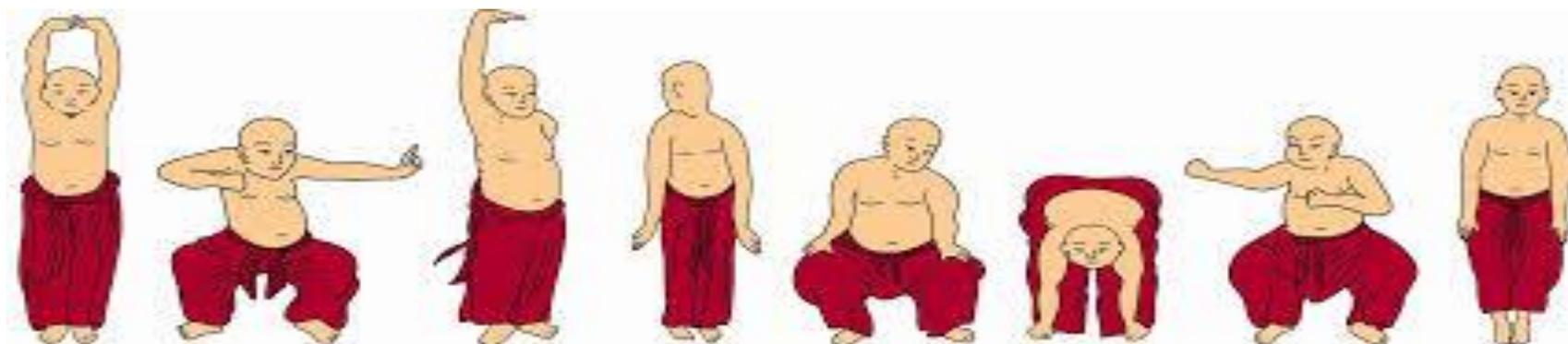


# PAS : « Santé mentale : prendre soin de soi et des autres »

Pr. Emmanuel Poulet, 30 Oct. 2024

## Médecine Traditionnelle et prévention à la santé



Marceau Chenault, Ph.D.  
Collège des Humanités et Sciences Sociales  
Coordinateur des formations internationales  
Faculté de Médecine Lyon Est

# Médecine Traditionnelle // Médecine Contemporaine?



1 Allez sur [wooclap.com](https://wooclap.com)

2 Entrez le code d'événement dans le bandeau supérieur

Code d'événement  
**HZOFPK**

Activer les réponses par SMS

### **Médecine traditionnelle**

La médecine traditionnelle a une longue histoire. C'est la somme des connaissances, des compétences et des pratiques fondées sur les théories, les croyances et les expériences propres à différentes cultures, qu'elles soient explicables ou non, utilisées dans le maintien de la santé et la prévention, le diagnostic, l'amélioration ou le traitement des maladies physiques et mentales.

### **Médecine complémentaire**

Les termes « médecine complémentaire » ou « médecine alternative » font référence à un large éventail de pratiques de soins de santé qui ne font pas partie de la tradition ou de la médecine conventionnelle d'un pays et ne sont pas pleinement intégrées dans le système de santé dominant. Médecine traditionnelle dans certains pays.

*Selon les données de 2012, près de la moitié de la population de nombreux pays industrialisés utilise désormais régulièrement une forme ou une autre de médecine traditionnelle et complémentaire (États-Unis, 42 % ; Australie, 48 % ; France, 49 % ; Canada, 70 %) ; dans de nombreux autres pays, le recours à une forme ou une autre de médecine traditionnelle et complémentaire tient une place importante ; c'est notamment le cas au Chili (71%) ou en Colombie (40%), et dans certains pays africains (jusqu'à 80%).*

## Stratégies de l'OMS pour la médecine traditionnelle et complémentaire 2002-2005 / 2014-2023 / 2025-2034

2002 – 2005 : 1<sup>ère</sup> stratégie publiée par l'OMS pour la Médecine Traditionnelle (recensement des pratiques de terrain et médecine à base plantes)

2014-2023: 2<sup>ème</sup> stratégie publiée par l'OMS Pour la MT/MC (connaissance des pratiques et politiques nationales, contrôle et réglementation, couverture universelle)

