

Professeur Jerry Alan Johnson

**TRAITÉ
DE QI GONG
MÉDICAL**
SELON LA MÉDECINE
TRADITIONNELLE
CHINOISE

**ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE
ÉNERGÉTIQUES**



Éditions
Chariot d'Or

TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos.....	XIII
Préface.....	XVII
Remerciements.....	XXI
Introduction.....	XXVII

Section I : Principes fondamentaux de la médecine énergétique chinoise..... 1

Chapitre 1 - Introduction au Qi Gong médical.....	3
Comprendre le concept du Qi	4
Les cinq domaines énergétiques	4
Définition de l'énergie Yin et Yang	6
L'histoire du Qi Gong et de la médecine chinoise	7
Histoire des anciens chamans guérisseurs chinois : les <i>Wu Yi</i>	14
Le Qi Gong et le Collège impérial	23
Les trois écoles principales de Qi Gong	25
Définition du Qi Gong médical	27
La formation en Qi Gong médical en Chine	28
L'examen de Qi Gong médical et les qualifications cliniques en Chine	30
La formation en Qi Gong médical aux USA	32
La formation en Qi Gong médical dans les collèges de MTC	33
Médecine traditionnelle chinoise et thérapie du Qi Gong médical	33
L'acupuncture.....	35
La phytothérapie.....	37
La massothérapie chinoise	40
La thérapie du Qi Gong médical	42
Chapitre 2 - La conception de la métaphysique ancestrale chinoise	47
Introduction	47
La formation énergétique de l'univers	48
La voie du Tao	48
<i>Le Wu Ji</i> : l'espace infini	51
<i>Le Tai Ji</i> : l'ultime suprême.....	53
<i>Le Ba Gua</i> : les huit trigrammes.....	56
<i>Le Wu Xing</i> : les Cinq Éléments	57
Les mondes physique, énergétique et spirituel	59
La formation énergétique du corps humain.....	61
La voie du Tao	61
Les <i>Shen Ling</i> : esprits surnaturels	62
<i>Shen Xian</i> : Âme éternelle.....	63
<i>Zhi Yi Tian</i> : volonté et intention du Ciel	65
<i>Yuan Shen</i> : l'âme humaine	66
<i>Shen Zhi</i> : esprit acquis	68
Les trois corps	69
Vue d'ensemble	72

Développement embryologique énergétique	72
Interactions de la quintessence, de l'énergie et de l'esprit	73
Les points de vue taoïstes sur le développement initial embryologique	74
Les toxines fœtales	75
Les étapes de développement du corps	76
Les formations du <i>Jing</i> des Cinq Éléments	76
Les dix mois lunaires de la création	82
Premier mois	82
Deuxième mois	85
Troisième mois	86
Quatrième mois	87
Cinquième mois	89
Sixième mois	90
Septième mois	91
Huitième mois	92
Neuvième mois	93
Dixième mois	94
Développement de l'énergie postnatale	95
Affections congénitales et acquises	98
Cycles énergétiques prénataux et postnataux	98
Conception et caractéristiques ancestrales prénatales	99
La naissance et les cycles énergétiques postnataux	100
Les archétypes ancestraux taoïstes de l'âme humaine	102
L'âme éthérée et l'âme corporelle	103
Le <i>Hun</i> : les Trois Âmes éthérées	103
<i>Tai Guan</i> , <i>Shang Ling</i> et <i>Yu Jing</i>	104
Le <i>Po</i> : les Sept Âmes corporelles	109
Les racines de la mort de l'utérus	118
La sortie ultime de l'âme humaine	119
Vue d'ensemble	122
Chapitre 3 - Formation et développement des tissus	123
Développement du fascia et circulation énergétique	123
Les trois types de classifications du corps de la Chine ancestrale	124
Formation structurelle du Yin et du Yang	124
Les aspects anatomiques Yin et Yang	125
Les Cinq Éléments du corps	127
Constitutions congénitales	128
Classification des constitutions physiques des Cinq Éléments	129
La constitution Bois	130
La constitution Feu	132
La constitution Terre	134
La constitution Métal	136
La constitution Eau	138
Combinaison des constitutions	140
Les constitutions de la personnalité des Huit Vaisseaux Extraordinaires	141
Le Yin, le Yang et le caractère <i>Yao</i>	144
Les formations <i>Yao</i> prénatales et postnatales selon les anciens taoïstes	145
Le caractère <i>Yao</i> et l'anatomie physiologique	145
Identification des structures physiques introverties et extroverties	149
Schémas cellulaires congénitaux ou acquis	151
Résumé	152

Chapitre 4 - Les cinq énergies du corps humain	153
Les vibrations cellulaires et les cinq énergies du corps humain	154
Résonances de l'énergie du son	155
L'énergie du son et le corps humain	156
L'énergie de la lumière	167
Projeter la lumière colorée	174
L'énergie magnétique	179
Les champs magnétiques et le corps	179
La chaleur	182
L'électricité	184
Les qualités piézo-électriques du corps	186
Chapitre 5 - L'axe du <i>Tai Ji</i> et les trois <i>Dantian</i>	189
L'axe du <i>Tai Ji</i>	189
L'axe du <i>Tai Ji</i> et le système des chakras	195
Introduction aux chakras	197
Le Yin et le Yang et les sept chakras internes	197
L'éveil des sept chakras	198
Premier chakra	200
Deuxième chakra	201
Troisième chakra	202
Quatrième chakra	203
Cinquième chakra	204
Sixième chakra	206
Septième chakra	207
L'éveil des chakras externes	208
Le huitième chakra	208
Le neuvième chakra	209
Les douze portes des chakras et les trois <i>Dantian</i>	210
Fonction énergétique	211
La porte du chakra inférieur	212
Les portes du deuxième chakra	212
Les portes du troisième chakra	212
Les portes du quatrième chakra	212
Les portes du cinquième chakra	212
Les portes du sixième chakra	212
La porte du chakra supérieur	213
Précautions	213
Les douze branches terrestres et les douze portes des chakras	213
Reconstruction des portes des chakras	213
La revitalisation des chakras par l'intermédiaire des douze portes	216
Les trois <i>Dantian</i>	216
L'alchimie externe et interne	216
Le champ inférieur du cinabre : <i>Xia Dantian</i>	218
Le champ du cinabre du milieu : <i>Zhong Dantian</i>	224
Le champ supérieur du cinabre : <i>Shang Dantian</i>	230
Les fonctions énergétiques des trois <i>Dantian</i>	238
Les chambres énergétiques Yin et Yang des <i>Dantian</i>	239
La projection des champs auriques du praticien et les trois <i>Dantian</i>	241
Les os mobiles des trois <i>Dantian</i>	242

