons à cela. Nous passons à côté du meilleur. Acculés dans notre pratique, soucieux de l'efficacité, confrontés aux difficultés l'exercice, le questionnement et l'approfondissement s'arrêtent.

De ce fait il existe bien « une acupuncture occidentale » et notamment française, qui, enracinée sur les bases de la médecine traditionnelle chinoise, est née du questionnement et des limites des cadres nosologiques de la médecine moderne. La notion d'angoisse y occupe une place toute particulière, car c'est à partir d'elle qu'on peut appréhender le fait que la médecine traditionnelle chinoise repose sur l'absence de séparation entre le plan du corps (Wu Zang), les émotions (Wu Zhi) et les instances psychiques (Ben Shen) et non sur les notions courantes chez nous de corps et de psychisme et de leurs éventuelles interrelations dans ce que nous appelons la médecine psychosomatique.

ETYMOLOGIE

Dans les grands textes chinois fondateurs comme le Su Wen, le Ling Shu, le Jia Yi Jing ... on trouve les termes suivants :

Chou : inquiet, soucieux.

Chu : avoir peur

Da Kong : grande peur

Da Man : grande angoisse

Fan : anxieux

Fan Man : anxiété avec oppression

Fan Men : anxiété avec oppression. Mélancolie. Angoisse

Fan Xin : ennui. Inquiet. Angoissé.

Jing : effroi

Kong : peur

Kong Ju : peur

Man : angoisse

Men : anxiété, angoisse

Xin Man Man : palpitations avec inquiétude

Xin Men : oppression. Anxiété.

Xin Ru Xuan : inquiétude avec palpitations.

Nous retiendrons surtout les termes Man, Men et Kong.

MAN : caractère 7580 du Grand Ricci
triste, mélancolique, morose, qui s'ennuie.

caractère 7594 du Grand Ricci
déprimé, abattu.

MEN caractère 7711 du Grand Ricci
ennuyé, contrarié, attristé. Mélancolique. oppression, malaise localisé à la poitrine accompagné de confusion et d'agitation mentale.

caractère 7712 du Grand Ricci
oppressé par la tristesse, l'angoisse ou la morosité. Ennui. Langueur. Mélancolie.
oppression dans la région thoracique.

caractère 7713 du Grand Ricci
oppressé par la tristesse, l'angoisse ou la morosité. Mélancolie. Déprimé. Abattu.

KONG : caractère 6541 du Grand Ricci
peur. Sentiment lié aux reins (eau) et caractérisé par un effondrement du flux vital.

Sans faire ici l'analyse de ces caractères, on peut néanmoins constater que l'on retrouve régulièrement les idéogrammes de l'eau, du coeur, de l'enfermement ou de l'agitation (oppression, palpitations) du coeur (région thoracique). Une façon de souligner déjà l'axe fondamental reins-coeur que nous connaissons sous l'appellation du niveau Shao Yin.

PHYSIOLOGIE

Nous ne développerons pas, car ce n'est pas le propos, les aspects physiologiques et physiopathologiques autour de la notion d'angoisse. Un certain nombre de cadres nosologiques (zheng) connus de la plupart d'entre vous en donnent déjà un aperçu. Par contre nous poserons des questions en amont.

Que peut bien signifier l'attribution d'un sentiment (zhi) ou d'une émotion (qing) à un organe-fonction ?

Ou encore comment appréhender le fait qu'un organe-fonction puisse être le lieu de recel d'une instance psychique (ben shen) ?

Comment articuler cela avec les connaissances physiologiques et physiopathologiques de la médecine occidentale ?

Comment ne pas nous limiter aux sempiternelles associations foie-colère, cœur-joie, rate-souci, poumons-tristesse, reins-peur, qui restent la plupart du temps stériles et surtout insuffisantes à la compréhension du fonctionnement de l'être humain à laquelle nous invite la médecine traditionnelle chinoise ?

Nous allons donner certaines pistes de réponse qui nous semblent fondamentales et qui constituent le coeur de notre pratique et que nous soumettons à la vôtre.

