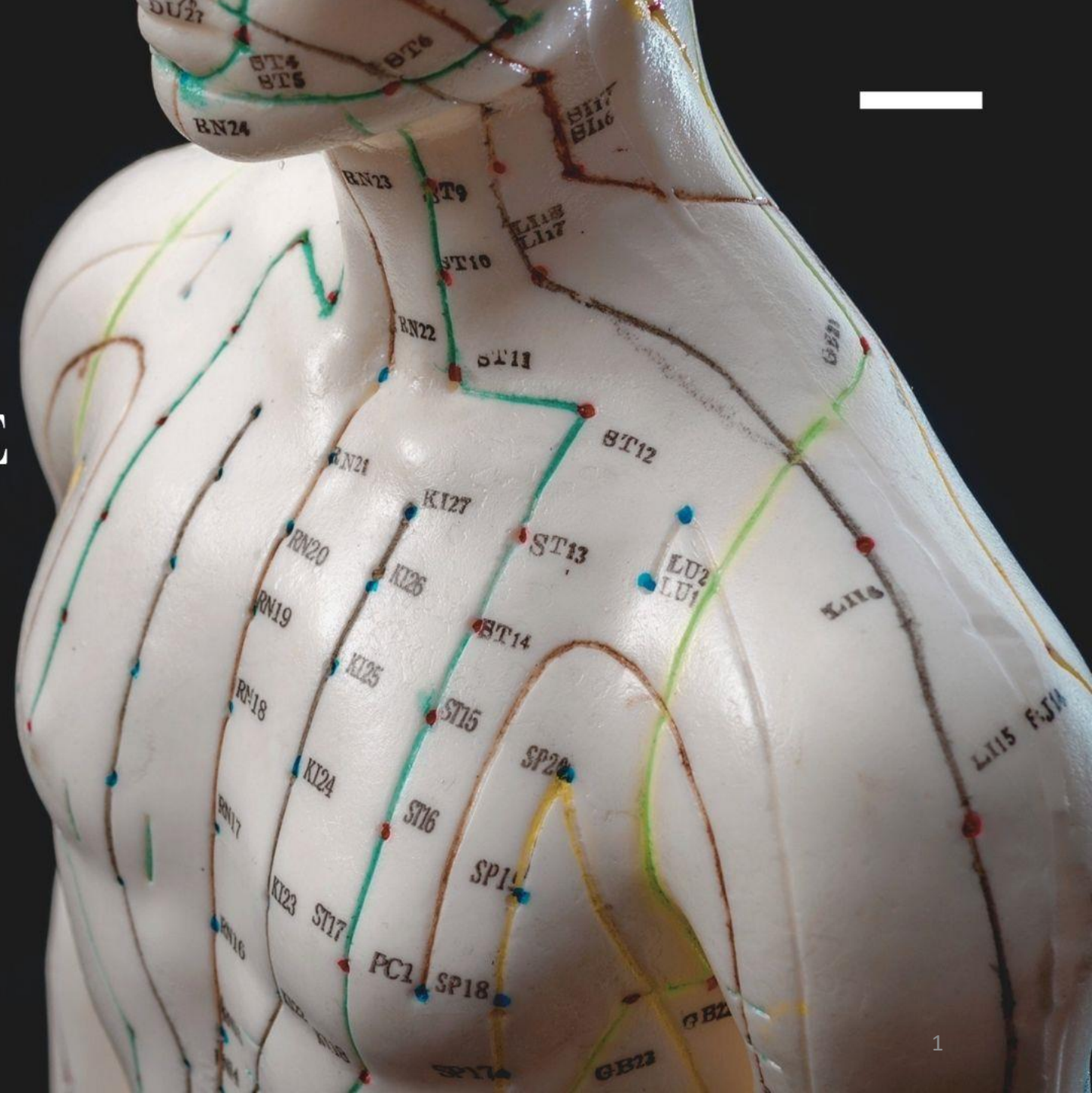


Shen-Ti Formation

FORMATIONS AUX MÉTIERS DU BIEN-ETRE

Depuis 2004





LES QUATRE TEMPS DU BILAN

ENERGETIQUE TRADITIONNELLE CHINOISE

Shen-Ti Formation



SOMMAIRE

Le Bilan en Energétique : Les 4 temps du bilan

01 INTRODUCTION

02 L'OBSERVATION

03 L'INTEROGATOIRE

04 LA PALPATION

05 AUDITION ET OLFACTION

01 INTRODUCTION

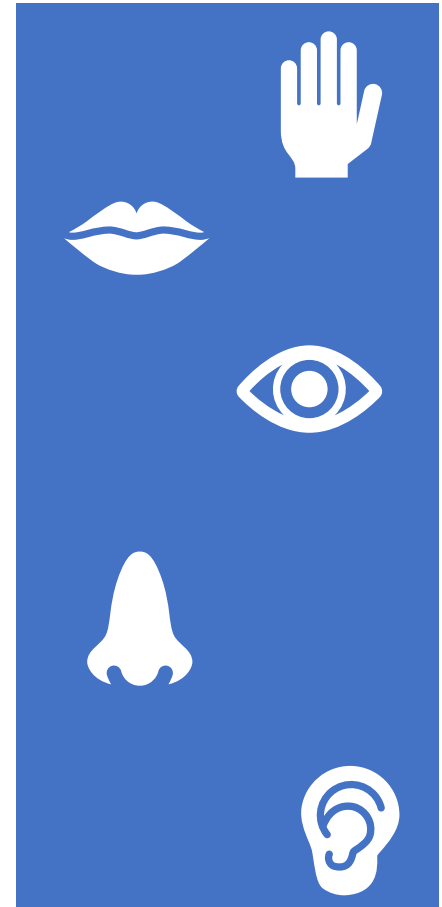
En énergétique chinoise, nous disposons de quatre méthodes pour recueillir ces informations et qui vont nous permettre de comprendre comment le sujet fonctionne sur ses différents plans, son terrain, sa constitution, son environnement professionnel, familial, son état d'esprit, son niveau de tension physique, ses forces et ses faiblesses, sa problématique et des manifestations qui y sont liées. Ces 4 temps du bilan vont solliciter l'ensemble de nos sens. D'où la nécessité d'être présent, dans l'instant, concentré à ce que l'on fait. Ces 4 temps du bilan sont :

- L'Observation,
- L'Audition, l'olfaction,
- L'interrogation,
- La palpation

C'est ensuite le travail de trituration de toutes ces informations qui va permettre au praticien de déterminer quelle est l'origine de la plainte, de déterminer une stratégie d'action pour permettre un retour à l'homéostasie. Nous avons vu dans le cours précédent qu'il s'agit d'un véritable travail d'enquête.

Je le rappelle encore une fois mais la maîtrise de ces outils du bilan énergétique est très longue et ne peut se faire que par la pratique. Il y a un dicton chinois qui illustre bien cette notion d'assimilation et d'intégration de ces outils et qui dit la chose suivante :

« C'est à 80 ans que l'on commence à comprendre le pouls »

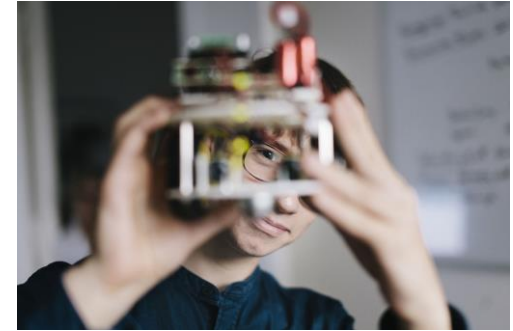




02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

Le temps de l'observation va être utilisé à plusieurs reprises dans une séance et sur différents éléments. Dès que l'on reçoit un client dans son cabinet, vous devez être en « mode » observateur. Nous allons regarder dans un premier temps :

- **Son aspect général, sa morphologie**, sa façon de se déplacer, son attitude, le teint du visage, la peau, les sécrétions comme urines, selles, etc.
- **Son Shen**, son regard, l'expression de son visage,
- **Les différentes manifestations** que l'on peut observer sur tout le corps,
- **Sa langue** : la forme, l'enduit, la couleur, etc. L'observation de la langue fait partie avec la prise du pouls chinois, des deux techniques un peu originales de l'énergétique traditionnelle chinoise. On retrouve aussi dans la médecine ayurvédique, l'observation de la langue et la prise du pouls.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

I Observation du Shen

Qu'entend-on par Shen : En fait il s'agit d'observer s'il y a présence ou pas de Shen et ce Shen est à la fois :

- Le Shen « Esprit » qui correspond à l'ensemble des activités mentales et émotionnelles,
- Le Shen « état de vitalité, abondance du Zheng Qi » de l'ensemble de l'organisme (abondance du Qi, du Sang, fonctionnement des Viscères, etc.) de l'individu qui se manifeste à l'extérieur et qui est visible par le praticien.

Cette phase d'observation, c'est ce que nous faisons sans forcément nous en rendre compte quand nous rencontrons des amis, de la famille. Instinctivement, et rapidement, lorsque vous retrouvez un ami vous savez s'il est en forme ou pas. Si vous sentez qu'il ne va pas bien, et bien vous lui demandez « Qu'est-ce qu'il ne va pas ? », alors qu'il ne vous a encore rien dit.

C'est cette observation que nous utilisons de façon consciente en énergétique chinoise qui nous donne beaucoup d'informations même si vous ne connaissez pas les clients qui viennent vous voir. Il y a des signes tangibles du niveau d'abondance ou de vide de ce Shen. C'est la même chose lorsque l'on est malade, lorsque l'on est déprimé, lorsque l'on a fait une nuit blanche. Il y a des signes tangibles.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

Éléments observés	Absence du Shen Le déséquilibre est profond	Présence abondante du Shen Le déséquilibre est léger
La forme, les couleurs	Teint pâle, mauvaise mine, muscles faibles,	Teint du visage brillant, bonne mine, éclatant, muscles toniques,
L'attitude psychologique	Conscience troublée, peu de paroles, pas positives, ralentissement cognitif, esprit abattu, confus,	Conscience claire, paroles normales et distincte, discours clair et cohérent,
Les yeux	Yeux éteints, pas de lumière dans le regard Mouvement lent des yeux	Yeux vifs, brillants, pétillants, Mouvements rapide des yeux
La gestuelle	Gestes désordonnés, pas de coordination, mouvements lents,	Gestes cohérents et coordonnés, mouvements rapides,
La respiration	Anormale, faible, soupir, rapide ou lente, irrégulière	Régulière calme et puissante
Alimentation	Manque d'appétit, perte de goût	Bon appétit, bonne alimentation



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

II Observation du teint du visage

En énergétique chinoise, on accorde de l'importance à l'observation des différentes couleurs notamment au niveau du visage. Au-delà de l'aspect de l'éclat du visage qui peut nous donner des indications sur l'état du Shen comme nous l'avons vu précédemment, nous pouvons identifier 5 couleurs qui peuvent manifester une situation de déséquilibre.

- Le rouge : **Une couleur rouge est la manifestation d'une chaleur.**
- Le blanc : Une couleur blanche indique un vide, froid, et perte de sang.
- Le jaune : **Une couleur jaune indique un vide et de l'humidité.**
- Le bleu-vert : **Une couleur bleu-vert indique la présence de Froid, de douleur, de stase de sang**
- Le noir-gris : Une couleur noire indique un vide de Qi de Rein



Rouge-Cœur, Blanc-Poumon, Jaune-Rate, Vert-Foie, Noir-Rein



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

III Observation de la morphologie et de l'attitude

L'observation de la morphologie et de l'attitude sont les premiers éléments que l'on peut observer lorsque quelqu'un rentre dans votre cabinet. On observe dans un premier temps les caractéristiques morphologiques de la personne. On classe quatre grandes catégories : robuste-faible et gras-maigre. Chacune donne des indications différentes sur l'état du Qi, du Sang, de la constitution, de l'état d'esprit que l'on peut regrouper dans un tableau.

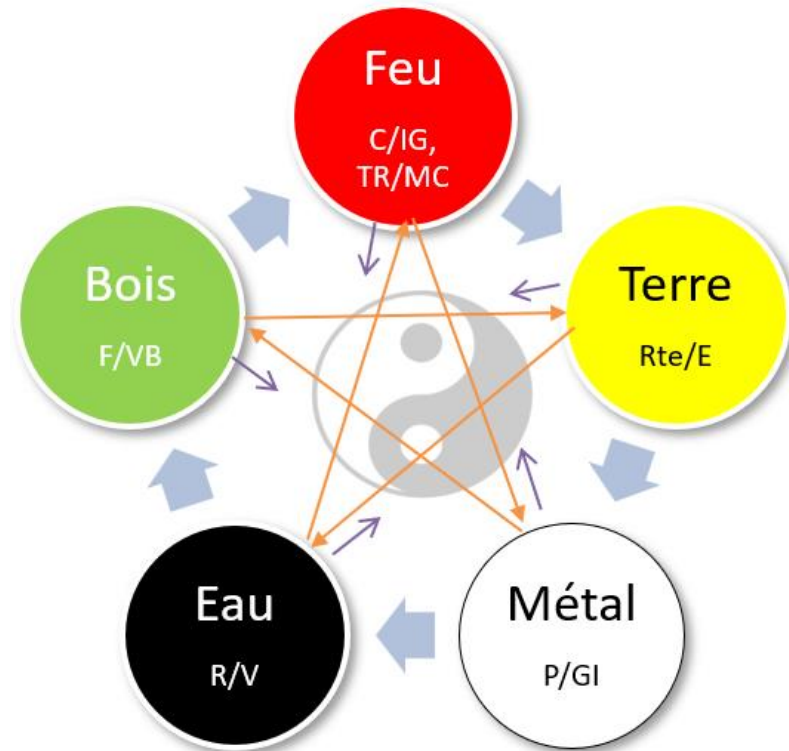
<p>Aspect Robuste</p> <p>Impression de force, poitrine bien développée, les os sont gros et solides, muscles bien développés, le Qi et le sang sont abondants avec bon fonctionnement des Viscères</p> <p>Le Zheng Qi est abondant et il y a une bonne résistance à la maladie</p>	<p>Aspect faible</p> <p>Impression de fragilité, les os sont minces et fragiles, peau sèche, muscles peu développés, la poitrine est étroite, le mouvement est difficile, le Qi et le Sang sont peu abondants et le fonctionnement des Viscères pas optimum</p> <p>Le Zheng Qi est peu abondant Il y a une mauvaise résistance à la maladie</p>
<p>Aspect Maigre</p> <p>Manifeste un vide de Sang, vide de Yin, amaigrissement, le teint est pale, sans éclat, avec faiblesse musculaire cela manifeste un vide de Jing également,</p> <p>Le sujet peut manger beaucoup mais ne grossit pas car il peut y avoir un feu de l'estomac,</p> <p>Le sujet peut avoir un faible appétit avec une baisse du Qi de la Rate</p> <p>Les personnes maigres ont souvent du feu</p>	<p>Aspect Gras</p> <p>Il y a une surcharge pondérale, il peut y avoir un teint pâle, une lassitude, essoufflement.</p> <p>Il y a une faiblesse du Qi, un vide de Yang et une accumulation de Tan Humidité</p> <p>Les personnes avec de l'embonpoint ont souvent des mucosités</p>