Chapitre 6 - Les Huit Vaisseaux Extraordinaires	243
Les Huit Vaisseaux Extraordinaires	243
Embryologie énergétique	244
La fonction des Huit Vaisseaux Extraordinaires	246
Les Huit Vaisseaux Extraordinaires et la thérapie du Qi Gong médical	248
Manifestation et utilisation médicales	248
Les fonctions énergétiques	249
Les Huit Vaisseaux Extraordinaires et les huit points de réunion	249
Les huit points de réunion des Vaisseaux Extraordinaires	251
Vaisseaux Gouverneur et Conception : <i>Du Mai</i> et <i>Ren Mai</i>	252
Le Vaisseau Gouverneur : <i>Du Mai</i>	253
Le Vaisseau Conception : <i>Ren Mai</i>	257
Les Vaisseaux Pénétrants et le Vaisseau Ceinture : <i>Chong Mai</i> et <i>Dai Mai</i>	260
Les Vaisseaux Pénétrants : <i>Chong Mai</i>	260
Le Vaisseau Ceinture : <i>Dai Mai</i>	264
Les Vaisseaux Yin et Yang du Talon (ou de la motilité) : les Vaisseaux <i>Qiao</i>	268
Les Vaisseaux Yin du Talon : <i>Yin Qiao Mai</i>	269
Les Vaisseaux Yang du Talon : <i>Yang Qiao Mai</i>	270
Les Vaisseaux de Liaison du Yin et du Yang : <i>Wei</i>	274
Les Vaisseaux de Liaison du Yin : <i>Yin Wei Mai</i>	274
Les Vaisseaux de Liaison du Yang : <i>Yang Wei Mai</i>	277
Résumé sur les Huit Vaisseaux Extraordinaires	279
Chapitre 7 Les Six Organes Extraordinaires	283
Introduction	283
Les fonctions des Six Organes Extraordinaires	284
Les Huit Vaisseaux Extraordinaires et les Six Organes Extraordinaires	285
L'Utérus : <i>Bao</i>	286
La fonction de l'utérus	286
L'Utérus comme cœur du <i>Dantian</i> inférieur	288
L'Utérus et le mysticisme taoïste	288
Le Cerveau : <i>Nao</i>	289
Le Cerveau ou la Mer de la Moelle	289
Le Cerveau et le mysticisme taoïste	290
Point de vue de la médecine occidentale	290
Schémas d'ondes cérébrales	292
Science, cerveau et mémoire	293
La médecine énergétique chinoise	294
Pathologie du cerveau	295
Le Cerveau détecte le Qi émis	295
Contrôles scientifiques	297
La Vésicule biliaire : <i>Dan</i>	298
La fonction de la Vésicule biliaire	299
La Vésicule biliaire et le mysticisme taoïste	299
La Moelle : <i>Sui</i>	300
La Moelle et le <i>Jing</i>	300
La Moelle et le mysticisme taoïste	300
Pathologie de la Moelle	301
Les Os : <i>Gu</i>	301
Os et Moelle	301
Les Os et le mysticisme taoïste	301
Les Os produisent des charges piézoélectriques	301

Le point de vue de la médecine occidentale	303
Pathologie des Os	303
Les Vaisseaux Sanguins : <i>Mai</i>	303
Le Qi et le Sang	305
Les canaux énergétiques et les courants des vaisseaux sanguins	305
Le parcours énergétique des vaisseaux sanguins	306
La fonction des vaisseaux sanguins	306
Les vaisseaux sanguins et le mysticisme taoïste	306
Pathologie des vaisseaux sanguins	307
Du point de vue de la médecine occidentale	307
Chapitre 8 - Les douze organes, méridiens et collatéraux principaux	311
Les organes internes et la médecine interne chinoise	311
Anatomie énergétique	312
Physiologie énergétique	312
Introduction aux méridiens	318
Classification des méridiens	321
Les relations des méridiens avec le Qi et le Sang	324
La fonction des méridiens	325
Flux d'énergie centrifuge et centripète	326
Circulation interne et externe des méridiens	327
L'influence du <i>Hum</i> et du <i>Po</i> sur les méridiens	328
La Vésicule biliaire : <i>Dan</i>	328
Le caractère chinois <i>Dan</i> signifiant « Vésicule biliaire »	328
La Vésicule biliaire en médecine chinoise	328
Les méridiens de la Vésicule biliaire	329
Flux énergétique des méridiens	329
L'influence du climat	330
L'influence du goût, de la couleur et du son	331
Pathologie de la Vésicule biliaire	331
Schémas de disharmonie en MTC	331
La vésicule biliaire dans la médecine occidentale	331
Affections courantes de la vésicule biliaire	332
Le Foie : <i>Gan</i>	333
Le caractère chinois <i>Gan</i> signifiant « foie »	334
Le Yin et le Yang du Foie	334
La formation du <i>Jing</i> de l'élément Bois du Foie	334
Le Foie et la médecine chinoise	334
Les méridiens du Foie	339
Flux énergétique des méridiens	340
L'influence du climat	340
L'influence du goût, de la couleur et du son	340
Pathologie du Foie	341
Schémas de disharmonie en MTC	341
Le foie dans la médecine occidentale	345
L'anatomie du foie	345
Physiologie du foie	346
Troubles communs du foie	349
Les Poumons : <i>Fei</i>	349
Le caractère chinois <i>Fei</i> signifiant « Poumons »	349
Le Yin et le Yang des Poumons	349
La formation du <i>Jing</i> de l'élément Métal des Poumons	349

