

Psychiatrie et médecine  
traditionnelle chinoise

# UNE CONSTELLATION DE LIENS ENTRE L'HOMME ET L'UNIVERS



En Occident, la doxa universitaire continue de classer l'acupuncture dans la catégorie infamante des médecines dites parallèles. En République populaire de Chine, les hôpitaux pratiquent cette méthode de soins, mais ils l'utilisent en même temps que les méthodes de la psychiatrie occidentale, en même temps aussi que des applications de chaleur, des massages ou des exercices respiratoires. Aujourd'hui, nombreux sont ceux qui revendiquent une identité de science véritable pour la médecine chinoise traditionnelle. Sans préjugés, nous avons décidé d'aller y voir de plus près.

L'année passée, avec une équipe de collègues lausannois, j'ai eu l'occasion de visiter plusieurs hôpitaux psychiatriques à Pékin, à Shanghai, à Fuzhou, à Quanzhou et à Canton. Nos confrères chinois nous ont mis au courant de leurs méthodes diagnostiques et thérapeutiques; ils nous ont aussi autorisés à nous entretenir directement avec leurs malades. Nous avons constaté que leur façon de travailler est à maints

égards analogue à la nôtre. Ils utilisent par exemple les mêmes systèmes de classification des maladies mentales que nous et, à peu de chose près, les mêmes techniques thérapeutiques.

Après avoir connu l'influence soviétique d'essence pavlovienne, après avoir été dénoncée comme un artefact bourgeois et mise sous le boisseau pendant la sombre décennie de la Révolution culturelle, la

psychiatrie chinoise est calquée actuellement sur le modèle anglo-saxon. Ainsi, les médicaments administrés aux patients sont les mêmes que les nôtres (à des doses toutefois plus élevées qu'à Lausanne). L'indication aux électrochocs est plus fréquente qu'à Cery. L'ergothérapie, la psychothérapie, la réadaptation socioprofessionnelle sont particulièrement développées. La psychothérapie est surtout communau-

taire, d'inspiration pédagogique ou behavioriste (le modèle psychanalytique ne convient guère à la mentalité chinoise). Une sorte de thérapie de famille sur le tas est intuitivement pratiquée par les services sociaux, les juges de paix ou les responsables de quartier.

La grande originalité de quelques hôpitaux est de pratiquer, parallèlement à la psychiatrie occidentale, la médecine traditionnelle chinoise. Ainsi, à Pékin et à Fuzhou, nous avons pu constater que les malades recevaient des antidépresseurs ou des neuroleptiques en même temps que des remèdes traditionnels. Avec les électrochocs alternaient ici et là des séances d'acupuncture, des applications de chaleur ou des massages spécifiques. Beaucoup de malades pratiquaient chaque matin, dans la cour de l'hôpital, le qigong ou le taijiquan (exercices dérivés des arts martiaux). Comme nous nous étonnions d'un tel syncrétisme thérapeutique, on nous répondit simplement: «Pourquoi pas, si les résultats sont meilleurs?»

Ce n'était pas seulement une boutade: quelques recherches récentes, à Pékin, à Tianjin ou à Shanghai par exemple, montrent les avantages indéniables de ce panachage thérapeutique, notamment pour les schizophrènes. D'autres formes de recherches tentent de vérifier l'utilité de cette combinaison et comparent systématiquement (méthode en double insu) l'effet de certains médicaments occidentaux (amitriptyline) avec celui de l'acupuncture chez les patients déprimés.

## Le tao: un continuum cosmique

La médecine traditionnelle des Chinois, vieille de deux bons millénaires, est liée d'un seul tenant au reste de leur civilisation. Son principe fondamental est que l'homme et son environnement constituent un ensemble en équilibre. La maladie est le résultat d'un déséquilibre. Le corps n'est que l'apparence visible d'une réalité plus complexe, dont une partie reste immergée dans l'immensité cosmique.

Joseph Needham, brillant sinologue britannique, souligne que toutes les disciplines et les connaissances chinoises sont imprégnées de taoïsme, depuis l'astrolo-



**Le taijiquan redistribue harmonieusement le qi dans l'organisme et aide ainsi toutes les parties du corps à «jouer leur partition» (pour reprendre une belle formule de Claude Larre).** Photo Yvan Muri-

set

gie jusqu'à la médecine, en passant - en vrac - par la calligraphie, les arts martiaux, la météorologie, les stratégies guerrières, la sismographie et les diverses techniques dans lesquelles les Chinois ont excellé.