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

III Observation de la morphologie et de l'attitude

Dans l'observation de la morphologie et de l'attitude des clients, on peut aussi les classés selon la théorie des 5 éléments. Pour rappel, nous sommes tous constitué des 5 éléments dans des proportions différentes, mais il peut y avoir un élément dominant chez chacun de nous. Et si le praticien arrive à déterminer un élément dominant, il pourra avoir des indications sur les Viscères qui sont susceptibles d'être fragile, les fragilités de saison, etc.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

III Observation de la morphologie et de l'attitude

Les personnes de nature BOIS

- **Caractéristiques du profil Bois** : L'individu bois est, en général, de stature moyenne à grande, les mains et les pieds plutôt petits. Sa musculature est bien développée et visible. Il a une bonne ossature et les épaules plutôt large. Ses yeux sont plutôt grands et expressifs, son regard est décidé. Les personnes bois sont très actives. Elles ont un tempérament travailleur, attentif, consciencieux, soucieux de bien faire, ils aiment l'aventure, soif de découverte, curieux, ils sont courageux, ce sont des faiseurs, ils sont dans la réalisation, la mise en action. Ils réfléchissent beaucoup et peuvent avoir tendance à s'inquiéter, se faire de la bile.
- **Les éléments à surveiller** : Si l'élément bois est perturbé (émotionnellement ou physiquement), il aura tendance à se mettre en colère et à être impulsif. Ce sont des personnes très sensibles. Les organes associés sont le foie et la vésicule biliaire. Par conséquent, les personnes bois souffriront d'avantage de pathologies liées à ces deux organes. L'excès de colère et la frustration sont les deux perturbations émotionnelles majeures et vont affaiblir l'énergie du foie et de la vésicule biliaire. L'élément bois s'ouvre aux yeux. Les profils bois peuvent être sensible au vent





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

III Observation de la morphologie et de l'attitude

Les personnes de nature FEU

- *Caractéristiques du profil Feu* : L'individu feu a une musculature moins marquée que le bois. La forme de sa tête est souvent triangulaire avec un menton pointu. Ses mains sont petites, minces, agiles, les doigts sont effilés. Les muscles du dos, des épaules, et des hanches sont bien développés. Les personnes « feu » sont charismatiques, chaleureuses, expressives et motrices dans un groupe. Elles sont rapides, énergiques, actives. Elles aiment les relations sociales (organe du Cœur). Elles ont une bonne mémoire et peuvent devenir autoritaire malgré leur caractère plutôt influençable. Elles peuvent ne pas mesurer leur investissement si une chose les passionne. Elles sont déterminées. Le teint est plutôt rouge. Elles pensent beaucoup, elles peuvent se mettre en colère, il y a une bonne activité mentale, elles ont un bon sens de l'observation.
- *Les éléments à surveiller* : Si l'élément feu est perturbé son débit de parole aura tendance à augmenter. La personne rougira plus facilement et aura tendance aux changements d'humeur rapides. Les personnes « feu » vont donc souffrir d'avantage de troubles liés au cœur, aux troubles de la circulation sanguine et aux troubles affectifs. Elles sont en général en bon équilibre au printemps et en été mais plus sensibles aux attaques de pervers externe en automne et en hiver de par l'ouverture des pores du au feu.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

III Observation de la morphologie et de l'attitude

L'élément TERRE

- **Caractéristiques du profil Terre** : L'individu terre est en général calme, serein, généreux altruiste, il a un gout pour l'harmonie et la paix. Il est de nature posée et à tendance à éviter le conflit, ils ne sont pas forcément ambitieux. Il cherche à trouver des solutions aux problèmes. Il est donc fiable et stable. Il est très empathique. Il aime prendre son temps et se détendre. La sieste est la bienvenue. Lorsqu'il est en bonne santé, son teint est légèrement jaune. Associée à la rate et à l'estomac, la personne terre va avoir tendance à manger dès qu'un souci se présente avec une préférence pour les sucreries. Il a un visage plutôt rond, une tête relativement grosse, des mâchoires larges. Des épaules et un dos bien développé et bien proportionnés. Un abdomen important, des cuisses et des muscles des mollets forts, Ses mains sont plutôt larges et carrées avec des doigts courts. De ce fait, son corps s'épaissit facilement et se tasse avec l'âge.
- **Les éléments à surveiller** : L'élément terre va être plus sensible à tous les troubles liés à la digestion, au transit et à la nourriture. La terre s'ouvre aux lèvres et à la bouche, l'aspect, la forme et la couleur de celles-ci indiquent l'état énergétique des deux organes associés. Ils auront un bon équilibre vital en automne et en hiver et une tendance au déséquilibre au printemps et en été dû à la perturbation des mouvements ascendants.



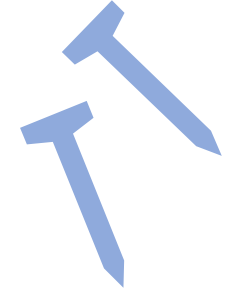
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION



III Observation de la morphologie et de l'attitude

L'élément MÉTAL

- **Caractéristiques du profil Métal :** Les propriétés du métal sont à la fois la malléabilité (le métal peut prendre différentes formes) et la dureté, la rigueur et, par extension, la capacité à trancher, élaguer, restreindre. Il a pour caractéristique de rassembler, collecter, ramener à l'essentiel. L'individu métal est donc décidé, tranchant voire rigide. Lorsqu'il prend la parole, il est clair et précis. Il a besoin de structure, de stabilité. Ses idées sont structurées et vont droit au but. Elles sont honnêtes, droites, méticuleuses, rationnelles, indépendantes et volontaires. Sa silhouette est grande et fine bien qu'elle a tendance à se voûter avec l'âge. Ils ont un teint plutôt pâle, un visage carré. Sa démarche est lente et posée. Le froid le dérange. S'il est en bonne santé, son teint sera blanc sans être pâle.
- **Les éléments à surveiller :** Si l'élément métal est perturbé, il va manquer de tonus, traîner des pieds, être fatigable. Les organes associés sont les poumons et le gros intestin. Par conséquent, une personne métal souffrira davantage de pathologies ORL, de problèmes pulmonaires et respiratoires, de constipation. Cet élément s'ouvre au nez. Un excès de tristesse lèse l'énergie des deux organes associés. Ils auront un bon équilibre vital en automne et en hiver et une tendance au déséquilibre au printemps et en été du à la perturbation des mouvements ascendants



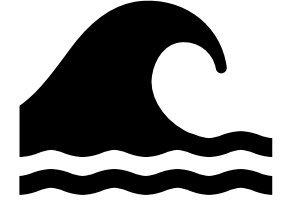
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION



III Observation de la morphologie et de l'attitude

L'élément EAU

- **Caractéristiques du profil Eau** : L'individu eau est intuitif, très relié aux ancêtres et aux croyances ancestrales. Ce sont des personnes loyales, honnêtes, patientes elles pardonnent facilement, on peut leur faire confiance. Elles s'imposent doucement mais sûrement, elles sont donc de bonnes négociatrices. Elles sont aussi frileuses et vont rechercher la chaleur. Le teint est plutôt foncé. La tête est haute, plutôt grosse, le visage et le corps plutôt rond, les épaules étroites et petites, le cou est long, les pommettes saillantes, un abdomen important.
- **Les éléments à surveiller** : Si l'élément eau est perturbé, il va avoir tendance à l'hypersensibilité et à l'introversión. Les organes associés sont les reins et la vessie. Ainsi toutes les pathologies liées à ces deux organes vont être prédominantes. La peur et la terreur sont les deux émotions qui vont le plus toucher et affaiblir l'eau. On pourra donc rencontrer des troubles de la circulation des liquides organiques. Ils auront un bon équilibre vital en automne et en hiver et une tendance au déséquilibre au printemps et en été





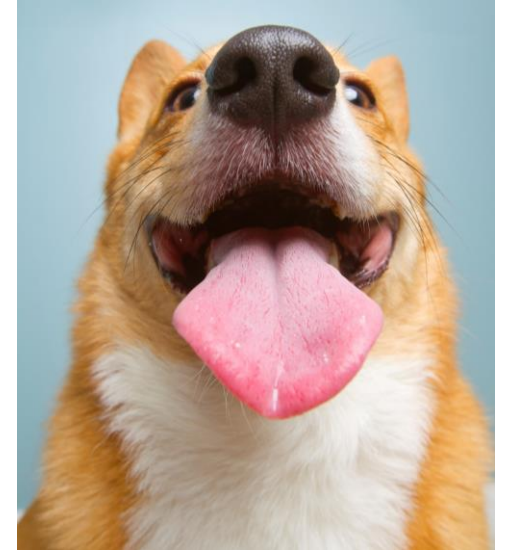
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Pourquoi observer la langue ?

Avec la prise du pouls chinois, l'observation de la langue est la deuxième spécificité du bilan en énergétique chinoise. Sur le principe, observer la langue permet d'observer l'intérieur du corps. La langue est un élément intéressant pour l'observation puisque :

- La langue est très vascularisée et donc nous donne des renseignements sur l'état du Qi et du Sang,
- La langue est en lien avec certains organes qui se manifesteront sur la langue. On dit que la langue est le bourgeon du Cœur. Elle est en relation étroite avec la Rate et l'Estomac de par sa reconnaissance des saveurs,
- La langue est en lien avec les liquides organiques puisqu'elle est hydratée en permanence
- La langue est facile à observer à l'œil nu,
- La langue est un lieu où l'on peut observer la manifestation de la lutte entre le Zheng Qi et le Xie Qi par l'intermédiaire de l'enduit,





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Qu'est-ce que l'on observe sur la langue ?

Lorsque l'on observe la langue, on observe le corps de la langue et son enduit. Lors de cette observation on va distinguer :

- Le corps de la langue, pour lequel on retiendra :
 - o Le Shen de la langue,
 - o La couleur,
 - o La forme,
 - o La mobilité,
 - o Les vaisseaux sanguins du Luo Mai sous la langue.
- L'enduit, dont on notera :
 - o L'épaisseur,
 - o L'hydratation,
 - o La couleur.

Donc, quand on observe, qu'on détaille le corps de la langue, on peut connaître la fonction physiologique des Organes/Entrailles et la circulation du Qi et du Xue, l'état du Qi vital et du Qi pervers.

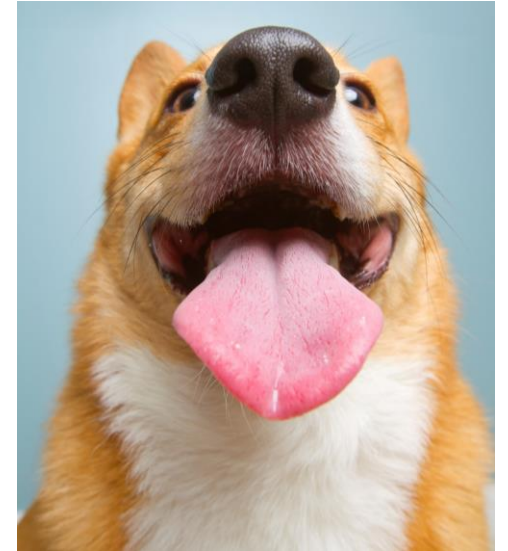
Globalement,

- **Le corps de la langue** reflète les **transformations du sang**
- **L'enduit lingual**, reflète les **transformations de l'énergie de l'organisme** (plus particulièrement l'énergie de l'estomac),

C'est pour cela qu'on dit :

« Dans les perturbations de l'énergie, on observe l'enduit, dans les perturbations du sang, on observe le corps »

« Si les altération de la nature de l'enduit (qui manifeste la lutte entre le Qi de l'estomac et le Xie Qi) se développent et affectent le corps de la langue, c'est le signe d'une aggravation de la perturbation et une pénétration en profondeur du déséquilibre.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

C'est quoi une langue normale ?

La langue normale

- Le corps :
 - De couleur rose,
 - De taille normale,
 - Elle est souple et mobile.
- L'enduit est
 - Mince,
 - Blanc,
 - Bien uniforme sur toute la langue,
 - Pas trop humide,
 - Il adhère parfaitement à la langue.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Quelles sont les bonnes conditions pour observer une langue ?

Pour pouvoir observer correctement la langue, il faut tenir compte de quelques éléments.

- Il faut observer la langue à la lumière naturelle,
- La langue doit être tirée, sans forcer pour ne pas déformer la langue, elle se dépose sur les dents du bas avec le bout de la langue dirigé vers le bas,
- Il faudrait que le sujet ne se soit pas nettoyé la langue avant l'observation, qu'il n'est pas bu de café, de thé, fumé, mangé de curcuma, de betterave, ou tout autre aliment colorant,
- Il faut savoir si le sujet suit un traitement médicamenteux car il peut arriver que cela modifie la coloration (antibiotique par exemple),
- Il ne faut pas faire tirer la langue plus de 5 à 10 secondes au risque de modifier les caractéristiques de la langue. On peut par exemple faire tirer la langue une première fois, prendre le pouls en attendant de la refaire tirer une seconde fois si l'on n'a pas pu terminer son observation.
- Il faut également tenir compte du fait que l'aspect de la langue peut être modifié par la saison et le climat.