Les Poumons dans la médecine chinoise	350
Les méridiens des Poumons	355
Flux énergétique des méridiens	356
L'influence du climat	357
L'influence du goût, de la couleur et du son	357
Pathologie du Poumon	357
Schémas de disharmonie en MTC	358
Anatomie du système respiratoire	360
Les poumons dans la médecine occidentale	362
Approvisionnement en sang des poumons	363
La respiration	364
Respiration diaphragmatique et costale	364
Volumes respiratoires	365
Capacités respiratoires	365
Affections communes des poumons et du système respiratoire	365
Le Gros Intestin : <i>Da Chang</i>	366
Le caractère chinois <i>Da Chang</i> signifiant « Gros Intestin »	366
Le Gros Intestin dans la médecine chinoise	367
Les méridiens du Gros Intestin	368
Flux énergétique des méridiens	368
L'influence du climat	368
L'influence du goût, de la couleur et du son	369
Pathologie du Gros Intestin	369
Schémas de disharmonie en MTC	370
Le gros intestin dans la médecine occidentale	371
L'estomac : <i>Wei</i>	373
Le caractère chinois <i>Wei</i> signifiant « Estomac »	374
L'Estomac dans la médecine chinoise	374
Les méridiens de l'Estomac	375
Flux énergétique des méridiens	375
L'influence du climat	375
L'influence du goût, de la couleur et du son	376
Pathologie de l'Estomac	376
Schémas de disharmonie en MTC	377
L'estomac dans la médecine occidentale	378
La Rate : <i>Pi</i>	380
Le caractère chinois <i>Pi</i> signifiant « Rate »	380
Le Yin et le Yang de la Rate	381
La formation du <i>Jing</i> de la Terre de la Rate	381
La Rate dans la médecine chinoise	381
Les méridiens de la Rate	384
Flux énergétique des méridiens	385
L'influence du climat	385
L'influence du goût, de la couleur et du son	385
Pathologie de la Rate	385
Schémas de disharmonie en MTC	386
La rate dans la médecine occidentale	389
Troubles communs de la rate	391
Le Cœur : <i>Xin</i>	391
Le caractère chinois <i>Xin</i> signifiant « Cœur »	391
Le Yin et le Yang du Cœur	392
La formation du <i>Jing</i> du Cœur-Feu	392

Le Cœur et l'ancienne médecine chinoise	392
Le Cœur dans la médecine chinoise	392
Les méridiens du Cœur	396
Flux énergétique des méridiens	396
L'influence du climat	396
L'influence du goût, de la couleur et du son	397
Pathologie du Cœur	397
Schémas de disharmonie en MTC	398
Le cœur dans la médecine occidentale	400
Anatomie du cœur	401
Les quatre cavités du cœur	403
Les battements du cœur : le cycle cardiaque	403
Le système électrique du cœur	404
Affections communes du cœur	404
L'Intestin grêle : <i>Xiao Chang</i>	405
Le caractère chinois <i>Xiao Chang</i> signifiant « Intestin grêle »	405
L'Intestin grêle dans la médecine chinoise.....	405
Les méridiens de l'Intestin grêle	406
Flux énergétique des méridiens.....	406
L'influence de la température des aliments	407
L'influence du goût, de la couleur et du son	407
Pathologie de l'Intestin grêle	407
Schémas de disharmonie en MTC.....	407
L'intestin grêle dans la médecine occidentale	409
Physiologie.....	410
La Vessie : <i>Pang Guang</i>	412
Le caractère chinois <i>Pang Guang</i> signifiant « Vessie »	412
La Vessie dans la médecine chinoise	412
Les méridiens de la Vessie	413
Flux énergétique des méridiens	413
L'influence du climat	415
L'influence du goût, de la couleur et du son	415
Pathologie de la Vessie	415
Schémas de disharmonie en MTC	416
La vessie dans la médecine occidentale	417
Le Rein : <i>Shen</i>	417
Le caractère chinois <i>Shen</i> signifiant « Rein »	417
Le Yin et le Yang des Reins	417
La formation du <i>Jing</i> de l'Eau du Rein	418
Les Reins dans l'ancienne médecine chinoise	419
Les Reins dans la médecine chinoise	419
Les méridiens du Rein.....	423
Flux énergétique des méridiens	424
L'influence du climat	425
L'influence du goût, de la couleur et du son	426
Pathologie du Rein	426
Schémas de disharmonie en MTC	426
Les reins dans la médecine occidentale	428
Le Péricarde : <i>Xin Zhu</i>	432
Le caractère chinois <i>Xin Zhu</i> signifiant « Péricarde »	432
Le Péricarde dans la médecine chinoise.....	432
Les méridiens du Péricarde.....	434

Flux énergétique des méridiens	434
L'influence du climat	434
L'influence du goût, de la couleur et du son	434
Pathologie du Péricarde	435
Schémas de disharmonie en MTC	435
Le Péricarde dans la médecine occidentale	436
Le Triple Réchauffeur : <i>San Jiao</i>	436
Le caractère chinois <i>San Jiao</i> signifiant « Triple Réchauffeur »	437
Le Triple Réchauffeur dans l'ancienne médecine chinoise	437
Le Triple Réchauffeur dans la médecine chinoise	437
Les méridiens du Triple Réchauffeur	440
Flux énergétique des méridiens	440
L'anatomie énergétique du Triple Réchauffeur	441
Les « Trois Feux » du corps	442
L'influence du climat	444
L'influence du goût, de la couleur et du son	444
Pathologie du Triple Réchauffeur	444
Schémas de disharmonie en MTC	445
Le Triple Réchauffeur dans la médecine occidentale	445
Comprendre la pathologie de l'organe interne	445
Comprendre la pathologie du méridien	445
Les douze organes internes selon les anciens chamans taoïstes	449
Chapitre 9 - Les vaisseaux de communication, les méridiens divergents, les méridiens tendino-musculaires et les zones de la peau	451
Les quinze vaisseaux de communication : <i>Luo Mai</i>	451
L'origine du nom	451
Anatomie énergétique	451
Fonction embryologique	452
Les <i>Luo</i> transversaux et longitudinaux	452
Fonction énergétique	452
Les douze méridiens divergents : <i>Jing Bie</i>	457
L'origine du nom	457
Anatomie énergétique	457
Fonction embryologique	458
Fonction énergétique	459
Yin et Yang	459
Les douze méridiens tendino-musculaires : <i>Jing Jin</i>	462
L'origine du nom	462
Développement embryologique	463
Formation énergétique	463
Yin et Yang	463
Application médicale	463
Les zones de la peau : <i>Pi Bu</i>	465
L'origine du nom	466
Fonction énergétique	468
Symptômes pathologiques	468
Les tissus connectifs des douze zones de la peau	469
Le diagnostic médical et les douze zones de la peau	471
Thérapie appliquée au méridien et au collatéral	472
Contrôler l'extension du Qi par les méridiens	473
La profondeur du flux énergétique du méridien dans le corps	474