Le tao, c'est le mystère profond, la Voie que l'on ne saurait nommer, comme dit

l'«esprit commun», en Chine. Or, l'esprit taoïste postule que la vie est indicible et qu'elle n'est approchable que d'un point de vue phénoménal. Le réel ne se limite pas au seul monde visible et saisissable. Entre ce monde et le monde invisible se tiennent le Ciel, la Terre et l'Homme, celui-ci étant le nœud des influx du Ciel et de la Terre. Ce continuum cosmique signifie donc qu'en l'homme se manifestent des effets naturels, observables aussi dans le reste de l'Univers.

## Le qi: une matière-énergie

Le principe vital qui lie ainsi l'homme au Ciel et à la Terre, c'est le qi (prononcez «tchi»), flux d'énergie, ou souffle vital. Le qi caractérise la vie même, il n'existe pas dans le cadavre. Depuis Einstein, on sait que la masse et l'énergie ne sont que deux aspects contrastés d'une même réalité; pour les Chinois, le corps et son dynamisme ne sont précisément qu'une seule et même réalité, une seule matière-énergie, manifestée en ses divers états et sous des formes changeantes, de la plus éthérée à la plus dense. Ce bain d'énergie globale tisse une constellation de liens invisibles entre l'homme (microcosme) et l'univers (macrocosme). Les saisons, par exemple, représentent des amas d'énergie en révolution (cycle annuel). Une saison peut être caractéristique d'une symptomatologie; elle peut aussi être favorable ou défavorable à une

**Une légende chinoise raconte que les médecins de naguère n'étaient payés et entretenus par la communauté que tant que leurs patients se portaient bien.**

Lao-tseu dès les premières lignes du «Tao-tê-king». Pourtant, l'esprit taoïste consiste davantage en une «sapiencia» qu'en une religion, une mystique ou une idéologie. Comme le relève Marcel Granet, autre éminent sinologue, cette sagesse ancienne caractérise la mentalité chinoise bien plus que la pensée confucéenne ou bouddhiste. C'est l'essence même de

forme de traitement. Cette subtile chronopathologie trace des rapports évolutifs qui ne sont pas sans évoquer des acquisitions récentes en psychiatrie occidentale.

Dans une telle foulée conceptuelle, la santé de tout organisme vivant est forcément en relation naturelle avec les marées, les orages, les vents, la chaleur, l'humidité, la lumière, le calendrier, les

rythmes circadiens ou saisonniers, le mouvement giratoire de l'orbe terrestre ou lunaire, etc. On comprend ainsi pourquoi la médecine chinoise correspond continuellement avec l'astronomie, la

glements continuels expliqués par la théorie du yin et du yang et la théorie des cinq éléments. De la complémentarité du yin et du yang résultent toutes les alternances dont l'existence est faite. Jamais

Une juste proportion entre ces diverses fonctions-organes engendre un équilibre dans lequel un profil psychologique «idéal» est réalisé. Or, si une ou deux fonctions prévalent, une tendance sera



Les dispensaires de quartier fonctionnent bien et illustrent le syncrétisme thérapeutique chinois. Photo Walter Imber

géomancie, la sismographie ou la météorologie. Il s'agit toujours de la même chose, c'est-à-dire des flux et reflux du qi, dans le ciel, dans la Terre, dans l'homme, entre les hommes, entre l'humanité et l'Univers. L'art de faire circuler intelligemment le qi consiste à régler judicieusement son alimentation, ses mouvements, sa respiration, ses habitudes de vie, etc. Depuis le IV<sup>e</sup> siècle avant J.-C., le médecin traditionnel a pour tâche essentielle de maîtriser cette science des échanges du qi. Il est ainsi capable de restaurer une harmonie fonctionnelle, assimilable à la santé ou à une «norme» idéalisée.

## Le yin, le yang et les cinq éléments

Si, dans l'optique taoïste, la vie est une, elle n'en subit pas moins des chan-

quelque chose n'est yin ou yang en soi; elle l'est toujours par rapport à autre chose, qui a l'effet antagoniste. Cet effet n'est pas d'un seul tenant, car dans tout yang il y a un peu de yin, dans tout yin un peu de yang. Quelques exemples de ces couples sont bien connus: terre-ciel, nuit-jour, froid-chaud, humide-sec, etc.