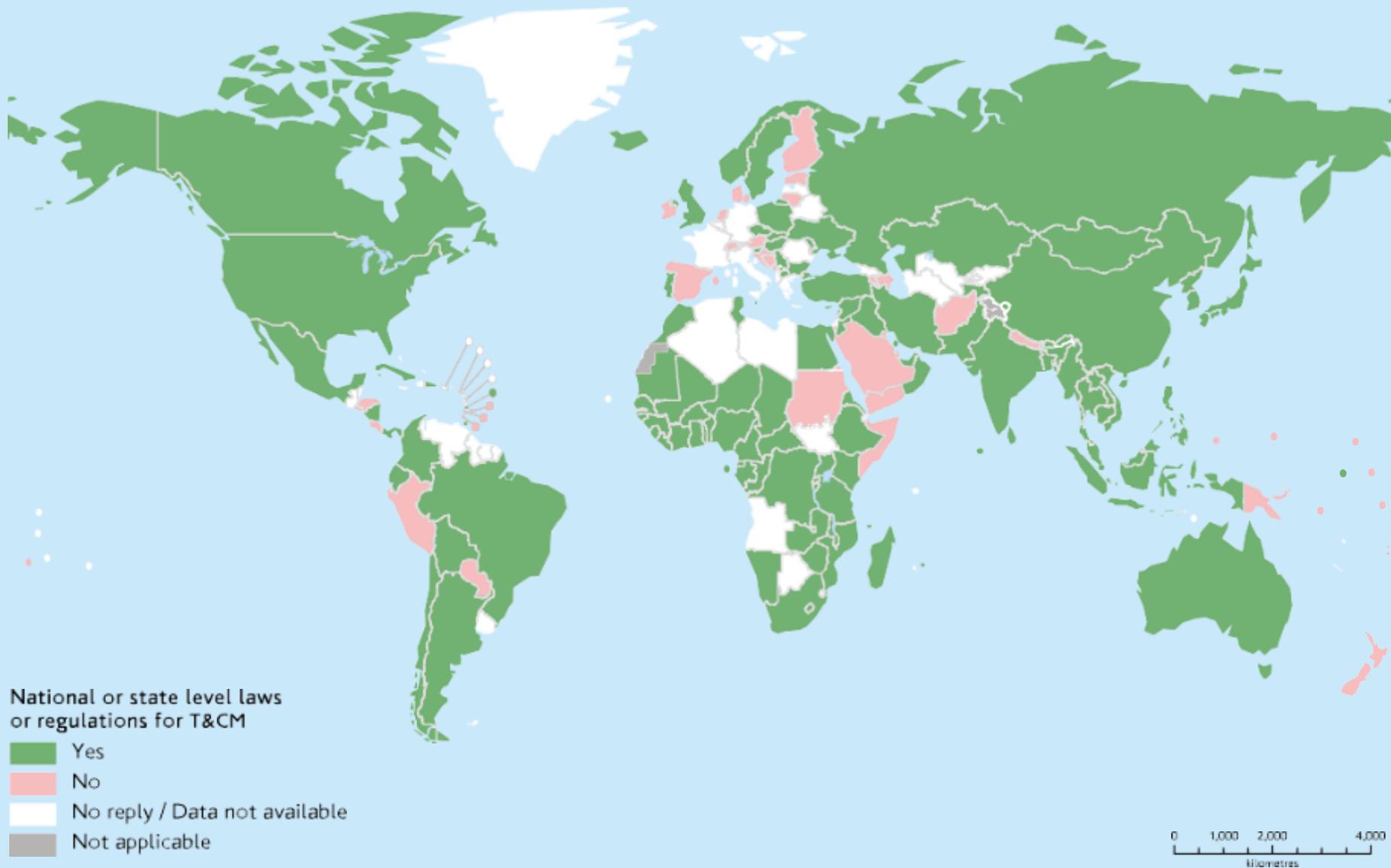
Avril 2022 : Inauguration du Centre mondial de la médecine traditionnelle à Jamnagar (Gujarat, Inde), OMS

Aout 2023 : Sommet Mondial sur la médecine traditionnelle à Gandhigar (Gujarat, Inde), avec l'OMS.

2025-2034: projet d'une 3<sup>ème</sup> stratégie par l'OMS pour la MT/MC (connaissance et recherche scientifique, organisation sociale et politiques des MT/MC)