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Quelles sont les différentes étapes pour bien observer une langue ?

Observer :

- | | | |
|----------------------------------|---|-----------------------|
| - La couleur, | | |
| - La morphologie, | | |
| - La couleur de l'enduit, | | |
| - Le bout de la langue, | zone du Cœur et du Poumon | Réchauffeur supérieur |
| - Le centre de la langue, | zone de la Rate et de l'Estomac | Réchauffeur moyen |
| - Le bord de la langue | zone du Foie et de la Vésicule Biliaire | Réchauffeur moyen |
| - La racine de la langue | zone du Rein et de la Vessie | Réchauffeur inférieur |
| - L'humidité de la langue | | |
| - Les deux veines sous la langue | | |

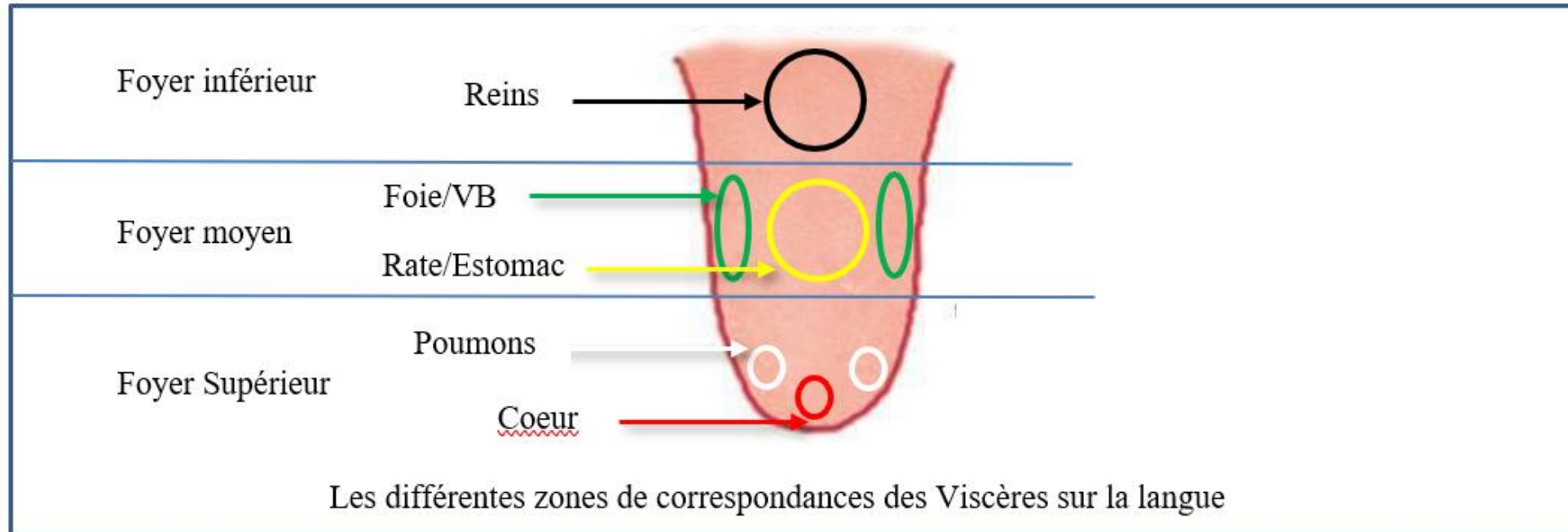




02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Les différentes zones de la langue



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION



IV Observation de la langue

Le Shen de la langue

Il s'agit d'une première observation globale pour voir quelle est la nature de la langue :

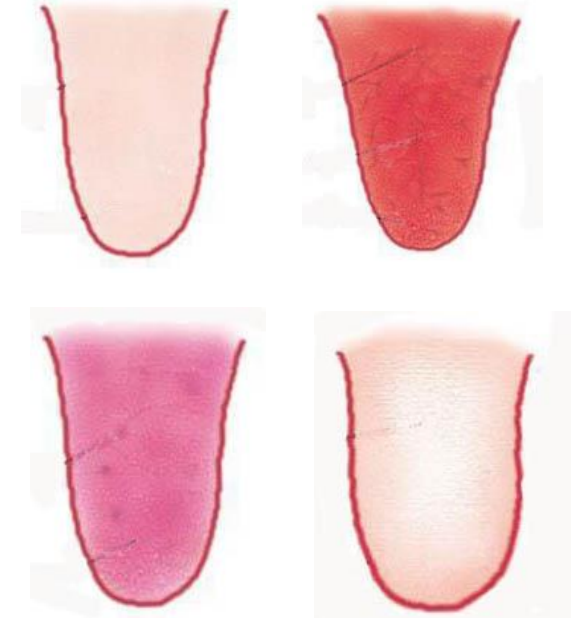
- Le Shen de la langue est présent quand elle est fraîche, humide, brillante avec une texture fine et régulière. Cela manifeste un Zheng Qi et des substances internes abondantes.
- La langue perd son Shen lorsqu'elle est sèche, terne et sombre. Cela manifeste un épuisement du yin et des liquides organiques ainsi qu'une dysharmonie du Qi et du sang et donc une faiblesse de Zheng Qi.

La couleur de la langue

Il existe des variations de couleur du corps de la langue qu'il ne faut pas confondre avec les variations de couleur de l'enduit. Le corps de la langue peut présenter plusieurs couleurs différentes. En effet, en cas de chaleur plénitude sur la zone du cœur, on va trouver une couleur rouge et peut être une couleur normale rose sur le reste de la langue.

Les différentes couleurs qui manifestent un déséquilibre sont :

- **La couleur BLANCHE** : La langue n'est pas réchauffée ni nourrie ; on retrouve ce signe dans :
 - Les syndromes de froid, dus à une déficience du Yang,
 - Les syndromes de déficience du sang
- **La couleur ROUGE** : La langue reçoit un excès de chaleur lors :
 - D'un syndrome de plénitude chaleur interne
 - D'un syndrome de Vide chaleur interne (par insuffisance de yin)
- **La couleur VIOLACÉE** : C'est déjà une situation assez grave, le violacé est une couleur complexe : c'est un mélange de rouge et de bleu dont la proportion peut varier. On peut avoir des signes de chaleur ou de froid.





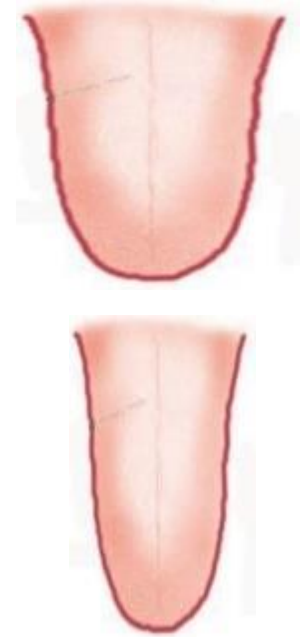
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

La forme de la langue

Il existe de nombreuses variations pour la forme de la langue en terme de grosseur, d'épaisseur, mais aussi de particularités comme la présence de crevasses. Voici quelques-unes des principales caractéristiques que l'on peut trouver au niveau de la forme des langues et leurs significations.

- **Une grosse langue :**
 - Cela peut être un signe de présence d'humidité
 - Si en même temps elle est rouge avec un enduit jaune et gras, cela correspond à un état de chaleur humidité de la Rate et de l'Estomac, avec rétention de mucosités.
 - Si en même temps elle est pâle, brillante, humide, c'est un signe de vide de Yang de Rate et de Rein,
 - Si en même temps elle est violacée cela peut être un signe d'alcoolisme, de chaleur toxique ou encore la présence d'un toxique.
- **Une langue fine, éfilée :**
 - Si elle est de couleur blanche, cela peut être un signe de vide de Qi et de Sang, ou encore de yang,
 - Peut être à l'origine d'un vide de Yin, de sang et de Liquides organique,
 - Si elle est rouge et sèche, cela peut être un signe de vide de Yin, ou présence d'un feu qui atteint les liquides organiques et le Yin

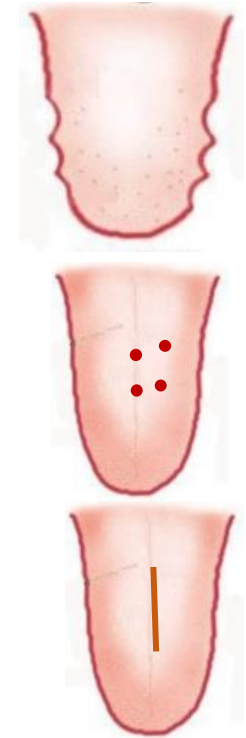




02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

- **Une langue avec des traits sur le côté (édentée) :**
 - C'est une langue sur laquelle on peut observer les traces des dents sur les bords de la langue. Elle indique une déficience de la Rate avec une abondance d'eau et d'humidité interne.
- **Une langue avec des petits points dessus, ou des épines, une langue hérissée :**
 - Ces points sont souvent de couleur rouge, et sont signes de présence de chaleur plénitude. On la rencontre souvent chez les personnes nerveuses, énervés, qui ne dorment pas assez et qui boivent trop d'aliments épicés, acides ou piquants
 - La localisation des pointes rouges peut donner des indications sur les Viscères qui sont atteintes par la chaleur plénitude. Par exemple : Chaleur plénitude sur le cœur quand les points sont sur le bout de la langue.
- **Une langue fissurée :**
 - Si en même temps elle est pâle cela peut être un signe de vide de Sang
 - Si en même temps elle est rouge, avec un enduit jaune épais, cela montre la présence de chaleur qui atteint les liquides organiques
 - Quoiqu'il en soit cela manifeste un vide de yin et des liquides organiques



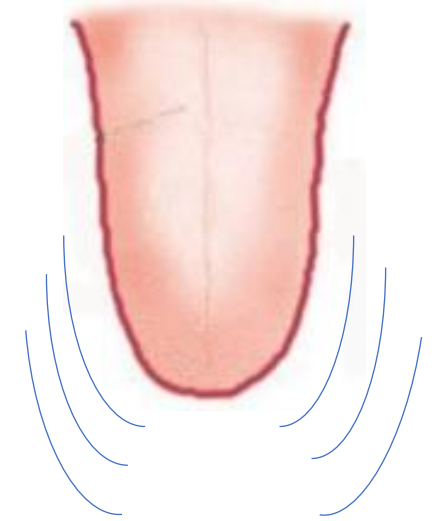


02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

La mobilité de la langue

En plus de la forme de la langue, nous pouvons également observer sa mobilité. Nous rencontrerons trois types de mobilités :

- Une langue qui tremble :
 - Et qu'elle est blanche, cela signifie une déficience de Yang. Ce vide de Yang n'alimente pas les muscles et donc le tremblement est signe de faiblesse.
 - Et que la langue est rouge foncé, cela signifie une déficience de Yin qui peut être à l'origine d'un vent interne.
- Une langue raide
 - Cela peut être un signe de vent interne surtout par syndrome de plénitude
- Une langue déviée
 - Signe de vent interne,





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

Les petits vaisseaux sous la langue

On demande au sujet de poser le bout de sa langue contre les dents du haut au niveau du palais et ainsi de nous faire voir les petits vaisseaux qui apparaissent sous la langue. On observe essentiellement la taille et la couleur de ces vaisseaux. On regarde ces vaisseaux car ils sont plus réactifs aux changements énergétiques. En d'autres termes, en cas de stagnation du Qi ou de stase de sang, la couleur de ces vaisseaux change avant l'apparition de modification sur la langue. On utilise l'observation de ces vaisseaux également pour savoir si nous sommes dans une situation de vide ou de plénitude :

- Nous sommes dans une situation de vide lorsque les vaisseaux sont fins et court, presque invisibles avec une langue pâle,
- Nous sommes dans une situation de plénitude, de stase de sang, lorsque les vaisseaux sont dilatés, pourpres ou violacés, ou qu'ils sont gonflés. On rencontre souvent ce type de vaisseaux dans les pathologies cardio-pulmonaires, hypertension, troubles du cœur.



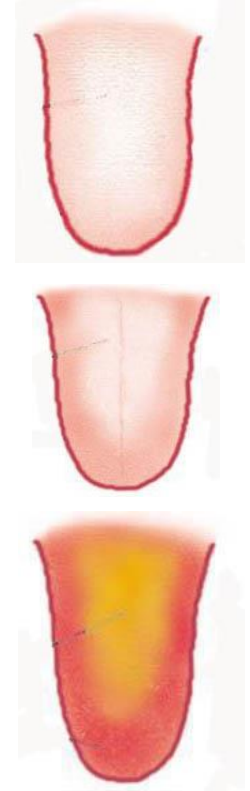
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION



Couleur de l'enduit

Comme pour l'observation de la couleur du corps de la langue, on va observer la couleur de l'enduit qui tapisse le corps de la langue. Sa couleur révèle surtout le niveau de pénétration de l'énergie perverse (superficie Biao ou profondeur Li) ainsi que sa nature (froide ou chaude). Lors d'une atteinte d'origine externe, la couleur de l'enduit passe du blanc au jaune, puis au gris noir, quand la perversité a atteint la profondeur. C'est un peu comme pour les mucosités du nez qui passent du blanc au jaune au fur et à mesure que le pervers pénètre dans la profondeur. Les couleurs que l'on peut rencontrer sont :

- **Enduit blanc** : il signifie Attaque en superficie ou Froid
- **Enduit jaune** : il signifie Attaque interne ou présence de chaleur.
- **Enduit Gris** : il signifie une perturbation interne de froid ou de chaleur
- **Enduit Noir** : il signifie une atteinte de chaleur ou de froid interne





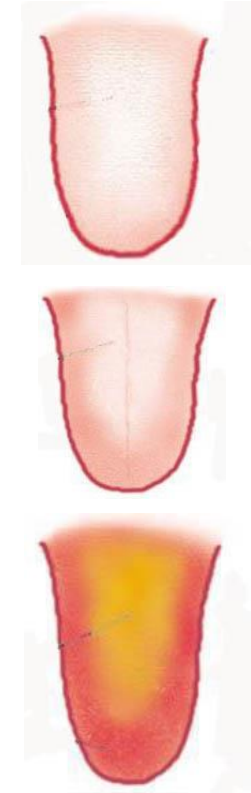
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Épaisseur de l'enduit

Pour rappel :

- Un enduit dit mince, est un enduit qui permet de voir le corps de la langue à travers et trop épais quand on ne peut plus voir le corps de la langue.
- Si les altérations de la nature de l'enduit (qui manifeste la lutte entre le Qi de l'estomac et le Xie Qi) se développent et affectent le corps de la langue, c'est le signe d'une aggravation de la perturbation et une pénétration en profondeur du déséquilibre.
- **Un enduit mince :**
 - o En début d'agression par le pervers. Le pervers est situé en périphérie.
 - o Est le signe qu'il reste du Qi de l'Estomac et que le Qi pervers est faible.
- **Un enduit épais peut-être :**
 - o Le pervers progresse vers l'intérieur, le déséquilibre s'aggrave.
 - o Le signe que l'attaque du Qi pervers est assez forte, et qu'il n'y a plus de Qi de l'Estomac (**syndrome de plénitude de XieQi**),
 - o Le signe d'une accumulation d'aliments,



Évolution de l'épaisseur de l'enduit

Quand on parle d'épaisseur, il faut surtout penser au processus d'évolution.