Chapitre 10 - Les points énergétiques du corps	475
Introduction aux points énergétiques	475
Usage historique des points énergétiques	475
Les trois niveaux énergétiques des points	477
La formation des points énergétiques	477
La recherche scientifique relative aux points d'acupuncture	478
Les quatre catégories de points énergétiques	479
Les deux portes des points énergétiques	479
Les trois fonctions des points énergétiques	480
Flux d'énergie centrifuge et centripète	482
Les noms des points	482
Classification des points énergétiques	483
Résumé	490
Appendice 1 - Chronologie des dynasties chinoises	491
Introduction	491
Premières dynasties légendaires de Chine	491
La période des Trois Souverains	491
Dynasties de Chine	491
Appendice 2 - Enseignement du Qi Gong médical	493
Introduction	493
Cours de Qi Gong médical	493
L'enseignement du Qi Gong médical dans les collèges de MTC.....	494
Formation pour praticiens en Qi Gong médical (P.Q.M.).....	494
L'institut international de Qi Gong médical à Pacific Grove.....	495
Cours de diplôme de maître en Qi Gong médical.....	497
Cours de diplôme de docteur en Qi Gong médical.....	499
Cours de Qi Gong médical au collège de MTC des Cinq Branches	499
Clinique de Qi Gong médical de l'institut du collège de MTC des Cinq Branches	500
Cours de Qi Gong médical à l'Académie d'acupuncture des Cinq Éléments.....	501
Formation pour thérapeutes en Qi Gong médical (T.Q.M.).....	502
Clinique de Qi Gong médical à l'Académie d'acupuncture des Cinq Éléments	502
Cours et Clinique de Qi Gong médical au collège d'acupuncture et de médecine intégrative à Berkeley, Californie.....	503
Période de changement en Chine pour la thérapie du Qi Gong médical	506
L'université de Hai Dian de médecine traditionnelle chinoise à Beijing.....	507
La clinique de Qi Gong médical de l'hôpital de Xi Yuan à Beijing.....	508
Glossaire	509
Bibliographie	539
Références des protocoles cliniques	559
Au sujet de l'auteur	563
Du même auteur	567

INTRODUCTION

Les recherches présentées dans ces cinq ouvrages traitant du Qi Gong médical sont le fruit d'une vie consacrée à l'étude et à l'investigation. Cette exploration de la médecine énergétique chinoise intègre des connaissances rassemblées lors de mes observations cliniques personnelles, ici, aux États-Unis, et au cours des traitements thérapeutiques prodigués dans plusieurs universités de la République populaire de Chine, ainsi que dans des hôpitaux et cliniques à Beijing.

J'ai eu la chance, dans ma vie, d'être présenté à plusieurs professeurs exceptionnels, et j'ai été très honoré de pouvoir suivre mon apprentissage sous la tutelle de nombreux maîtres talentueux (ainsi que de puissants guérisseurs de Taïwan et de la République populaire de Chine) qui m'ont transmis la connaissance « cachée » dissimulée par le voile obscur de la médecine ésotérique chinoise. Après m'être procuré plusieurs textes introuvables, écrits dans les années 1800 par des prêtres jésuites, traitant de l'ancienne sorcellerie métaphysique chinoise et du mysticisme taoïste, ma connaissance de la médecine énergétique chinoise s'est considérablement élargie. Initialement, toutes les pièces manquantes ont commencé lentement à se rassembler, révélant une forme multidimensionnelle de thérapie basée sur le microcosme et le macrocosme, de cause à effet, au niveau énergétique et spirituel. Les objectifs principaux, en révélant ces connaissances ésotériques au public, étaient les suivants : premièrement, rendre au peuple chinois les richesses perdues de leur ancienne culture et, deuxièmement, fournir un fondement historique précis à la médecine énergétique contemporaine, qui a disparu ou a été éliminée des collèges et universités de MTC actuels.

On dit, depuis longtemps, que « l'étude appropriée de la médecine chinoise intègre l'étude de son histoire ancienne ». Le développement de la médecine traditionnelle chinoise a non seulement pour origine des générations de compétences et de sciences raffinées, mais est également lié à la culture et aux croyances ancestrales de la Chine. Dans les tout débuts, la science et la magie étaient indifférenciables et il était difficile de les dissocier l'une de l'autre. La médecine chinoise, en tant que science appliquée, possède une histoire ancestrale immergée dans la magie énergétique et le chamanisme taoïste. Voici une vieille maxime : « La seule différence entre la "magie occulte" et la "science" est le temps. » Après des siècles d'études intensives énergétiques, les fondateurs de l'ancienne médecine chinoise ont considérablement contribué aux domaines scientifiques de la médecine clinique, de la pharmacologie et de la chimie. L'ancienne approche chinoise expliquait les concepts médicaux en s'exprimant généralement suivant une convergence tridimensionnelle, en percevant le corps physique en tant qu'hologramme énergétique et en observant les aspects physiques, mentaux, émotionnels et spirituels des tissus corporels. En stimulant l'une de ces cinq matrices énergétiques, un docteur en Qi Gong est en mesure d'influencer les quatre autres ainsi que le corps afin de favoriser la santé, ou provoquer la maladie. Le diagnostic et le traitement sont, en conséquence, abordés suivant une progression non linéaire, en opérant holographiquement vers le rétablissement de la santé et vers la guérison de l'individu multidimensionnel. Cependant, on enseigne, dans la médecine occidentale, comment percevoir le corps physique à un niveau bidimensionnel, en tant que progression aboutie de cause à effet, en séparant les réactions des tissus corporels des impacts pro-