La théorie des cinq éléments ou pôles (wuxing) exprime un système plus diversifié de transformations. A chacun des cinq éléments (bois, feu, terre, métal, eau) correspond un organe (foie, cœur, rate-pancréas, poumon, reins). Chacun de ces organes remplit une fonction bien définie. Sur le plan psychologique, chaque profil de personnalité correspond à une fonction prépondérante (on pense aux propensities de Karl Popper). Par exemple, le foie caractérise l'ouverture vers l'extérieur (personnalité extravertie), le cœur détermine un style plus cordial, affectueux et euphorique, le poumon incarne le repli vers l'intérieur, etc.

trop accentuée, et si un seuil critique est franchi, c'est la maladie. Les déviations se créent donc aussi bien par excès ou par défaut de certaines fonctions. Elles peuvent être dues à des causes internes ou externes (en termes occidentaux, nous dirions endogènes ou exogènes).

La médecine chinoise considère qu'il y a une interdépendance étroite entre psyché et soma; toute perturbation de l'un entraîne des conséquences sur l'autre, et cela dans les deux sens. La maladie est l'inversion des mouvements naturels, elle est toujours une réaction à une action, et cette réaction peut être violente, parfois destructive. Malgré cela, le mot «psychosomatique» est inexistant en médecine chinoise tradi-



tionnelle. Certains collègues ont ri lorsque nous leur avons traduit la signification de ce terme: en Chine, la psychosomatique est omniprésente et va de soi; une maladie ou un traitement sont, de toute évidence, toujours psychosomatiques...

## Prévenir et guérir

Les moyens d'action de la médecine traditionnelle chinoise sont vite répertoriés... Mais quelle infinité de possibilités pour chacun! Les aiguilles modifient le passage du qi dans le corps, y rétablissent les équilibres par la stimulation de points

**En Chine, une saison peut caractériser une symptomatologie. Cette subtile chronopathologie évoque des acquisitions récentes en psychiatrie occidentale.**

connus et enseignés, soit pour tonifier (amener des énergies là où elles manquent), soit pour disperser (évacuer des amas de qi qui empêchent une libre circulation du courant vital dans l'individu). Parmi les points d'acupuncture les plus sensibles au traitement des maladies mentales, deux sont situés sur la ligne médiane de la tête: à la base du nez et au sommet du crâne. L'apport de chaleur est une autre façon de stimuler la région d'un point, il se fait par application de moxa chauffée, une pâte d'armoise séchée.

La pharmacopée est vaste et comporte des médicaments d'origine végétale (90%), animale (extraits) ou minérale (bien avant la découverte du lithium en

Occident). La surveillance diététique fait également partie du traitement. A Canton, quelques restaurants qui se sont spécialisés dans la diététique thérapeutique connaissent un grand succès. Enfin, ancêtres du shiatsu et du Do In actuellement en vogue en Occident, les massages obéissent aux mêmes principes et constituent un art consommé que tous les Chinois apprennent dès leur enfance. Les exercices respiratoires associés à des exercices physiques (taijiquan et qigong surtout) complètent l'arsenal thérapeutique traditionnel.

Certes, tous ces traitements servent à guérir, mais leur grande valeur réside dans leur capacité de prévention. La mission d'un médecin traditionaliste est caractérisée en Chine par la légende qui raconte que les médecins de naguère n'étaient payés et entretenus par la communauté que tant que leurs patients se portaient bien.

## Quelques isomorphismes: le miroir chinois

Un séminaire et un symposium international organisés cette année à Lausanne avec, entre autres, la Doctoresse QiBao-

et hâtif de dégager des conclusions sous forme d'isomorphismes clairs. Nous avons tout au plus étayé quelques hypothèses qui appellent d'autres recherches. Pourtant, d'emblée, il apparaît que la médecine traditionnelle offre un modèle de compréhension de la santé et de la pathologie qui s'apparente singulièrement au modèle dit biopsychosocial, décrit notamment par Engels en Occident, et adopté par la psychiatrie d'avant-garde un peu partout dans le monde. Ce modèle préconise de prendre en compte aussi bien les causes somatiques (génétiques, cérébrales, métaboliques) que psychiques (affectives et cognitives) ou sociales (liées au milieu).

La médecine chinoise soutient que l'environnement énergétique de l'Univers joue un rôle considérable dans la santé (rayonnement du qi sous toutes ses formes). De récentes découvertes en psychiatrie occidentale tendent à montrer que la luminosité est un facteur important dans certaines formes de dépressions saisonnières, et qu'une hormone épiphysaire (la mélatonine) en constitue un bon marqueur biologique sur le plan du rythme circadien. On soigne d'ailleurs aujourd'hui ces dépressions avec des bains de lumière.