- Si l'enduit est mince au départ et qu'il devient de plus en plus épais, cela signifie aggravation du pervers.
- Si l'enduit est épais et qu'il devient de plus en plus mince, cela signifie que le Qi pervers disparaît lentement.
- S'il évolue rapidement de mince à épais, cela montre l'attaque violente du pervers.
- Si brusquement il était épais et qu'il disparaît (en une nuit) que la langue devienne lisse et pelée, cela signifie que le Qi pervers a épuisé le Qi de l'Estomac.

L'épaisseur de l'enduit permet donc d'évaluer la puissance de la perversité et d'apprécier l'Etat du sujet et son évolution.



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Hydratation de l'enduit

Normalement, il est correctement hydraté, colle à la langue et la recouvre dans sa totalité. S'il est présent c'est qu'il manifeste une présence des liquides organiques dans l'organisme et de leur bonne circulation. Il y a plusieurs variations de l'hydratation de l'enduit :

- **L'enduit est lisse** : cela signifie qu'il est trop humide, il y a trouble du métabolisme des LO. Cela montre un état pathologique de Vide de Yang. Stagnation d'eau et d'humidité interne,
- **L'enduit est sec** on peut distinguer 2 cas :
 - o Soit il y a insuffisance de production des LO, soit une chaleur excessive blesse les LO
 - o Soit un vide de yang entraîne une transformation Qi Hua anormale, et les LO ne peuvent plus monter pour humecter la partie supérieure.
- **L'enduit gras et épais** se voit beaucoup en clinique. Il signe :
 - o Accumulation d'humidité, accumulation de Tan,
 - o Accumulation d'aliments.
- **L'enduit pelé** : c'est un enduit qui manque par endroit sur la langue. On doit alors déterminer l'importance du phénomène :
 - o Pelé sur une petite surface 7 signe la gravité d'un Vide de Yin ou de yang de l'Estomac
 - o Pelé sur une grande surface.
- **L'enduit trouble** : ressemble à des restes de fromage caillé qu'on peut enlever en grattant : il s'agit de substances troubles et accumulées au niveau de l'Estomac



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

IV Observation de la langue

Pour Résumer : Quelles sont les informations importantes que nous obtiendrons par l'observation de la langue ?

1. L'observation nous permettra d'évaluer la plénitude ou du vide de l'énergie correcte (Zheng Qi), et l'évaluation de la plénitude ou du vide du Qi Xue des organes et des entrailles (Zang Fu).
 - **Langue rouge**, humide : Qi Xue prospère.
 - **Langue pâle** : Qi Xue faible.
 - **Enduit mince, blanc, humide** : Qi de l'Estomac prospère.
 - **Langue brillante, sans enduit** : Qi de l'Estomac faible, blessure du Yin de l'Estomac.
2. L'observation nous permettra d'identifier le caractère superficiel ou profond du déséquilibre.
 - **Enduit mince** : déséquilibre débutant ou localisation superficielle.
 - **Enduit épais** : déséquilibre assez ancien ou localisation profonde.
3. L'observation permettra de déterminer de la nature de l'énergie perverse.
 - **Enduit blanc** : froid, humidité, vent.
 - **Enduit jaune** : chaleur.
 - **Enduit gras**, vaseux : stase de nourriture, « Mucosités troubles ».
 - **Plaques violettes** : « stase de sang ».



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

V Observation des lèvres

Les lèvres sont la manifestation de l'état du Qi de l'Estomac, du Qi et du Sang. La couleur normale des lèvres est légèrement rouge, rose et elles sont humides.

- Lorsque les lèvres sont blanchâtres, il y a présence de vide de sang qui ne parvient pas à s'élever et à nourrir les lèvres ou en cas d'hémorragie et d'anémie.
- Des lèvres roses et légèrement pâle : syndrome de froid, de vide de sang ou vide de Qi et de sang,
- Des lèvres rouge foncé et écarlate : plénitude de chaleur,
- Des lèvres rouge foncé et sèches : chaleur à lésé les Liquides organiques
- Des lèvres rouge foncé et gonflés : chaleur plénitude
- Des lèvres mauves, pâles : froid plénitude
- Des lèvres violacées : stase de sang ou stagnation du qi et stase de sang





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

VI Observation des excrétiions

Certains des éléments suivants ne sont pas forcément observables directement par le praticien mais il posera dans son interrogatoire des questions sur ces éléments observables par le client.

On observe pour chacun des éléments suivants, la couleur, la consistance et la quantité

- Les écoulements du nez :

Le nez est l'orifice du Poumon :

- un écoulement fluide et clair signifie un vent-froid
- un écoulement trouble et jaune : signifie un vent-chaueur
- un écoulement jaune, épais et nauséabond (sinusite) signifie la présence de chaleur

- La transpiration

En énergétique chinoise, les liquides organiques sont maintenus dans l'organisme grâce au Poumon et ils sont liés au sang et au Qi.

- Une transpiration spontanée, avec des signes de crainte du froid, fatigue physique et psychique indique un vide de yang
- Des transpirations nocturnes indiquent un vide de yin
- Une transpiration abondante
 - o Avec respiration rapide, membres froids, fatigue et pouls fin, indique un syndrome de vide ou le yang s'échappe
 - o Avec de la fièvre, de la soif et un pouls grand, indique un syndrome de plénitude
- Frissons et transpiration en alternance indique une lutte entre le Zheng Qi et Xie Qi

Les transpirations peuvent se localiser sur différentes parties du corps et donner des informations différentes :

- Une transpiration au niveau de la tête et du visage :
 - o Avec le teint rouge, soif, langue rouge et enduit jaune indique un signe de chaleur sur le réchauffeur supérieur
 - o Avec tête lourde ou corps lourd, oppression, enduit gras indique une chaleur humidité sur le réchauffeur moyen
- Une transpiration sur les mains, les pieds et la région du cœur on parle de chaleur sur les cinq cœur et il s'agit d'humidité chaleur ou vide de Yin





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

VI Observation des excrétiions

- Les expectorations

Les crachats du poumon vont également nous donner des indications précieuses :

- Glaires blanches et fluides sont des signes de froid,
- Des mucosités jaunes ou blanches et épaisses sont signe de chaleur,
- Des mucosités peu abondantes, collantes et difficiles à expectorer sont signe de mucosités sèches.
- Des mucosités blanches faciles à expectorer, abondante sont le signe de mucosité humidité
- Expectorer du sang signe une accumulation grave de chaleur au niveau du Poumon,



- Les Vomissements

Ce n'est pas une partie très ragoutante mais bon lorsque cela nous arrive nous sommes aux premières loges pour observer la nature de ces sécrétions :

- Vomir de la salive ou des glaires claires et fluides témoigne d'un Yin du Froid (Han Yin).
- Si les vomissements contiennent de la nourriture, sans odeur ni acidité, cela correspond à un Qi de l'Estomac Vide et Froid.
- Des vomissements jaunes et amers indiquent de la Chaleur dans le Foie et la Rate, l'Estomac n'assurant plus sa fonction d'harmonie et de descente.
- Des vomissements sales, troubles, acides et nauséabonds, sont causés par la Chaleur de l'Estomac ou par une indigestion (Shi Ji).
- Des vomissements de sang rouge frais ou rouge sombre, contenant de la nourriture digérée, sont dus au Feu du Foie qui attaque l'Estomac, ou à des caillots de sang qui s'arrêtent dans la circulation sanguine.



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION



VI Observation des excrétiens

- Les Selles

Il y a encore quelques décennies, c'était tout à fait normal de regarder ses selles, et on voit bien que les selles sont sujettes à variation en fonction de notre alimentation, de notre état de santé, de notre niveau d'hydratation, etc. Globalement, on observe la forme des selles et leurs odeurs :

- Des selles pâteuses, désagrégées, jaune foncé, visqueuses, correspondent généralement à de la Chaleur- Humidité dans les Intestins.
- Des selles collantes contenant du sang purulent correspondent à de la dysenterie. Si elles sont plutôt blanches c'est un déséquilibre qui est dans la couche du Qi, si elles sont plutôt rouges, c'est que la maladie est dans la couche du Sang.
- Une alternance entre diarrhée et constipation avec spasmes abdominaux sont le signe d'une dysharmonie entre le Foie et la Rate.
- Constipation avec teint pâle, pouls profond et lent, soulagé par les boissons chaudes est le signe d'accumulation de Froid à l'interne,
- Constipation avec selles sèches, langue rouge, sans enduit, pouls rapide et fin est le signe de vide de yin et de liquides organiques du gros intestin.
- Constipation chez les personnes âgées qui peut être chronique due à un vide de Qi et de Yin
- Diarrhée : Des selles liquides comme de l'eau, comportant des aliments non digérés correspondent à du Froid- Humidité.
- Diarrhée : Selles augmentées, molles signent un vide de Qi de la Rate,
- Diarrhée : selles plutôt liquides et matinales signent un vide de Yang de la Rate et du Rein
- Diarrhée : selles jaunes odorantes avec sensation de brûlure de l'anus signe la présence de chaleur humidité sur le gros intestin,





02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

VI Observation des excrétiens

- Les Urines

Les urines comme les selles vont nous varier en fonction de notre alimentation, de notre hydratation, de la prise de médicaments, etc. On va tenir compte de la fréquence des urines, de la couleur, de la quantité et des odeurs :

- Une **polyurie (augmentation du volume)** :
 - o Avec urines claires et frilosité correspond à du vide de yang ou **Froid-Vide**,
 - o Avec soif et amaigrissement correspond à un vide de Yin du rein,
- Une **oligurie** (réduction des urines) :
 - o Avec urines rougeâtre correspond à de la **Chaleur plénitude**
 - o Avec des œdèmes en surface correspond à une perturbation du poumon, de la rate et/ou du Rein.
- Pollakiurie (mictions fréquentes)
 - o Avec urines rougeâtres, besoin urgent d'uriner mais urines peu abondantes correspond à une stagnation de chaleur/humidité sur le réchauffeur inférieur,
 - o Urines claires, mictions impérieuses urines en gouttes à gouttes, correspond à une faiblesse du Qi des Rein,
 - o Mictions fréquentes la nuit avec des urines claires et abondantes, correspond à un vide de Yang de Rein
- Une urine trouble appartient :
 - o Soit à de l'**Humidité** impure **concentrée en bas**,
 - o Soit au **Qi de la Rate et du Rein en Vide**.
- **Hématurie** ou Lin de Sang (Xue Lin). Le mot Lin est un terme générique pour désigner une catégorie de maladies caractérisées par un *rétrécissement ou une obstruction des voies urinaires*.
- La présence de **sédiments dans l'urine** correspond à un **Lin de pierre** (Shi Lin).
- Des **urines avec dépôts gras** constituent un **Lin de graisse**.
- Dysurie (difficulté à uriner) :
 - o Avec sensation de brûlure et urine qui s'écoule mal correspond à la présence de chaleur humidité sur la vessie
 - o Avec douleur à la miction correspond à un vide de Qi du Rein



02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION

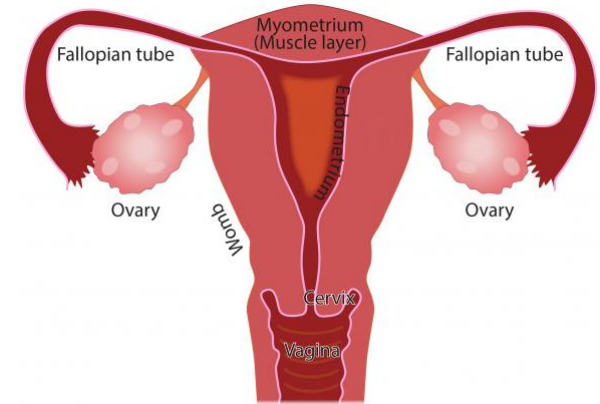


VI Observation des excrétiens

- Les menstruations

Comme nous l'avons vu dans le chapitre sur les Viscères et les méridiens, nous avons le Foie, la Rate, le Rein, le Vaisseaux conception et le Chrong Mai qui interviennent dans les cycles. On pourra donc indirectement avoir des informations sur ces éléments en observant le rythme des cycles, l'abondance des sécrétions et les autres signes associés aux cycles.

- Observation du rythme des cycles
 - En avance
 - Abondantes, rouge vif correspond à une chaleur du Sang
 - Abondante et le sang pâle, correspond à un vide de Qi
 - En retard :
 - Peu abondantes avec du sang pâle, correspond à un vide de Sang
 - Peu abondantes et sang pourpre, correspond à une accumulation de froid qui ralentit la circulation du sang,
 - Avec obésité et pouls glissant correspond à une accumulation de mucosités
 - Avec oppression thoracique, douleur des flancs et irritabilité correspond à une stagnation du Qi du Foie
 - Cycle anarchique
 - Peu abondants, sang pourpre avec des caillots, distensions douloureuses correspond à une stagnation du Qi
 - Abondantes ou peu abondantes en avance ou en retard, correspond à un vide de Qi de Rate et Rein. Dysharmonie de Ren Mai et Du Mai.