duits par le mental et les émotions, ainsi que des influences universelles et environnementales. Bien que cette perception évolue progressivement dans la communauté scientifique et la médicale occidentale, cette transformation a mis du temps à s'étendre à la population en général. Afin d'aider l'esprit occidental à comprendre la médecine énergétique chinoise, cette série de cinq volumes traitant du Qi Gong médical a été écrite dans le but d'apporter des instructions complètes et détaillées associées à une application pratique clinique de cette science. Elle englobe le concept de la médecine traditionnelle chinoise, plus particulièrement la thérapie du Qi Gong médical, ainsi que l'étude de la médecine ancestrale que l'on trouve intégrée au chamanisme énergétique taoïste. La pratique de la médecine énergétique chinoise en Occident a été entravée par le manque d'accessibilité à l'« ancienne » connaissance qui a été transmise au cours des siècles dans le secret, de maître à élève. Par une manipulation flagrante de matériaux-sources, l'histoire et la théorie de la médecine traditionnelle chinoise « contemporaine » ont été réécrites afin de refléter les intérêts du parti communiste. En conséquence, les versions éditées d'idées métaphysiques soumises à la censure, en raison de l'influence politique et l'« épuration » en vue de la respectabilité scientifique, ont été présentées au public comme la norme acceptable. L'objectif principal à l'origine de la rédaction de ces cinq volumes est de « réinstaurer » les dimensions énergétiques et spirituelles inhérentes à l'ancienne médecine énergétique chinoise précommuniste.

L'intégralité de cette série d'ouvrages consacrés au Qi Gong médical apporte une connaissance fondamentale de la structure, de la théorie et de l'application pratique complexes énergétiques de cet art ancestral de la médecine chinoise :

- volume 1 : cet ouvrage présente l'étude de l'ancienne approche chinoise relative à l'anatomie et à la physiologie énergétique ;
- volume 2 : cet ouvrage présente l'ancien système chinois d'alchimie énergétique ésotérique et de la thérapie *Tao Yin* utilisées comme fondement de la médecine énergétique, ainsi qu'une étude approfondie des

déviations du Qi et de l'ancien mysticisme taoïste ;

- volume 3 : cet ouvrage présente plusieurs approches énergétiques différentes appliquées au diagnostic de Qi Gong médical, ainsi que les principes de traitements et les protocoles cliniques avancés ;
- volume 4 : cet ouvrage présente au lecteur des prescriptions d'exercices et de méditations de Qi Gong médical, le traitement des maladies des organes internes, la pédiatrie, la gériatrie, la gynécologie, la neurologie et la psychologie énergétiques ;
- volume 5 : cet ouvrage présente au lecteur des techniques, applications et recherches spécifiques, rassemblées avec l'aide de divers docteurs et cliniques dans toute la Chine, incluant la mise en pratique de la thérapie du Qi Gong médical en tant que modalité clinique efficace et complémentaire dans le traitement de patients atteints du cancer.

L'ancienne terminologie médicale chinoise est extrêmement subjective et métaphorique, et est utilisée afin de décrire les nombreux aspects du corps humain au travers des domaines physique, mental, émotionnel, énergétique et spirituel de l'existence. De nombreux termes techniques employés par la médecine traditionnelle chinoise possèdent plusieurs significations, en fonction du contexte du sujet et de la discipline dont ils proviennent (taoïste ou bouddhiste). La majeure partie de la terminologie obscure issue de la médecine chinoise provient directement de sources chamanistes ancestrales. Ces termes peuvent, parfois, se révéler extrêmement vagues au niveau de leurs explications, tout en étant particulièrement profonds quant à leur véritable signification.

Au travers de ces ouvrages, j'ai choisi d'utiliser périodiquement le terme « divin » pour exprimer l'énergie du Tao, ou de Dieu. Cela aidera le lecteur à comprendre le contexte à l'origine de la terminologie.

Également par souci de clarté, les termes chinois mentionnés dans ce livre, auxquels l'ancienne médecine chinoise ainsi que la médecine traditionnelle chinoise assignent une signification particulière, comportent une majuscule, ainsi que les mots les traduisant en français, tels que Vésicule biliaire, Intestin

grêle, Rate, Péricarde, Vessie, Foie, etc. Lorsque vous rencontrerez un mot tel que Sang, Cœur et Moelle comportant une majuscule, présumez que leur signification diffère de celle que lui attribue la médecine occidentale. Dans la médecine traditionnelle chinoise, le mot Moelle, par exemple, ne concerne pas uniquement la moelle osseuse, comme il l'est traditionnellement en Occident, mais décrit plutôt la substance qui est la matrice commune des os, de la moelle osseuse, du cerveau et de la moelle épinière. Les termes ne comportant pas de majuscule conservent leurs significations occidentales traditionnelles.

D'un point de vue historique, de nombreux termes employés pour décrire les forces naturelles taoïstes de la nature (existant à l'intérieur du Ciel, de la Terre et de l'Homme) étaient personnalisés et le « taoïsme religieux » s'y référerait sous le nom de « dieux » ou d'« esprits » afin de rivaliser avec les divinités hautes en couleur importées en Chine par les Bouddhistes en provenance de l'Inde. En conséquence, lors de la lecture de ces ouvrages, le lecteur ne doit pas être déconcerté ou alarmé par certaines terminologies décrivant des « divinités » régissant des principes énergétiques spécifiques. Par exemple, en lisant la section concernant l'âme humaine, le titre « Les seigneurs des trois *Dantian* » implique que l'âme possède trois propriétés énergétiques principales, distinctes et cependant interconnectées, enracinées et sustentées à l'intérieur de chacun des Trois *Dantian*. En Chine, de nombreux praticiens et maîtres en Qi Gong médical, sous la tutelle desquels j'ai été formé, m'ont demandé de garder confidentielles ces théories avancées énergétiques et spirituelles par crainte de représailles gouvernementales.

Actuellement, en raison de la réponse du gouvernement chinois aux activités de l'association Falun Gong, de nombreux collèges et cliniques de Qi Gong médical ont été fermés. En conséquence, j'ai décidé de transmettre ouvertement ces anciennes théories énergétiques concernant les interactions du corps, du mental, de l'esprit, de l'âme et du divin, sans en révéler la provenance.