**La médecine traditionnelle fait partie de la culture chinoise. Ouvriers et paysans la pratiquent dans leur vie quotidienne.** Photo Guido Fisch

ping, médecin traditionnel du Medical College de Tianjin, ont permis une confrontation stimulante dans ces recherches comparatives. Il paraîtrait présomptueux

La notion de **biorythmes** gagne précisément du terrain en Occident. L'importance des rythmes dits circadiens (variations de paramètres biologiques sur

vingt-quatre heures) est acquise en Occident. Le taux sanguin de certaines hormones, la température du corps, les phases du sommeil subissent des variations de ce type qu'il faut connaître pour admi-

toutes leurs variantes contemporaines.

Enfin, la **conception holistique** de l'homme, de sa santé, de ses maladies est curieusement analogue à l'un des courants les plus récents et les plus promet-

server le recul philosophique que notre science occidentale a cru bon de laisser aux philosophes et aux prêtres, oubliant qu'aucune médecine digne de ce nom ne saurait limiter sa vision et son action à un



**Le tao, c'est le mystère profond, la Voie que l'on ne saurait nommer, comme le dit Lao-tseu. Et comme le dessine Hergé dans le «Lotus bleu» (Casterman).**

nistrer des médicaments à des horaires précis. La cure d'agrypnie (privation volontaire et contrôlée du sommeil) chez les patients dépressifs est un autre exemple. Quant aux rythmes dits circannuels (variations biopsychologiques annuelles), Hippocrate les décrivait déjà et on les connaissait par le type évolutif d'affections mentales ou psychosomatiques (rythme saisonnier de diverses dépressions ou manies, de troubles gastriques, etc.). Les études épidémiologiques montrent des incidences annuelles caractéristiques pour la fréquence des suicides ou des admissions en milieu psychiatrique de patients dépressifs. Enfin, une équipe de chercheurs genevois tente actuellement d'établir des corrélations entre la météorologie et les urgences psychiatriques.

Si, comme on l'a vu, la **thérapeutique corporelle des troubles psychopathologiques** est familière aux Chinois, elle se développe en Occident sous diverses formes: après les méthodes de relaxation de Schultz et de

Jacobson, après la révolution sexuelle de Reich, voici l'eutonnie, l'hypnothérapie ericksonienne, la bioénergie de Lowen, la Gestalt de Perls, la médecine manuelle et

teurs de la psychiatrie occidentale: la perspective écosystémique. Inspirée de l'écologie, de la théorie des systèmes et de la cybernétique (matrice théorique de la thérapie de famille), cette perspective arrive, par un autre chemin, à des conclusions analogues à celles du taoïsme - avec seulement deux mille ans de décalage! Ainsi, la folie ne dépend pas de l'individu seulement, mais d'une relation, d'une constellation, d'un rythme ou d'un équilibre perturbés. Il ne saurait y avoir de cause unique à ce trouble, un ensemble de facteurs est toujours à l'œuvre.

## L'envol de la grue

Au cours d'une initiation au qigong, nous avons travaillé un exercice intitulé l'envol de la grue, figure bien connue aussi du taijiquan. Il me semble que l'image de cet échassier constitue une métaphore utile pour illustrer nos interrogations. La grue glane sa nourriture au sol et connaît bien les stratégies éthologiques «terriennes». Mais elle sait aussi s'élever haut dans le ciel et voit ainsi les grandes lignes du paysage. Voici comment travaillent les Chinois: ils ont un sens aigu du détail, mais ils jouissent d'un formidable esprit de synthèse, de globalité, du tout en un. Leurs médecins ont su con-

cadre réducteur et sans âme, la prison de l'objectivité pure. Souvenons-nous qu'il n'y a pas si longtemps, en Occident, la médecine faisait partie de ce que l'on appelait la philosophie naturelle. Peut-être la médecine chinoise taoïste nous enseigne-t-elle en fin de compte à redécouvrir un humanisme qui ne sépare plus l'homme de l'Univers? Tôt ou tard, les connexions manquantes se feront jour, pour jeter des passerelles vraiment utiles entre les deux approches. Comme le disait Khi Pa, médecin de l'Empereur Jaune, le sage traite les mêmes maladies avec des moyens divers. Comme le disait Piaget, un pionnier de la psychologie et de l'épistémologie contemporaines, toute science ne peut désormais progresser que crête-à-crête avec une autre science.

**Gérard Salem**

Privat-docent  
médecin adjoint à l'Hôpital de Cery