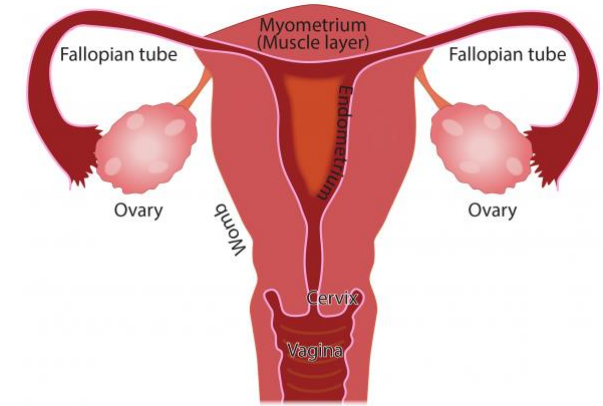
02 LE TEMPS DE L'OBSERVATION



VI Observation des excrétiens

- Les menstruations

- Quantité des sécrétions
 - Aménorrhée ponctuelle
 - Avec oppression, douleur du bas ventre, des flancs et de la poitrine correspond à une stagnation du Qi du Foie
 - Avec règles douloureuses habituellement, sang pourpre et présence de caillots correspond à une stagnation du Sang
 - Aménorrhée chronique
 - Avec réduction progressive de la durée et du volume correspond à un vide de Jing rénal,
 - Avec fatigue, sang pâle et peu abondant correspond à un vide de Qi et de Sang
 - Ménorragie
 - Abondantes avec sang rouge vif correspond à une chaleur sur le sang
 - Abondantes, sang pâle, souvent en avance correspond à un vide de Rate, atteinte de Chong mai et ren mai
- Douleurs associées aux cycles :
 - Douleurs améliorées avec l'apparition des règles correspond à un syndrome de plénitude, stagnation du Qi et du Sang
 - Douleur pendant ou après les règles correspond à un syndrome de vide, vide du Rein ou insuffisance du sang
 - Douleur du bas ventre avec sensation de froid correspond à une accumulation du froid
- Autres sécrétions hors menstruations
 - Présence de leucorrhées abondantes
 - Blanchâtre, fluide et sans odeur signe la présence de froid/humidité et vide de Rate
 - Jaunâtre, épaisses, collantes, odeur forte signe la présence de chaleur humidité
 - Peu abondantes, rougeâtre, rosé avec odeur désagréable, signe une stagnation du Qi du Foie





03 LE TEMPS DE L'INTERROGATOIRE

Comme nous l'avons vu précédemment, il y a des renseignements liés à l'observation que nous obtiendrons en posant des questions au client qui vient nous voir. Le temps de l'interrogatoire est un temps important dans la réalisation d'un bilan énergétique.

Il va nous permettre d'obtenir des informations globales sur l'état énergétique de l'individu en balayant de nombreux thèmes que nous allons voir ci-après, comme les antécédents médicaux, l'identification de la problématique, et la chanson des 10 interrogations.

L'interrogation se fait en même temps que l'observation, l'audition, l'olfaction, la palpation. Quand on avance dans notre analyse de la situation énergétique de l'individu, on émet des hypothèses sur l'explication de l'origine de sa plainte, il faudra par l'interrogation, vérifier si nos hypothèses sont les bonnes.

On utilise donc l'interrogation :

- A la fois pour recueillir de l'information générale,
- A la fois pour confirmer ou infirmer une hypothèse.





03 LE TEMPS DE L'INTERROGATOIRE

Les principaux sujets d'interrogation :

- Connaitre l'histoire du problème :
 - Facteurs déclenchants,
 - Antécédents,
 - Evolution du problème,
- Les différentes manifestations associées au problème,
- Informations générales :
 - Histoire de famille,
 - Héritéité,
 - Antécédents,
- La chanson des 10 interrogations :
 - Froid et chaleur,
 - Transpiration,
 - Tête et corps,
 - Selles et urines,
 - Aliments,
 - Thorax et abdomen,
 - Surdité,
 - Soif,
 - Anciennes maladies,
 - Cause des maladies,





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

Traditionnellement, lorsque l'on parle de palpation en Energétique chinoise, on pense à la prise du Pouls radial Chinois qui est avec l'observation de la langue, une particularité du bilan Energétique chinoise. Cependant, la palpation peut se faire sur différentes zones. On peut palper la peau, les muscles, les méridiens, les points d'acupressures, des zones spécifiques comme le ventre, des zones réflexes (zones de projections, zones réflexes de l'oreille, etc.) ou le dos, et bien sûr le pouls

On peut identifier la température locale d'une zone (Chaleur ou Froid), la dureté ou la mollesse (vide ou plénitude), les douleurs à la pression (améliorer à la pression=vide et aggravation à la pression=plénitude), les boules (Pi) les masses et les autres modifications anormales,



- Température de la peau

Selon l'importance de la **température de la peau et sa profondeur**, on détermine si le déséquilibre est **Flottante= ou profonde**, causée par un **état de Vide ou de Plénitude**.

D'une façon générale :

- Quand le **Xie Chaleur est florissant**, le **corps est chaud**.
- Quand le **Yang Qi est déclinant**, le **corps est froid**.
- Lorsqu'à la palpation le **corps paraît très chaud**, mais que cette sensation de chaleur diminue ensuite, la **chaleur est en surface**.
- En revanche, si la **chaleur est plus forte après un moment qu'au début**, c'est qu'elle est **interne et qu'elle diffuse de l'intérieur vers l'extérieur**.



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Sécheresse et humidité de la peau

Un **toucher léger** renseigne sur l'**humidification de la peau** et permet de percevoir si le sujet **transpire ou non**, et si les **liquides Jin** ne sont **pas amoindris**.

- **La peau est humide** lorsque les **Jin Ye** ne sont pas lésés.
- **La peau est sèche** (ou les ongles cassants) lorsque les **Jin Ye** sont amoindris ou que le sang est desséché.

- Palpation des mains et des pieds

La palpation des mains et des pieds permet essentiellement **d'apprécier la température**, et à partir de la température de **déterminer l'état de force ou de faiblesse du Yang Qi**.

- Quand les **mains et les pieds sont froids**, le **Yang est Vide**, le **Froid** est en excès.
- Quand les **mains et les pieds sont chauds**, le **Yang** est en excès, la **Chaleur** est brûlante.





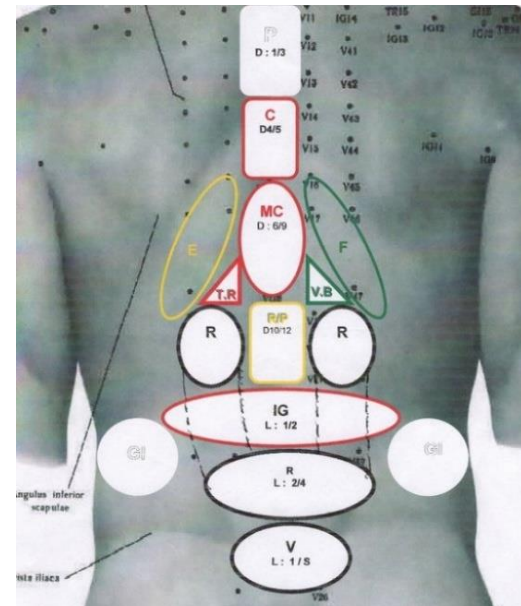
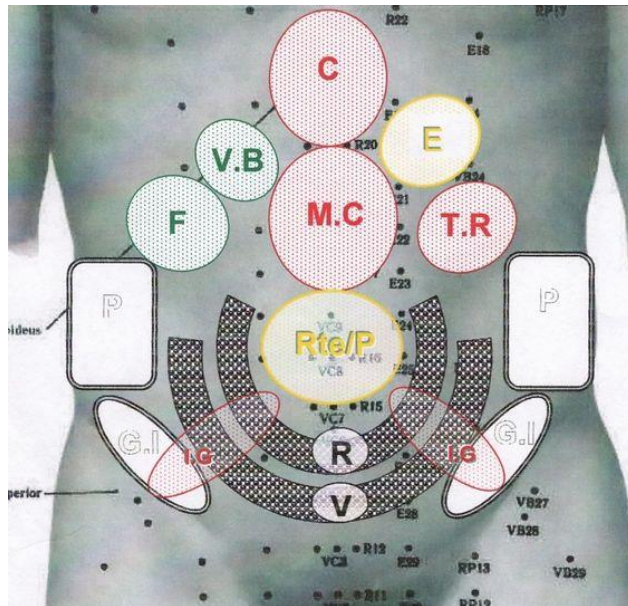
04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du ventre

Le praticien palpe l'abdomen, ce qui lui permet de noter les zones de blocage. Il palpe un par un les organes pour noter leur souplesse, leur dimension, les éventuelles adhérences, tensions, masses, etc. Par exemple :

- Un **ventre douloureux, soulagé par la pression**, signifie du **Vide**. S'il **résiste à la pression** cela témoigne de la **Plénitude**.
- Une tensions sur Un **ventre gonflé et plein, tendu** comme un tambour, peut être associé à la présence d'excès de vent dans le ventre (gaz).

Il existe des bilans qui sont fait par la palpation notamment dans la pratique du Shiatsu. C'est ce que l'on nomme Ampuku. Il y a une correspondance entre les différentes zones du ventre et l'état énergétique de chaque organe. On retrouve ces correspondances également au niveau dorsal. A titre informatif, voici la planche des correspondances de l'abdomen et du dos.





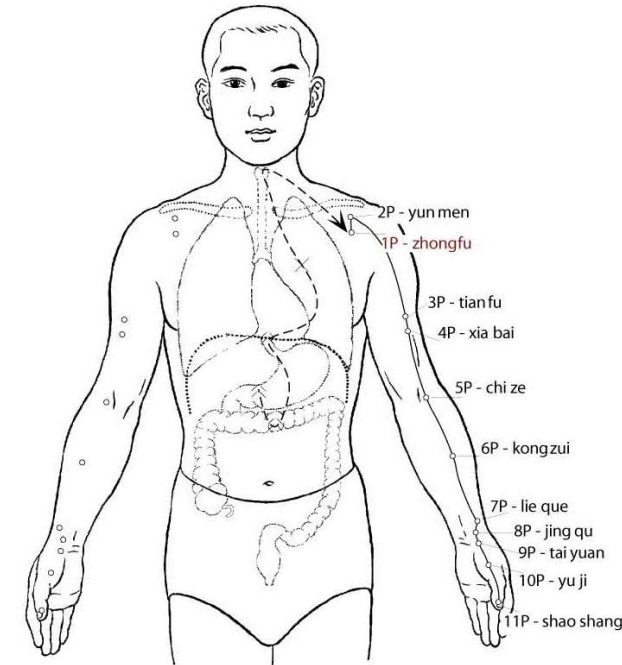
04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation des MERIDIENS

L'idée de la palpation des méridiens est d'identifier toute modification de température, de texture, de dureté sur l'ensemble des trajets des méridiens principaux. Pour rappel, une bonne circulation du Qi dans les méridiens permet une bonne alimentation des organes correspondants.

Il peut être possible de ne faire la palpation que d'un méridien. Si l'on a identifié dans le reste du bilan que tel ou tel organe est en situation de déséquilibre on va essayer de voir s'il y a effectivement des signes sur ce trajet de méridiens qui manifeste le déséquilibre de l'organe.

L'avantage du travail de palpation des méridiens c'est que l'on peut tout de suite corriger un déséquilibre par la pratique de technique de Tui na, de Shiatsu, de stretching ou de Qi Gong.





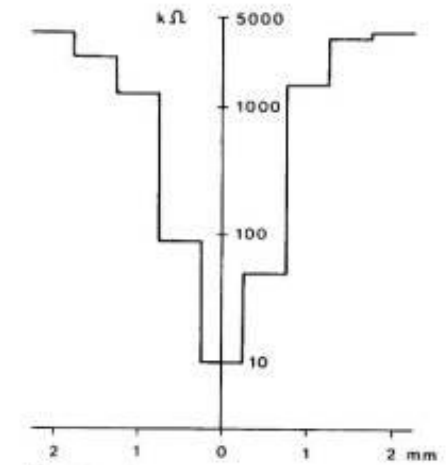
04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation des points d'acupuncture

Comme nous l'avons vu lorsque nous avons abordé les méridiens et les points d'acupuncture, les points sont appelés des puits énergétiques qui ont une moindre résistance électrique à la circulation de l'électricité. Ce sont des points sur la peau où l'on peut avoir accès au Qi et au Sang des méridiens. Chacun des points d'acupuncture ou de digipression a des fonctions particulières.

En raison de leurs liens avec les méridiens, ils peuvent donc nous donner des indications sur les modifications physiologiques des organes internes, d'où l'intérêt de leur palpation. Les principaux points utilisés pour faire un bilan par palpation sont les points Shu et les points Mu. Ce sont des points de réunions qui vont donner des informations sur l'état énergétique de chaque organe. Par exemple :

- Pour le bilan du Poumon, on palpera le point 13 V (Fei Shu) et le point 1 P (Zhong Fu) où l'on pourra sentir un gonflement, une douleur, un vide à la pression
- Pour le bilan du Foie, on palpera les points 18 V (Gan Shu) et 14 F (Qi Men).