Finalement, à l'intérieur de cette série d'ouvrages traitant du Qi Gong médical, j'ai relaté des années de recherches intensives provenant de diverses sources d'informations :

- des systèmes taoïstes : informations provenant de l'ancienne médecine énergétique taoïste et des disciplines spirituelles avancées de la secte taoïste *Beiji* (Étoile du pôle Nord), des enseignements taoïstes de Wu-Dang Shan, de la secte taoïste *Lung Hu* (Dragon-Tigre), du Taoïsme du Maître céleste Zhengyi et de la secte taoïste *Shangqing* (Pureté la plus haute), du Taoïsme magique de l'Orage Mao Shan (dont je suis un disciple de la 80^e génération) ;
- des systèmes bouddhistes : informations provenant de l'ancienne médecine énergétique bouddhiste et des disciplines spirituelles avancées issues des enseignements du monastère de Shaolin, du bouddhisme tantrique et du bouddhisme orthodoxe ;
- des systèmes tantriques tibétains et « Bon Tibétains » : informations issues de l'ancienne médecine énergétique bouddhiste tibétaine et des disciplines spirituelles avancées de plusieurs enseignements dispensés au monastère tibétain, y compris les traditions chamaniques du tantrisme tibétain et « Bon Tibétain ».

Pour citer l'un de mes professeurs, « *Sanjiao qui yi* – les trois enseignements font une personne complète », ce qui signifie que, par la confrontation aux connaissances ésotériques contenues à l'intérieur des trois sources énergétiques et spirituelles, l'individu peut devenir un être humain plus complet.

En écrivant et en présentant au public ces cinq volumes consacrés au Qi Gong médical chinois, j'espère être parvenu à condenser les divers domaines de cette ancienne méthode de guérison énergétique asiatique dans un compendium médical complet et détaillé adapté à l'esprit occidental. En vue de cet objectif, j'ai trouvé nécessaire de répéter certaines sections pour porter l'accent sur les informations importantes, afin de favoriser une meilleure compréhension.

Professeur Jerry Alan Johnson,
Ph.D., D.T.C.M.

Pacific Grove, Californie, Mars 2005

1^{RE} PARTIE

**PRINCIPES FONDAMENTAUX
DE LA MÉDECINE
ÉNERGÉTIQUE CHINOISE**

CHAPITRE 1

INTRODUCTION AU QI GONG MÉDICAL

Il y a plus de 5 000 ans, les anciens maîtres chinois, qui pratiquaient la guérison ésotérique, sont parvenus à la conclusion que chaque chose était composée d'une même substance énergétique qu'ils ont appelée le Qi (prononcer « T'chi »). Ils ont constaté la présence d'une unité et d'une intégralité inhérentes à toute existence et une interconnexion énergétique en un seul corps.

La médecine traditionnelle chinoise est essentiellement établie sur la compréhension des transformations du Qi, la croyance des Anciens Chinois étant que toute mutation se produit sous son influence : la naissance, le vieillissement et la mort dans le Ciel et sur Terre, y compris le vent et les nuages, l'orage, la pluie, l'eau et les montagnes, les forêts, les déserts et les océans, les humains, les animaux et les insectes. Bien que l'énergie puisse apparaître sous diverses formes, chaque présence dans la nature et, en fait, dans le cosmos est intrinsèquement reliée, nous rassemblant ainsi symbiotiquement dans une unité avec l'univers par l'intermédiaire du Qi.

Le Qi vibre en tout, en fonction d'un mouvement énergétique constant.

Il s'agit du catalyseur permettant à chaque existence d'être reliée et d'interagir à l'intérieur de l'univers. Les Anciens Chinois croyaient que le Qi du Yin et du Yang remplissait le « Grand Vide » (*Wu Ji*), englobant tous les éléments et ne laissant rien en dehors de ses limites.

De nos jours, les lois de la physique ont permis de démontrer que la matière et l'énergie sont interchangeable et que la première correspond simplement à un état différent de la seconde qui vibre continuellement sous l'aspect de particules ou d'ondes de formes ; en constante métamorphose, la matière influence sur l'énergie ou interagit avec elle, qui est inhérente au corps vivant humain qu'elle sustente (*Fig. 1.1*).

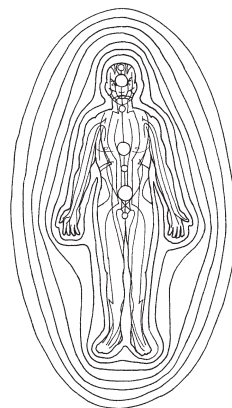


Figure 1.1. Le Qi irradie à partir des tissus corporels pour former les champs externes du *Wei Qi*.

Les Anciens Chinois maîtrisaient des techniques spécifiques permettant d'équilibrer l'énergie du corps (le Qi) afin de promouvoir la vie en harmonie avec le Qi de l'environnement (le Qi terrestre), ainsi qu'avec le Qi universel (le Qi céleste).

La médecine traditionnelle chinoise affirme que si les créatures vivantes perdent leur Qi, elles perdent par là même leur vitalité : « La vie se produit car le Qi est concentré ; lorsque le Qi est dispersé, la personne meurt. » (ancien proverbe chinois)

Le Qi à l'intérieur du corps est emmagasiné dans des sortes de réservoirs, créant la matrice énergétique des organes internes. L'énergie de la force de vie du corps circule à partir de là, suivant des rivières et des courants constitués par les vaisseaux, les méridiens et les systèmes collatéraux du corps.

Le signe le plus ancien pour « Qi » a été découvert sur des os qu'on utilisait comme oracles durant la dynastie Shang (1600-1028 av. J.-C.) et sur des inscriptions sur du bronze de la dynastie Zhou (1028-221 av. J.-C.) composées de trois lignes horizontales (semblables au caractère moderne chinois utilisé pour signifier le nombre trois).



Figure 1.2. L'ancien caractère chinois signifiant « Qi » décrivant la brume s'évaporant de la terre pour former les nuages.