Si le Qi dont la traduction difficile voire impossible est communément appelé énergie, souffle, nous sommes tous d'accord pour dire qu'il sous-tend une appréhension du mouvement. Que le Qi est un. Qu'il n'y a pas de séparation entre l'être humain et le monde. Qu'au niveau de l'être humain il n'y a pas de séparation entre l'intérieur et l'extérieur. Qu'il n'y a, comme le dit François Julien, que des processus de subtilisation (yang) et de densification (yin). Qu'il n'y a donc pas d'état mais des changements d'état.

Ramené à la compréhension du fonctionnement de l'être humain, il n'y a donc pas deux états séparés, un corps et un psychisme avec des interrelations entre les deux, comme nous avons communément l'habitude de le concevoir, mais du plus dense au plus subtil trois plans sans séparation les uns avec les autres le plan du corps (wu zang, les organes-fonctions), le plan des émotions ou des sentiments (wu zhi) et le plan des instances psychiques (ben shen).

Cette proposition fait éclater le dualisme auquel nous sommes habitués et

permet de mesurer l'étendue immense que présente la médecine traditionnelle chinoise tant sur le plan diagnostique que thérapeutique. C'est à ce prix et à ce prix seulement que l'on peut comprendre l'intrication des signes physiques et des signes psychiques si souvent retrouvés dans les tableaux nosologiques chinois. Sans cette compréhension de l'interrelation des plans constitutifs de l'être humain, de ces trois et non deux plans, on reste dans un dualisme convenu et non depaysant. La médecine traditionnelle chinoise ne resterait qu'un éventuel outil supplémentaire au service de la même idéologie.

Entre l'organe-fonction Reins et le Zhi (Shen des Reins, traduit par désir de vivre, pouvoir de vivre par JM Eyssalet), le mécanisme Kong, traduit par peur, angoisse, est non seulement la conséquence de perturbations de l'organe-fonction Reins ou et du Zhi mais surtout une possibilité régulatrice de ces mêmes plans.

À ce niveau je vous demande juste un peu d'attention à ce qui vient d'être dit et, si vous le voulez, de relire la phrase précédente car elle propose un champ immense d'investigation.

Si l'angoisse est une conséquence d'un mauvais fonctionnement de l'organe-fonction Reins ou d'une anomalie du Zhi, elle en est aussi une fonction rééquilibratrice.

L'angoisse dont il s'agit ici, le mécanisme Kong, ne peut en aucun cas s'assimiler au stress, à une quelconque source d'angoisse mais à l'angoisse avec un grand A, c'est-à-dire à l'angoisse existentielle, au fait de vivre, de ne pas savoir, de ne pas contrôler, au mystère (Xuan).

Plus la conscience de cette angoisse normale, fondatrice aussi bien du corps que du psychisme, est présente et de moins en moins refoulée, plus la force de l'organe-fonction Reins est bonne et plus le Zhi s'ajuste, c'est-à-dire ni pas d'envie de vivre, ni trop de désir de vivre tendu vers des objets.

À l'inverse le traitement de l'organe-fonction Reins ou et du Zhi par l'acupuncture, la pharmacopée, la diététique ... peut concourir à intégrer cette angoisse.

De ce fait et comme le dit le psychiatre Zarifian on médicalise et instrumentalise beaucoup trop d'état comme dépression, syndrome anxio-dépressif... alors qu'il s'agit d'une angoisse existentielle refusée, refoulée, rejetée.

À ce niveau et dans cette perspective le traitement par acupuncture se révèle un soin d'une portée inestimable.

Bien sûr le mécanisme Kong que je viens d'évoquer ne peut être envisagé sans prendre en considération sa relation avec les quatre autres mouvements et en particulier, comme nous l'avons vu rapidement dans le chapitre étymologie, avec l'organe-fonction cœur, le mécanisme Xi (joie) et l'instance psychique Shen (conscience individuelle).

Sans nous étendre et entrer dans des développements trop longs, on peut simplement dire que plus le mécanisme Kong (Angoisse conscientisée) fonctionne et plus le mécanisme Xi (joie sans objet-relation harmonieuse)

s'exprime . C'est une façon d'exprimer le bon fonctionnement de l'axe Shao-Yin, les relations entre reins et coeur.