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

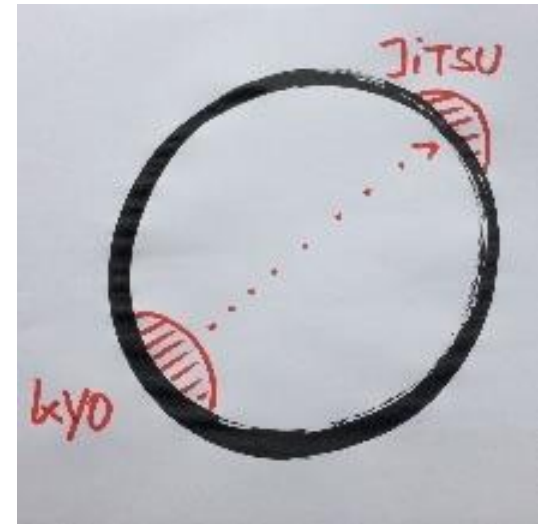
- Palpation des points d'acupuncture

Notion de point Kyo (Vide) et Jitsu (plénitude)

On peut introduire une notion qui est importante dans la pratique du Shiatsu, qui est la notion de Kyo (vide) et Jitsu (plénitude) :

- **Les points KYO**, c'est lorsque l'on effectue une pression sur un point kyo, le pouce descend très facilement, la zone est très tendre, molle, voire relâchée, puis le pouce est arrêté par un plan très dur. La zone pressée peut être, d'emblée, dure en surface, si la personne est très mince, mais cette fermeté se caractérise par une sensation d'inertie, le point est sans vie. Si les points kyo engendrent de la douleur, elle est ressentie par le receveur comme étant très bénéfique et soulageant. C'est une douleur plutôt sourde profonde, qui se manifeste au moment où le pouce a déjà gagné une certaine profondeur, car le point est insensible en surface, par manque de ki. En général, la douleur est atténuée, ou disparaît, après les trois passages le long du méridien concerné.

Le travail des points kyo : Le travail des points kyo se caractérise par une **pression dite en tonification**. Cette pression s'effectue par une descente du pouce très progressive et lente, dans l'expir, au moins celui du donneur. Il faut demeurer au fond du point quelques secondes, en sollicitant le Qi et en attendant sa réaction. Plusieurs pressions de même qualité peuvent être proposées, jusqu'à la remise en mouvement du Qi.





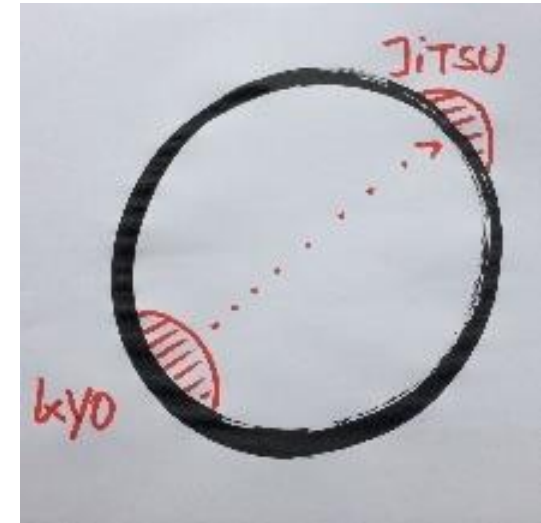
04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation des points d'acupuncture

Notion de point Kyo (Vide) et Jitsu (plénitude)

- **Les points Jitsu** : Sur un point jitsu, le pouce est tout de suite en contact avec une résistance, le point est immédiatement dur au toucher. Il y a, dans ce point, un excès de Qi, marqué par une concentration, une densification du Qi et des tissus corporels. Le point se présente parfois bombé à la surface de l'épiderme, ou bien le pouce peut se trouver en présence d'une corde. La douleur ressentie à la pression est très variable en intensité mais à plutôt un caractère aigu, donc immédiate. Parfois le point est insensible, lorsque la tension est extrême. La pression sur une partie jitsu, à la différence de son action sur un point kyo, a tendance à aviver la douleur, il faut donc arriver à doser l'intensité du traitement.

Le travail des points jitsu : La pression sur les points jitsu est dite en **dispersion ou sédation**. L'énergie en ce point ou cette zone est concentrée, densifiée, il s'agit de lui redonner sa mobilité en la désincrutant. la pression doit induire une vibration capable de déstructurer le nodule. Le pouce, sur un point jitsu, n'est pas en contact direct avec le Qi du méridien mais en prise avec une contracture musculaire dont il convient de désolidariser les composants. La pression sera donc plus forte et rapide que pour un point kyo. La pression peut paraître agressive pour le receveur. Chaque point jitsu n'a pas besoin d'être forcément dénoué lors de la séance.





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation des points d'acupuncture

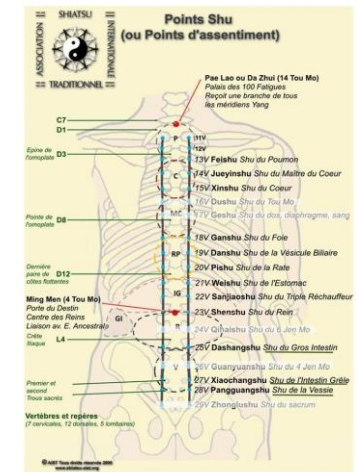
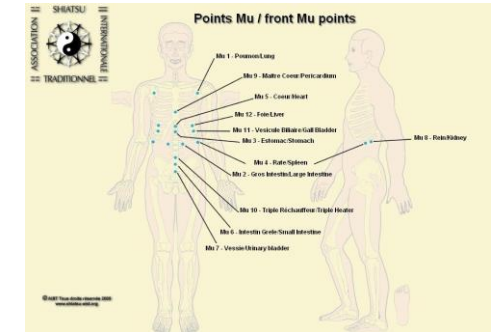
- Palpation des points MU (points de concentration)

Ces points d'acupuncture sont situés sur la poitrine et l'abdomen et près des organes ou entrailles sur lesquels ils agissent. Ils représentent le lieu de la concentration énergétique des viscères et ont un pour rôle de maintenir l'équilibre entre le Yin et Yang des organes thoraciques et abdominaux. Lorsqu'un organe est troublé, il peut apparaître au point Mu correspondant une hypersensibilité à la pression. Il faut tester un par un les points Mu. Pour ce faire le praticien appuie sur chaque point, le palpe et pince la peau à son niveau par un mouvement de Nie Fa palper rouler. Il évalue ainsi la souplesse des tissus et demande au client s'il y a de la douleur ou pas.

- Palpation des points Shu

Ces points d'acupuncture sont des points du méridien de la vessie situés sur le dos, à 1,5 cun de la ligne médiane postérieure (Du Mai). Chacun de ces points agit sur un organe Zang ou un viscère creux Fu. Tout comme les points Mu, quand un organe est troublé, il peut apparaître au point Shu correspondant une hypersensibilité à la pression. Ces points sont particulièrement efficaces pour les organes, et sont particulièrement indiqués en cas de grande fatigue ou symptômes chroniques de tension nerveuse, stress, anxiété.

Ils tendent toutefois à indiquer soit des déséquilibres à long terme, soit des affections aiguës des organes internes, plus que des variations énergétiques temporaires que l'on peut constater au cours du diagnostic du hara. Habituellement, c'est la douleur des points de palpation qui est le signe de déséquilibre.





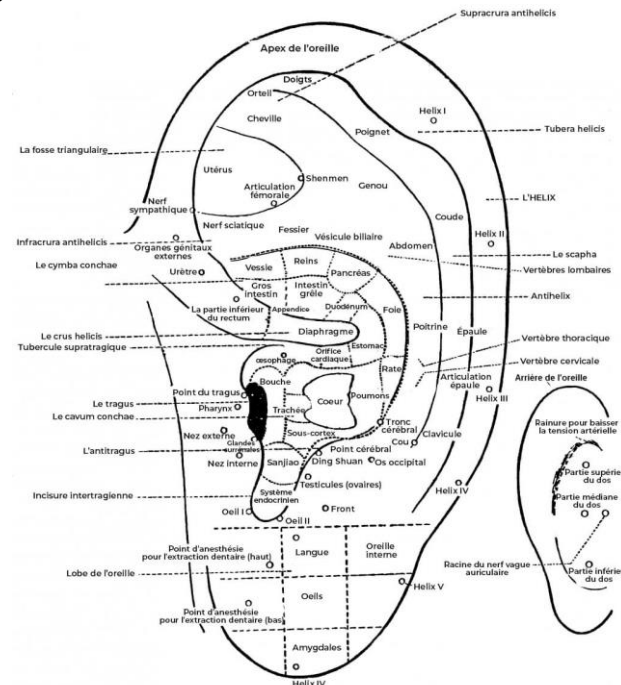
04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation des zones auriculaires

Toujours dans la partie palpation, il est également possible d'effectuer la palpation des différentes zones réflexes auriculaires pour déterminer s'il y a manifestation d'un déséquilibre. Pour ce faire, nous utilisons souvent des stylets de réflexologie auriculaire.

Lorsqu'une Viscère, une zone du corps est déséquilibré, il y a une manifestation de douleur sur la zone réflexe auriculaire ou une modification de la coloration de la zone.

Comme pour la palpation des méridiens, des points Shu et Mu, les points sur les zones réflexes auriculaires servent à la fois pour faire le bilan et pour réaliser l'harmonisation en direct. Une zone douloureuse au niveau de l'oreille va être stimulée en direct avec le stylet, ou en apposant une graine qui va rester quelques jours sur l'oreille avec un sparadrap pour la maintenir. On demandera au sujet de se stimuler plusieurs fois par jour la graine.





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation des zones de projection organiques

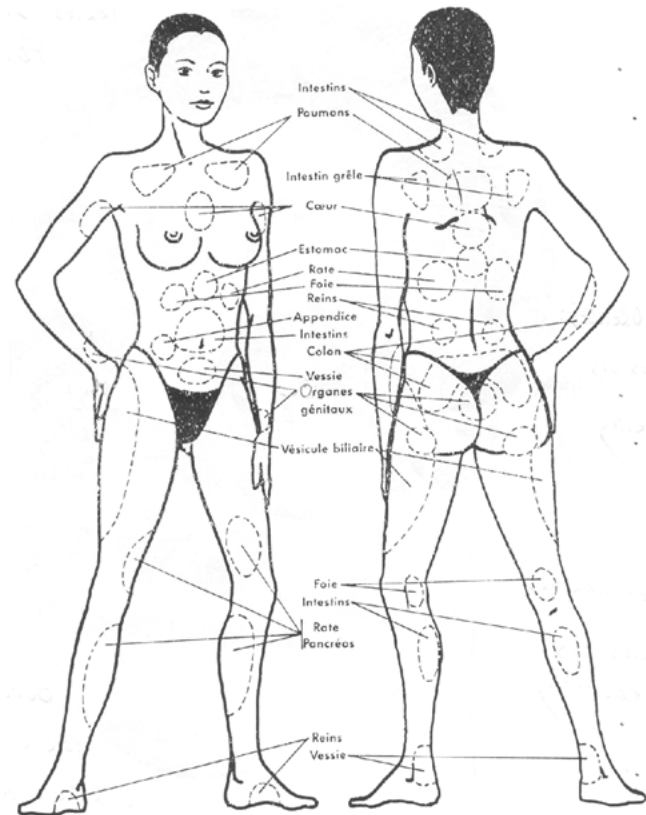
Les zones cutanées (*PiBu*) qui font parties du système-méridien sont les plus superficielles. Ce sont des zones qui peuvent manifester l'état du méridien principal de par la sensibilité, la couleur, le tonus de la zone. On retrouve ce principe de zones projetées, zones réflexes dans différentes disciplines comme la réflexologie plantaire, palmaire, etc. Mais dans l'énergétique chinoise, nous allons surtout travailler sur les zones de projections organiques cutanées du corps, du visage et des oreilles.

Zones de projection organiques cutanées sur le corps

Tous les organes se projettent sur les faces antérieures et postérieures du corps :

Travailler ces dernières permet de régulariser le fonctionnement des organes/entrailles au travers des méridiens avec lesquels ils sont reliés.

Les organes sont pris ici au sens de la médecine chinoise (système énergétique) et non au sens anatomo-physiologique





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

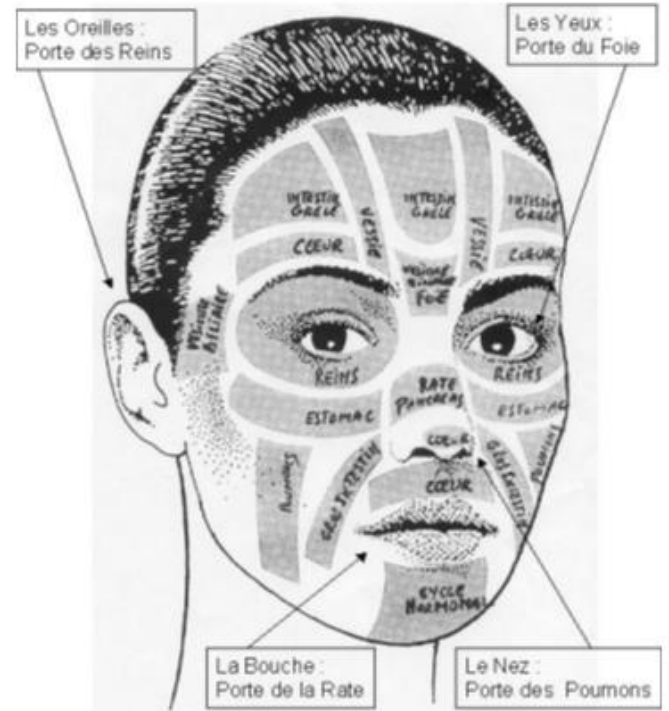
- Palpation des zones de projection organiques

Projection des zones organiques sur le visage

Sur la tête et le visage se projettent des zones correspondant aux organes et entrailles.

En massant ces zones, on agit également sur l'équilibre énergétique de ces organes.

Les organes sont pris ici au sens de la médecine chinoise (système énergétique) et non au sens anatomo-physiologique





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois

La prise du pouls chinois a une place particulière dans les techniques de bilan énergétique. Il ne s'agit pas de se cantonner à la prise de pouls pour calculer le rythme cardiaque comme on pourrait le faire en occident, mais d'un outil de bilan très complexe. Le pouls chinois est pris sur les deux mains, on utilise trois doigts, il y a des pressions différentes, et les caractéristiques observés sur chaque emplacement sont nombreuses. Comme nous vous l'avons déjà expliqué, il s'agit d'un outil de bilan pour lequel il faut s'entraîner longuement pour pouvoir commencer à le maîtriser. En effet, un dicton Chinois dit : « on commence à comprendre le pouls à 80 ans »

La qualité du pouls est sujette à interprétation. Deux praticiens peuvent ne pas être d'accord sur la nature d'un pouls. Ce n'est pas comme l'observation ou l'identification de la couleur rouge sur un visage n'est pas subjective mais objective. Il faut comparer les pouls, se faire un référentiel dans sa mémoire de pouls rapides, lents, glissant, tendu, rugueux, etc. pour pouvoir les identifier plus rapidement lorsqu'on les rencontre.