Selon le livre *Pour mieux comprendre le Qi*, écrit par les chercheurs en médecine chinoise Zhang Yu Huan et Ken Rose, le plus ancien caractère chinois signifiant « Qi » décrivait, à l'origine, « la brume s'évaporant de la terre pour former les nuages ». Cette forme idéographique a été conservée jusqu'au début de la dynastie Zhou occidentale (1066-770 av. J.-C.) (Fig. 1.2). Ce caractère représentait également les nappes de chaleur qui s'élèvent de la surface surchauffée de la terre et, ultérieurement, le souffle expiré visible par grand froid.

COMPRENDRE LE CONCEPT DU QI

Bien que le concept du Qi puisse paraître complexe, il est, en fait, relativement simple : la matière se transforme en énergie, l'énergie en esprit et inversement. Le Qi est considéré comme le médium ou la passerelle entre la matière et l'esprit. Il possède une masse similaire à la fumée ou à la vapeur. En tant qu'énergie, il se manifeste sur trois niveaux principaux à l'intérieur du corps :

- physiquement, en tant que Matière, au travers des cellules et des tissus du corps, sous la forme du *Jing*, de la Moelle, du Sang et des Fluides corporels ;
- énergétiquement en tant que résonances vibratoires par la chaleur, le son, la lumière et les champs électromagnétiques ;
- spirituellement comme lumière divine au travers de vibrations subtiles se propageant dans l'espace infini (*Wu Ji*) vers le Tao (Fig. 1.3).

Les maîtres du Qi Gong chinois (ou *Chi Cong*, prononcer « r'chi kong »), après de longues études et de nombreuses observations, ont découvert que chacun des organes internes du corps humain possède une fonction et une vitesse de vibration énergétique

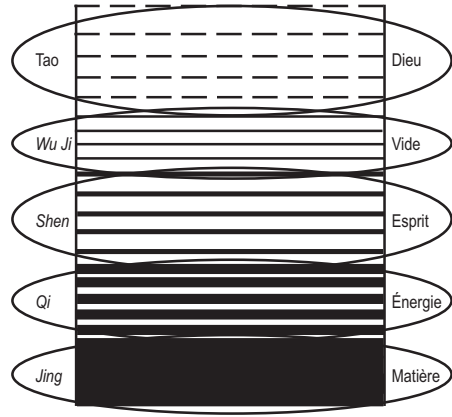


Figure 1.3 Les cinq champs énergétiques.

particulières. En traçant le parcours du Qi qui les traverse et en examinant ses effets sur le fonctionnement du corps, les Chinois ont développé les théories fondamentales sur lesquelles a été établie la pratique de la médecine traditionnelle chinoise. Durant des milliers d'années, celle-ci est parvenue à guérir des maladies graves en stimulant le Qi du corps selon des méthodes spécifiques.

Par l'étude et la pratique du Qi Gong, nous pouvons développer une prise de conscience du Qi et de ses parcours spécifiques et nous pouvons apprendre la manière d'influencer et même de contrôler sa puissance énergétique. Les praticiens en Qi Gong médical utilisent ces méthodes pour guérir et renforcer le système immunitaire et améliorer le fonctionnement des divers systèmes organiques du corps. En l'an 2000, China Healthways International estimait que, dans l'ensemble de la Chine, approximativement 80 millions d'habitants s'adonnaient à l'art du Qi Gong et, rien qu'à Beijing, plus de 1,3 million quotidiennement.

LES CINQ DOMAINES ÉNERGÉTIQUES

La nature essentielle des champs énergétiques est encore mystérieuse pour la plupart des scientifiques contemporains. Selon la physique, les champs d'énergie sont plus fondamentaux que la matière et ne peuvent être expliqués en terme matériel. La matière, elle, est plutôt évaluée par rapport à l'énergie inhérente à ces divers domaines.

Les anciens maîtres chinois ont observé que le Qi pouvait être divisé en cinq domaines distincts – minéral, végétal, animal, humain et divin – qui se manifestent sous différentes formes de matière et d'énergie. Chaque « forme » se nourrit du domaine énergétique de la suivante, en résonance et en interaction avec le divin au travers des relations entre les formes à l'intérieur du *Wu Ji* (l'espace infini). À chaque augmentation de fréquence de vibrations correspond un accroissement de l'intuition et du niveau de prise de conscience.

Les cinq domaines ou manifestations de la matière et de l'énergie sont décrits comme suit (Fig. 1.4) :

1. Le règne des minéraux est considéré comme la forme la plus inférieure (la plus dense et la plus lente) de vibration énergétique. La désintégration ou la division des particules minérales s'associe aux éléments de l'air et de l'eau pour former le sol de la Terre dans lequel chaque particule conserve la force d'énergie primordiale et originelle du minéral, interagissant avec l'énergie divine.
2. Le domaine des plantes est la forme suivante. L'ensemble de la végétation terrestre (arbres, buissons, fleurs, herbes, plantes) absorbe une partie de son énergie vitale à partir de celle des minéraux, augmentant et multipliant ainsi la sienne.
3. Vient ensuite le domaine des animaux, première forme élevée de vibration. L'animal consomme et absorbe l'énergie provenant des plantes, amplifiant ainsi son propre potentiel, le rapprochant plus près du divin.
4. Le domaine de l'humanité est la seconde forme la plus élevée de vibration. L'humanité se situe entre le Ciel et la Terre et participe à l'ensemble des champs énergétiques (de la Terre : du minéral, du végétal, de l'animal et de l'humain ; des cieux : du divin). Par le régime diététique, la pratique du Qi Gong, la prière et la méditation, les hommes peuvent développer et augmenter davantage leur capacité énergétique.
5. Le domaine du divin est l'expression vibratoire la plus élevée. Tandis qu'il enveloppe et se manifeste à l'intérieur du corps humain, il croît et multiplie encore da-

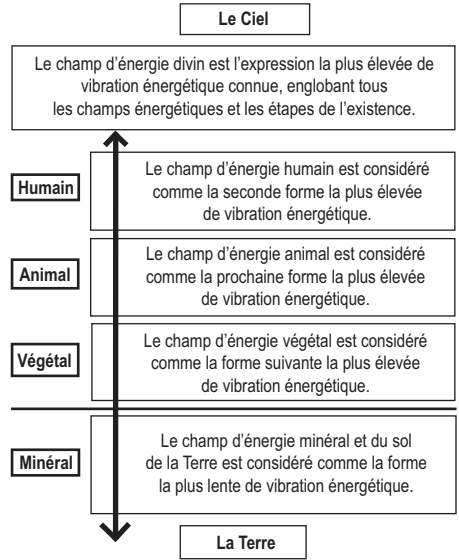


Figure 1.4. Les cinq domaines du Qi

vantage la force de ce dernier, permettant ainsi à l'humanité d'atteindre la conscience divine.