Clinique

. Plutôt que de développer les signes cliniques relatifs à l'angoisse que nous pouvons trouver facilement dans différents cadres nosologiques, nous allons, comme dans le chapitre précédent, attirer votre attention sur le fait qu'on oublie trop la richesse, l'originalité et la spécificité de la médecine traditionnelle chinoise. En effet, sous le vocable d'angoisse, on va rassembler un certain nombre de signes cliniques, puis on va tant bien que mal trouver un traitement adapté, soit en s'appuyant sur la sémiologie des Zheng pour certains, soit en faisant fonctionner notre bonne vieille loi des cinq mouvements soit encore en recourant au génie des points. Pourquoi pas. Pourtant une chose me paraît importante, voir fondamentale, quand on aborde comme on l'a dit précédemment, le mécanisme Kong, c'est-à-dire l'angoisse avec un grand A, ce sont les lieux d'angoisse. La plupart du temps on les range dans le même sac, c'est-à-dire que l'on ne les individualise pas. Quels sont ces lieux d'angoisse ? La gorge, le thorax, le plexus, l'estomac, le bas-ventre.

La gorge, La boule à la gorge. Cela fait référence au 23VC, Lian Quan, c'est le point noeud du Shao Yin . Il fait référence à la relation reins-coeur et oriente à interroger de façon privilégiée cette relation. On peut même avancer le fait qu'il met en exergue un contrôle excessif que la personne exerce sur elle-même.

Le thorax, le serrement au thorax, l'oppression. Cela fait référence au 18VC , Yu Tang, c'est le point noeud du Jue Yin. Il fait référence à la relation foie-mâitre du coeur. Il fait référence à l'instabilité émotionnelle. On peut aussi ajouter le fait qu'il met en jeu le processus de séparation. (Difficultés à se séparer de quoi que ce soit).

Le plexus. Cela fait référence au 15VC, Jiu Wei. Il fait référence au coeur et à son expression. Il suffit de consulter les différents textes pour se rendre compte qu'au travers de ces symptômes il exprime un feu du coeur. En termes plus simples cela exprime une difficulté à être là, dans le moment présent.

L'estomac, La boule à l'estomac. Cela fait référence au 12 VC, Zhong WAN, c'est le point noeud du Tai Yin. Cela fait référence à la relation rate-poumons. Il met en évidence le ressassement, la rumination, l'obsession.

Le bas-ventre, le noeud au bas-ventre, spasme du bas-ventre, cela fait référence aux différents points du Ren Mai, 6VC Qi Hai-5VC SHI MEN-4VC GUAN YUAN. . Cela fait référence plus spécifiquement aux reins et met en évidence un contrôle excessif de la peur quel qu'en soit le motif.

Cette évocation rapide des différents lieux d'angoisse nous montre à quel point des processus différents sont en jeu.

De leur identification dépendent des stratégies thérapeutiques différentes.

Cela nous montre aussi que l'approche proposée par la médecine traditionnelle chinoise enrichit de façon considérable et sans doute incomparable une notion clinique tellement courante et si souvent galvaudée.

Conclusion

la traduction et l'exploration des textes médicaux anciens et modernes de la médecine traditionnelle chinoise est très importante nous le savons. Le travail d'évaluation entrepris depuis des années est également important pour donner de bases scientifiques et assurer la crédibilité de l'acupuncture.

Mais il faut aussi explorer avec rigueur et constance une autre voie qui est celle de la confrontation de la physiologie énergétique encore trop méconnue, souvent limitée à des théories simplettes, aux apories de l'investigation physiopathologique de notre médecine occidentale.

La notion d'angoisse est une donnée clinique qui nous permet tout à la fois de voir les limites de notre médecine occidentale mais aussi celles d'une médecine traditionnelle chinoise qui se limiterait à ne voir encore le dualisme entre corps et psyché, matière et esprit.

Il suffit de voir encore dans de nombreux manuels comment le yin yang est abordé pour nous montrer que nous avons encore du pain sur la planche.

Le binaire est rassurant, le ternaire est déroutant et pourtant le seul vivant.