Pourquoi prend-on le pouls ?

Prendre le pouls d'une personne c'est être à l'écoute de la circulation du Sang. Une expression dit « prendre le pouls d'une situation ». Cela signifie, essayer d'identifier les éléments qui vont nous permettre d'avoir une vision claire et objective de la situation.

Et bien prendre le pouls d'une personne, à pour objectif de recueillir le maximum d'information par l'intermédiaire de la circulation du sang sur l'état énergétique de la personne, sa constitution, le niveau de son Zheng Qi, l'état du fonctionnement de ses Viscères, l'état du Yin, l'état de la libre circulation des substances dans l'organisme, l'état du Qi du Cœur, le niveau d'abondance des différentes substances, l'identification de la présence de Xie Qi, l'état du Shen, etc.





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois

Dans l'énergétique chinoise, le pouls peut finalement être pris à de nombreux endroits du corps. Traditionnellement, le pouls pouvait se prendre sur 9 artères différentes, trois sur la tête, trois sur les mains et trois sur les jambes. Il s'agissait en fait d'avoir le pouls des trois réchauffeurs.

Voici à titre d'information, la localisation de ces 9 pouls, localisés sur des points d'acupuncture, eux-mêmes localisés sur des artères :

		Point	Artère	Zone ou organe
Ciel (tête)	Supérieur	HM Taiyang	Artère Temporale	Qi de la tête,
	Moyen	21 TR	Artère Temporale	Qi des yeux et oreilles,
	Inférieur	3 E	Artère faciale	Qi des dents et bouche
Homme (membres sup)	Supérieur	9 P	Artère Radiale	Qi du Poumon
	Moyen	7 C	Artère Ulnaire	Qi du Cœur,
	Inférieur	4 GI	Artère Radiale	Qi de la Poitrine
Terre (membres inf)	Supérieur	3 F	Artère Dorsale du pied	Qi du Foie
		10 F	Artère fémorale	Qi du Foie
	Moyen	42 E	Artère Dorsale du pied	Qi de la Rate et de l'estomac
		11 Rte	Artère fémorale	Qi de la Rate et de l'estomac
Inférieur	3 Rein	Artère Tibiale	Qi du Rein	



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / Localisation des pouls radial Chinois

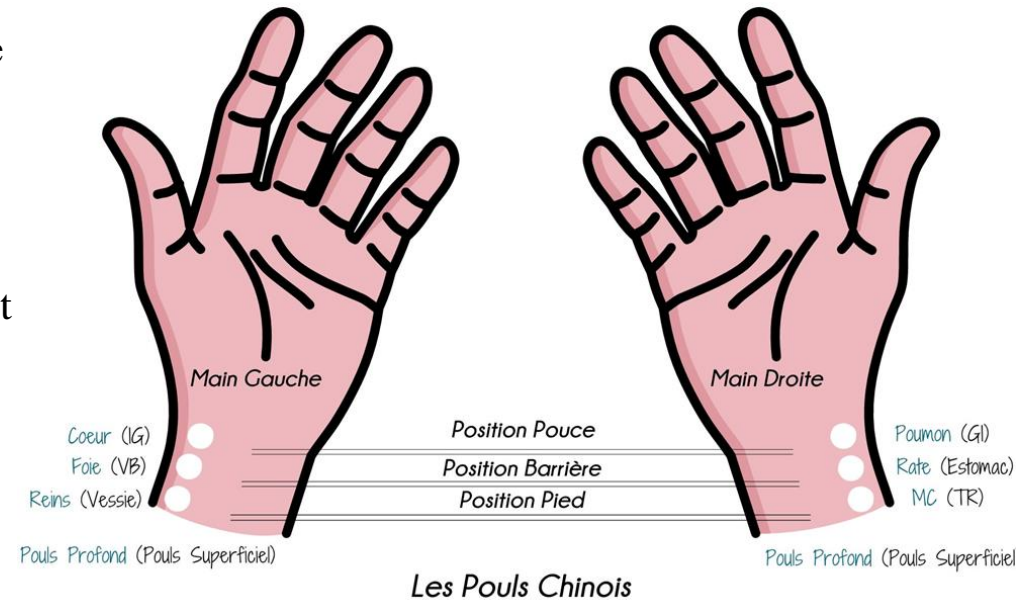
Quels sont les différents emplacements du pouls chinois ?

Le pouls chinois est pris sur l'artère radiale de chaque poignet. Le praticien utilise trois doigts pour la prise du pouls sur chaque poignet. Le pouls est pris sur trois positions que l'on nomme :

- **La position pouce** est localisée de la styloïde radiale jusqu'à l'éminence Thenard du pouce (sous le pli du poignet sur l'artère radiale)
- **La position barrière** est localisée en dessous de la styloïde radiale et du point 7 Poumon (sur l'artère radiale)
- **La position pied** est localisé juste au-dessous de la position barrière (sur l'artère radiale)

On considère donc que :

- La **position pouce** correspond au **Réchauffeur supérieur** et au **Ciel** et donne des informations sur les déséquilibres situés entre la poitrine et la tête,
- La **position barrière** correspond au **Réchauffeur moyen** et à l'**Homme** et donne des informations sur les déséquilibres situés entre le diaphragme et le nombril,
- La **position pied** correspond au **Réchauffeur inférieur** et à la **Terre** et donne des informations sur les déséquilibres situés entre le nombril et les pieds,





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

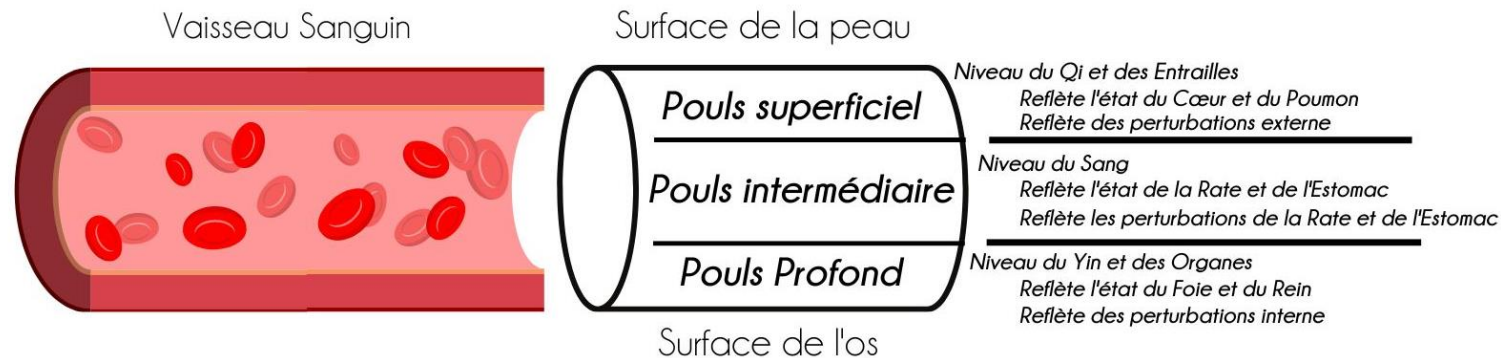
- Palpation du pouls chinois / Localisation des pouls radial Chinois

On peut aussi noter qu'au-delà de l'emplacement de la prise de pouls, les trois niveaux de profondeur du pouls donnent des informations différentes

- **Le niveau superficiel** reflète l'état du Qi et des entrailles Yang (IG, VB, V, GI, E, TR)
- **Le niveau moyen** reflète l'état du sang
- **Le niveau profond**, reflète l'état du Yin et des organes Yin (P, C, F, R, Rte, MC)

Le niveau de profondeur de prise du pouls peut enfin donner des informations sur l'état des Viscères ou sur le type de perturbations

- Le niveau superficiel reflète l'état du Cœur ou du Poumon ou d'une perturbation externe
- Le niveau moyen reflète l'état de l'Estomac ou de la Rate ou d'une perturbation de la Rte ou E
- Le niveau profond, reflète l'état du Foie et du Rein ou d'une perturbation interne



Les différents niveaux du pouls et leurs significations



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / *Les bonnes conditions pour prendre le pouls*

Le sujet dont on prend le pouls peut être allongé, ou assis. Il doit avoir la main à la même hauteur que son cœur. Donc en position assise, le sujet doit avoir ses mains posés sur une table devant soi, sans que les mains ne soient trop hautes ou trop basses.

Il faut veiller à ce que les poignets ne soient pas « cassés ». Un poignet « cassé » pourrait être à l'origine d'une obstruction de la circulation du sang dans le poignet et risquerait de modifier l'interprétation juste du pouls. Il peut être utile d'acheter un petit coussin spécial pour les prises de pouls ou de se fabriquer un coussin avec une petite serviette. Moment de la prise



Lors de la prise du pouls, il faut bien poser ses trois doigts et utiliser la même pression pour ces trois doigts afin de ne pas modifier les caractéristiques du pouls.

Les doigts qui sont posés sont l'index, le majeur et l'annulaire. Comme nous sommes en opposé, c'est l'index qui se localise sur la position pouce.

La sensibilité de la pulpe des doigts, n'est pas la même pour chaque personne. Il faudra donc veiller à bien utiliser sa pulpe de doigts pour bien sentir le pouls radial. Si cela peut vous aider, essayez de fermer les yeux et bien porter votre attention sur cette pulpe de vos doigts.

Il est important que le praticien régule sa respiration et qu'il puisse entrer en accord avec le Qi du sujet pour être plus réceptif.

Il ne faut donc pas prendre le pouls :

- Après un effort physique
- Après avoir transpiré
- Après avoir mangé ou bu
- Après avoir eu des rapports sexuels
- Après une émotion importante
- Après s'être exposé au chaud ou au froid
- Après avoir fumé ou pris de la drogue



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / *Les bonnes conditions pour prendre le pouls*

Le moment idéal pour prendre le pouls est le matin au réveil car le pouls est vierge de toute perturbation. En effet, le pouls est sujet à de nombreuses variations. Et ses modifications de nature peuvent être très rapides. Il faudra donc autant que possible identifier les éléments qui pourraient avoir une influence sur celui-ci avant de prendre le pouls.

Prenons quelques exemples :

- La saison peut avoir une influence sur le pouls, il peut être plein et superficiel et s'accélérer en été, profond en hiver, se figer, tendu au printemps
- Il peut être accéléré, rapide si la personne a monté des escaliers pour venir chez vous,
- Il peut être tendu, si la personne s'est énervée en voiture juste avant d'arriver chez vous.
- Il peut être tendu lorsque l'on est ado,
- Il peut être plus rapide chez les enfants (120-140) que chez les adultes (60-90),
- Il peut être lent et profond chez les personnes obèses et mince et superficiel chez les personnes minces,
- Il peut être lent chez les sportifs,
- Il peut varier en fonction de ce dont vous êtes en train de parler, l'état émotionnel pour influencer le pouls,
- Il peut varier en fonction de sa profession, quelqu'un qui a un travail physique pourra avoir un pouls plus superficiel que quelqu'un qui a un travail sédentaire.
- Il peut varier selon le sexe.
 - o Le pouls des hommes (yang) est souvent plus fort que celui des femmes (yin) et plus puissant à gauche (yang en haut) chez l'homme et à droite (yin en bas) chez la femme.
 - o Le pouls de l'homme peut être plus fort en position pouce (yang) et en position pied chez la femme (yin),

C'est pourquoi, il faut dans un premier temps prendre le temps de créer un climat de confiance, permettre à la personne de se calmer, de respirer si besoin, avant de prendre le pouls.





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / *Le pouls normal*

Il peut être un peu compliqué de définir un pouls normal car nous avons tous une constitution différente, un tempérament différent mais globalement, il ressort quelques caractéristiques qui nous permettent d'identifier un pouls normal tout en tenant compte des particularités individuelles.

Le pouls normal peut présenter 3 caractéristiques :

- **Avoir du Qi de l'Estomac** : il doit être calme, paisible et relativement lent (on compte 4 ou 5 pulsations par cycle respiratoire, soit 70-75 pulsations par minutes). L'Estomac est considéré comme la racine des 5 Viscères Yin et donc celle du Poumon qui apporte son Qi jusqu'à l'artère radiale. Si le pouls est doux, c'est que le Qi de l'Estomac est bon
- **Avoir de la vigueur**, c'est lorsque le pouls est doux paisible mais a de la force, et qu'il n'est ni grand, ni petit et qu'il est régulier.
- **Avoir de la racine** signifie que le pouls peut être senti facilement en profondeur et aussi au niveau pied. Cela signifie que le Rein est sain et fort.

Il doit donner une impression générale d'harmonie, de force, de vitalité. Il doit être ni trop dur, ni trop mou,





04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / *Les différentes étapes de prise du pouls*

A l'instar de l'observation de la langue, il y a différentes étapes à respecter pour pouvoir bien prendre le pouls et obtenir le maximum d'information les plus objectives possibles.

- On règle sa respiration,
- On porte son attention sur ses mains avec une intention d'écoute,
- On positionne les doigts sur les deux artères radiales,
- On palpe de façon globale
- On détermine si le pouls à
 - o De la vigueur : doux, avec de la force, régulier,
 - o Du Qi de l'estomac : calme paisible, relativement lent,
 - o Une racine : se sentir en profondeur et en position pied
- On palpe les trois niveaux de profondeur et les trois positions,
- On perçoit la force du pouls
- Détermine les caractéristiques du pouls.



Il faut compter une bonne minute par poignet pour prendre le pouls correctement et identifier les différentes caractéristiques du pouls. Il faut aussi les prendre en même temps pour pouvoir comparer les deux côtés.