L'ensemble de ces champs énergétiques provient d'une source unique et contient, en conséquence, la résonance vibratoire de la force de vie divine. En connaissance de cause, il est possible d'intensifier la valeur nutritionnelle de nos aliments en accordant un profond respect aux plantes et aux animaux qui offrent leur force vitale à notre consommation. La bénédiction de la nourriture et une attitude empathique lors de la préparation des repas favorisent non seulement l'absorption des vitamines et des minéraux contenus dans ces produits mais également l'assimilation des vibrations plus élevées de l'énergie divine inhérente à toutes choses. C'est la raison pour laquelle de nombreuses cultures ancestrales, auxquelles on se réfère souvent sous le terme de « primitives », priaient avant la chasse afin que l'esprit de l'animal leur offre son corps et sa force de vie en sacrifice, et après pour libérer son esprit et lui permettre de revenir vers le divin.

Lorsque les individus prennent conscience du champ énergétique divin, ils commencent à ressentir celui, subtil, des minéraux, des plantes, des animaux et des êtres humains.

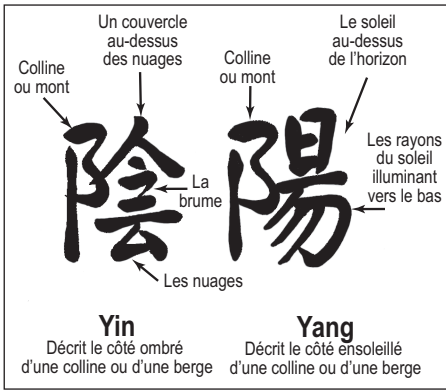


Figure 1.5. Les caractères chinois signifiant « Yin » et « Yang ».

Cette conscience accrue de l'énergie de la force de vie divine renforce la leur et celle d'autrui, ce qui permet d'approfondir les connexions conscientes et inconscientes entre eux-mêmes et les minéraux, les plantes, les animaux, les autres hommes ou le divin : « La conscience dort dans les minéraux, rêve dans les plantes, commence à se manifester dans les animaux et a le potentiel de s'éveiller intégralement dans l'humanité. » (ancien dicton bouddhiste)





DÉFINIR L'ÉNERGIE DU YIN ET DU YANG

Chacun des cinq champs énergétiques peut être subdivisé en aspects Yin et Yang.

En médecine traditionnelle chinoise, la théorie de l'énergie du Yin et du Yang représente la dualité de l'équilibre et de l'harmonie à l'intérieur du corps, ainsi que dans l'univers. L'énergie de la Terre est Yin, l'énergie du Ciel est Yang.

L'idéogramme chinois signifiant « Yin » décrit le côté sombre ombré d'une colline ou d'une berge ; celui signifiant « Yang » représente le côté illuminé et ensoleillé (Fig. 1.5). Le Yin existe à l'intérieur du Yang, et le Yang à l'intérieur du Yin. Le Yang représente le principe actif, créatif, masculin, chaud, dur, léger, céleste, blanc et clair. Le Yin, à l'inverse, est le principe passif, réceptif, féminin, froid, doux, foncé, terrestre, noir et ombré.

Le Yin est dépendant du Yang et vice versa. Par conséquent, toute chose possède un aspect Yin et Yang pouvant encore être subdivisé en Yin et en Yang. Le Yin et le Yang se

Yang  Ancien  Moderne	Yang	Yin	Yin  Ancien  Moderne
	Actif	Passif	
	Créatif	Réceptif	
	Masculin	Féminin	
	Derrière	Devant	
	Gauche	Droite	
	Feu	Eau	
	Chaud	Froid	
	Sec	Mouillé	
	Dur	Mou	
	Léger	Lourd	
	Clair	Foncé	
	Ciel	Terre	
	Soleil	Lune	
Blanc	Noir		

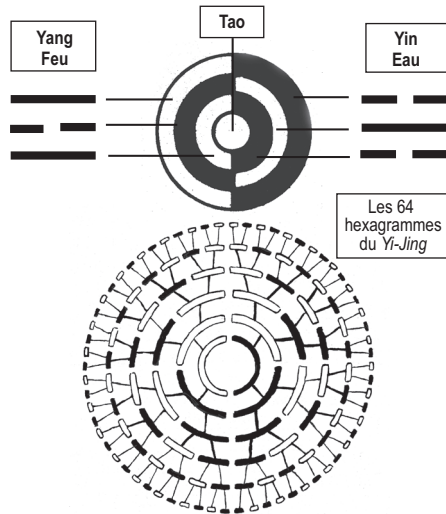


Figure 1.6. Le tableau ci-dessus présente les anciens symboles chinois du Yang (Ciel) et du Yin (Terre) : le Yang est représenté par le blanc et le Yin par le noir. Le centre du cercle représente le Tao éternel à l'intérieur du Wu Ji.

Yin et Yang qui donnent naissance aux éléments du feu et de l'eau qui engendrent, à leur tour, les quatre phases de l'énergie universelle (le Grand Yang et le Petit Yang, le Grand Yin et le Petit Yin).

Ces quatre phases énergétiques créent le Yi Jing.

créent, se contrôlent, se consomment et se transforment mutuellement.

Cet équilibre dynamique change en permanence en transformant l'énergie de la force de vie du corps. Dans l'ancien Taoïsme, le Tao est à l'origine du Yin et du Yang qui ont donné naissance, à leur tour, à d'autres sections Yin et Yang se manifestant par les quatre phases de l'énergie universelle (le Grand Yang, le Petit Yang, le Grand Yin et