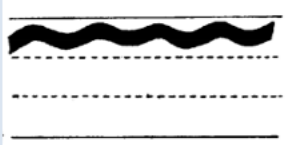
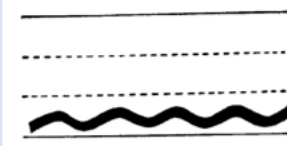
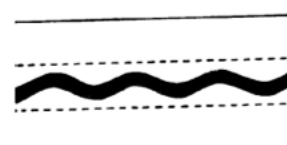
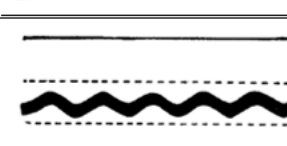


04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / Les 27 pouls

Dans cette partie, nous allons essayer de vous faire découvrir les 27 pouls classiques en donnant les caractéristiques de chacun. Alors bien sur ce ne sont que des descriptions avec des mots, mais il faut essayer de faire vivre ces mots pour essayer d’imaginer ce que cela peut faire sous les doigts quand on rencontre ces pouls.

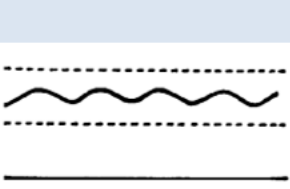
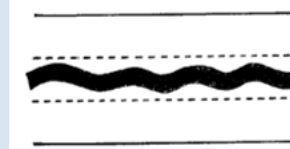
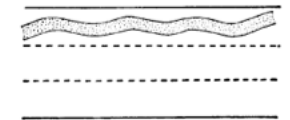
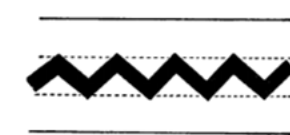
Les dix-huit premiers pouls sont les pouls les plus important et pour qu’ils soient facile à identifier on les classe avec des caractéristiques comme le rythme, la largeur, la forme, la puissance, la localisation, etc.

Élément observé	Nom du pouls	Illustration	Description	Indications
Profondeur du pouls	Pouls flottant, superficiel, Fu		On le perçoit en surface, et disparaît si on appuie trop	Indique des syndromes de surface (Biao), plénitude ou vide
	Pouls profond, Chen		On le perçoit en profondeur	Indique des syndromes de profondeur (Li), plénitude ou vide
Vitesse du pouls	Pouls lent Chi		Moins de 60 pulsations par minutes	Il signe que le froid est présent ou que le Yang Qi est insuffisant pour mettre en mouvement
	Pouls rapide Shu		Plus de 90 pulsations par minutes	Il indique que la chaleur accélère le sang ou que le yin Qi est insuffisant pour calmer le mouvement du sang



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

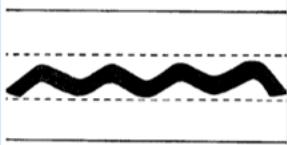
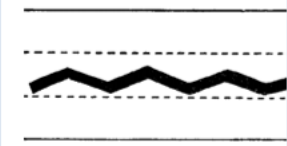
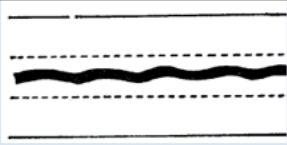
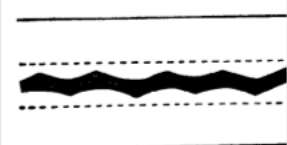
- Palpation du pouls chinois / Les 27 pouls

Élément observé	Nom du pouls	Illustration	Description	Indications
Largeur du pouls	Pouls fin Xi		C'est un pouls fin comme un fil	Il signe un vide de Qi et de Sang, ou un vide général, il peut aussi être signe d'humidité qui obstrue les vaisseaux
	Pouls grand, large Da Hong		C'est un pouls plus large qu'un pouls normal en <u>diamètre</u> , sans la force du pouls vaste Hong	Il est le signe de la présence d'une chaleur
Force du pouls	Pouls Vide Xu		C'est un pouls sans force aux trois niveaux, il ne résiste pas	Il est le signe d'un vide de Qi et de Sang
	Pouls Plein Shi		C'est un pouls qui a de la force, qui résiste à la pression et présent aux 3 emplacements	Il est le signe d'un <u>syndrome</u> de plénitude. Le Xie Qi est abondant et le Zheng Qi également,



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

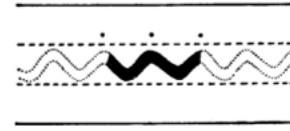
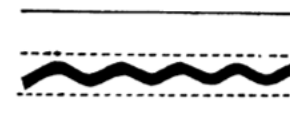
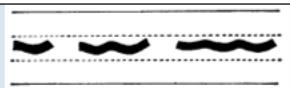
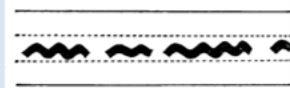
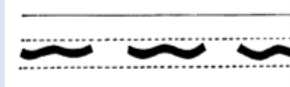
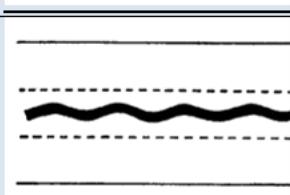
- Palpation du pouls chinois / Les 27 pouls

Élément observé	Nom du pouls	Illustration	Description	Indications
Forme du pouls	Pouls Glissant Hua		Glisse comme une perle sous le doigt qui glisse, il donne l'impression d'être rapide	Il est le signe de la présence d'humidité Tan. Peut se rencontrer chez la femme enceinte
	Pouls Rugeux Rapeux Se		Contraire du glissant, il ne gratte pas fluide (comme une lame qui racle légèrement un bambou)	Il manifeste manque de Jing et de Sang, se rencontre chez les personnes âgées, anémie, sang visqueux
	Pouls en corde Xian		Donne la sensation d'une corde de violon qui percute les doigts à la pression	Il signe la présence de dysharmonie du Foie et de la VB, douleur ou Tan.
	Pouls serré Jin		Il est fort et très tendu, comme une corde tendu sous les doigts	Il signe la présence d'un froid qui bloque, contracte, resserre, et peut créer de la douleur par manque de circulation



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / Les 27 pouls

Élément observé	Nom du pouls	Illustration	Description	Indications
Longueur du pouls	Pouls court Duan		Il ne parvient pas à remplir les trois espaces, il est ressenti que sur un doigt	Il signe une perturbation du Qi avec Vide de Qi ou stagnation du Qi
	Pouls long Chang		C'est l'inverse du Court, il est <u>persu</u> au <u>dela</u> des trois doigts, vers la main et le coude	Il signe un syndrome de plénitude s'il est tendu (excès de yang du Foie, chaleur interne ou mucosités)
Rythme du pouls	Pouls Noué <u>jie</u>		Pouls lent avec des arrêts irrégulier	Signe la présence d'un excès de Yin qui obstrue le Qi et le Sang
	Pouls précipité Cu		Pouls rapide, précipité avec des arrêts irréguliers	Signe d'excès de chaleur (yang qui s'élève), de stagnation du Qi, du sang ou Tan.
	Pouls intermittent <u>Dai</u>		Pouls faible et lent avec arrêt réguliers et longs	Manifeste une faiblesse du Qi des organes, dysharmonie du Qi du Cœur, vent ou perturbations émotionnelle
	Pouls modéré, ralenti, paisible <u>Huan</u>		Pouls qui donne une impression de lenteur, calme et régulier	Il s'agit d'un pouls d'une personne en bonne santé, s'il est mou on a une dysharmonie Rate/Estomac, humidité entrave Qi et Sang



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

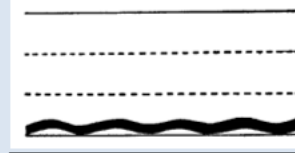
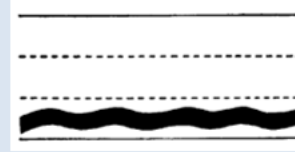
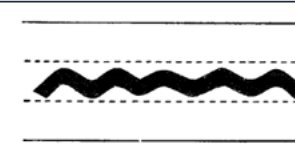
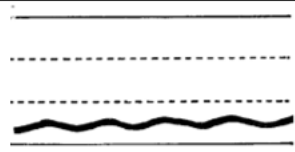
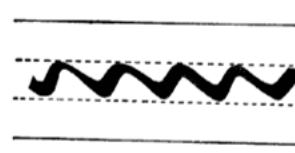
- Palpation du pouls chinois / Les 27 pouls

Élément observé	Nom du pouls	Illustration	Description	Indications
Autres pouls superficiels	Pouls Mou Ru		Pouls superficiel, faible et sans consistance, comme un coton qui flotte sur l'eau	Manifeste une situation de vide (Qi, Sang, LO). Manque de Qi, de Jing Ou humidité
	Pouls creux Kou		Il est superficiel, perceptible sous une pression légère et creux si l'on appuie un peu plus	Il est le signe d'un vide de sang ou d'une altération du Yin
	Pouls dispersé San		Pouls sans racine, difficilement perceptible à la pression légère, superficiel,	Il signe l'épuisement du Jing et n'est pas favorable
	Pouls en tambour Ge		Pouls en corde flottant, peu de racine	Il signe un épuisement important, perte du Jing et du Sang



04 LE TEMPS DE LA PALPATION

- Palpation du pouls chinois / Les 27 pouls

Élément observé	Nom du pouls	Illustration	Description	Indications
Autres pouls en profondeur	Pouls caché, enfouie Fu		C'est le pouls le plus profond	Il signe un froid qui obstrue les méridiens ou un vide de Yang qui ne peut élever le pouls
	Pouls fixé, dur Lao		Pouls profond, plein, large, dur et tendu	Il manifeste une plénitude de froid de yin ou une accumulation interne, masse,
Autres pouls	Pouls remuant, sautant, Dong		Pouls qui a de la force, serré, glissant, rapide, court, qui sautille sous les doigts	Il peut être associé à une grande frayeur, douleur ou convulsion, mauvaise circulation du Qi
	Pouls faible Ruo		Pouls très mou, profond et fin et sans force	Il est le signe d'un vide de Qi, de Sang, de Yuan Qi
	Pouls vaste Hong		Pouls qui pousse fort et qui se retire doucement	Indique une abondance de yang, en été le pouls est vaste par présence du Yang



05 LE TEMPS DE L'AUDITION ET DE L'OLFACTION

L'audition et l'olfaction sont des éléments un peu moins importants que l'interrogatoire, la palpation et l'observation mais il ne faut pas les négliger car ils vont nous permettre d'obtenir quelques informations utiles.

Ecouter la voix, le ton, la puissance, les mots, la respiration, la toux, les odeurs corporelles, les odeurs des sécrétions,

1 Audition

Comme nous l'avons vu, chaque praticien va mettre en action ses 5 sens pour recueillir le maximum d'informations pertinentes en séance.

L'audition, peut être à la fois le fait d'écouter des bruits particuliers, c'est ce que nous verrons juste après mais il faut aussi penser que l'audition peut être liée à la notion « d'écoute ». En effet, il est souvent conseillé de laisser parler le sujet quelques minutes en écoute active pour créer un climat de confiance. Cela peut durer deux minutes, mais durant ces deux minutes, vous écoutez votre client vous parler de sa plainte sans l'interrompre.

En énergétique, lorsque l'on parle de l'écoute de la Voix, on va avoir deux notions différentes que sont l'écoute de la Voix du Qi et l'écoute de la Voix digestive. Pour chacune de ces voix on va écouter des éléments différents :

1.1. Ecoute de la voix digestive

La voix digestive est en relation avec le bon fonctionnement de la Rate, de l'Estomac, des Intestins et de la bonne circulation du Qi)

- Vomissements qui peut manifester la présence d'une stagnation du Qi au Réchauffeur moyen ou un Qi à contre-courant,
- Hoquets, contraction du diaphragme ou stagnation du Qi du réchauffeur moyen
- Eructations, accumulations d'aliments qui putréfient





05 LE TEMPS DE L'AUDITION ET DE L'OLFACTION

1.2. Ecoute de la voix du Qi :

- On écoute la parole, comme le volume sonore (qui est en relation avec le Poumon) :
 - o Si la voix ne s'entends pas cela peut indiquer un vide du Poumon
- On écoute le contenu du discours (qui est en relation avec le Shen et le Cœur) :
 - o Agressivité, excès de parole, ou absence de parole
 - o Discours apaisé, ou agité,
 - o Discours négatif, ou positifs
 - o Ecouter les mots choisis pour décrire une sensation, un évènement, etc.
- On écoute le bruit de la respiration (en même temps on observe comment la personne respire : respiration haute, basse, libre, oppression thoracique, etc.) :
 - o On n'entend pas la respiration comme si la personne se limité dans sa respiration
 - o On entend une respiration sifflante
 - o On entend une respiration rapide, lente
 - o On entend une respiration qui passe par la bouche ou par le nez
 - o On entend une respiration difficile qui coupe le discours
- On écoute le bruit de la toux :
 - o Avec toux sèches qui manifeste une absence de LO
 - o Avec des toux grasses et glaires jaunes qui manifestent la présence de chaleur humidité
 - o Avec des toux grasses et sécrétions blanches qui manifestent la présence de froid humidité
- On écoute les soupirs, qui peuvent manifester un blocage du diaphragme, stagnation du Qi du Foie,





05 LE TEMPS DE L'AUDITION ET DE L'OLFACTION

2 Olfaction

L'olfaction fait appel à notre odorat pour recueillir des informations. Cependant, comme pour le temps de l'observation, il arrive que nous ne puissions pas directement sentir par exemple, les odeurs corporelles parce que ce sont des odeurs que l'on cache en mettant du déodorant. Vous ne pourrez pas sentir directement les odeurs des selles. Il y a donc une partie des informations associée à l'olfaction qui seront faites dans la partie interrogatoire.



Globalement, ce qu'il faut retenir c'est :

- Une odeur forte est associée à la présence de chaleur,
- Une absence d'odeur forte est plutôt associée à la présence de froid ou de normalité,

Prenons quelques exemples :

- Une haleine fétide, peut être associée à de la chaleur dans l'estomac, une mauvaise digestion, une mauvaise hygiène buccale, présence de carie,
- Des selles, urines nauséabondes correspondent à des symptômes de plénitude chaleur, ou chaleur vide. Il faudra utiliser d'autres outils de bilan pour identifier si nous sommes en situation de vide ou de plénitude,
- Des gaz avec odeur fétide correspondent à une mauvaise digestion, de la constipation, de la stagnation de nourriture dans l'estomac.
- Des leucorrhées odorantes, correspondent à la présence de chaleur humidité dans le réchauffeur inférieur