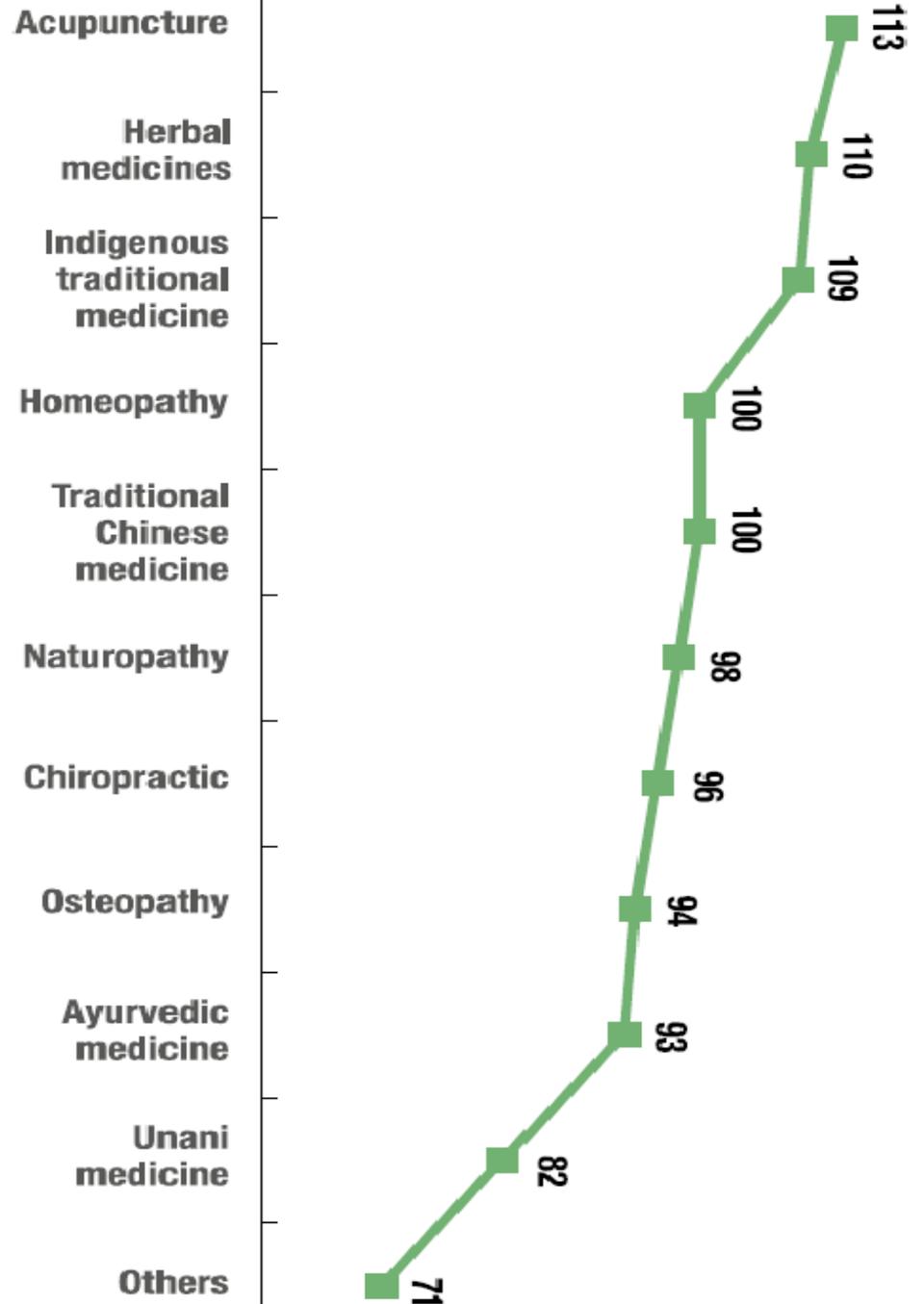
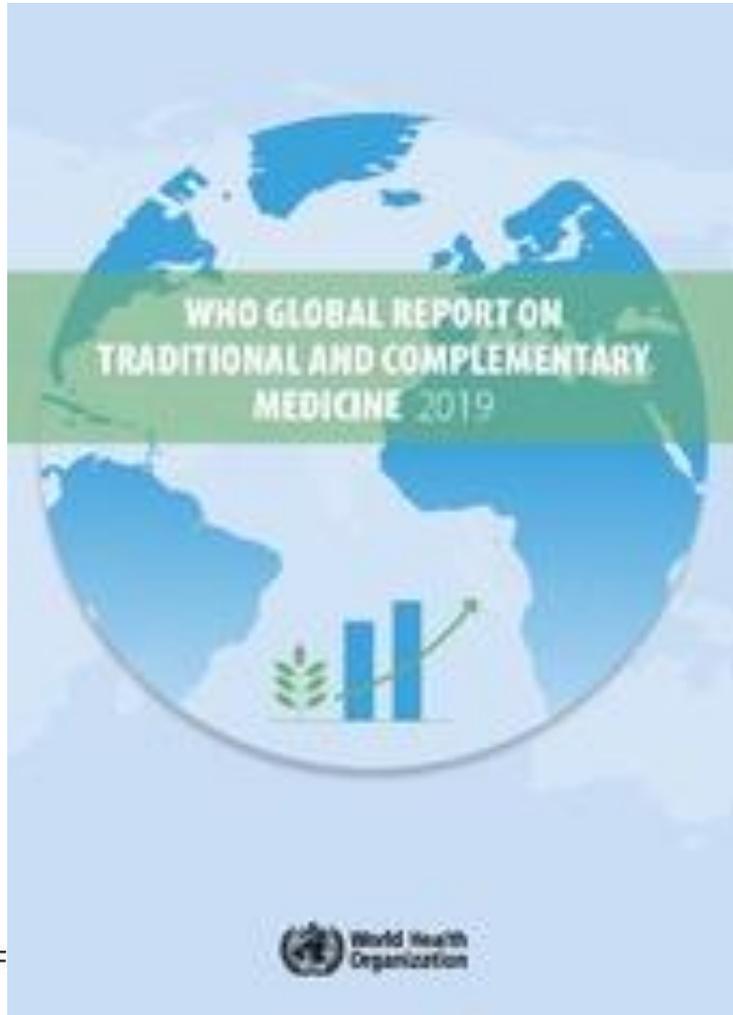
Fig. 1.7. Member States with a national or state level laws or regulations for T&CM, 2018

(Traditionnal & Complementary Medicine, Global Report, WHO, 2019)



# Types of Traditional and Complementary Medicine By member states population

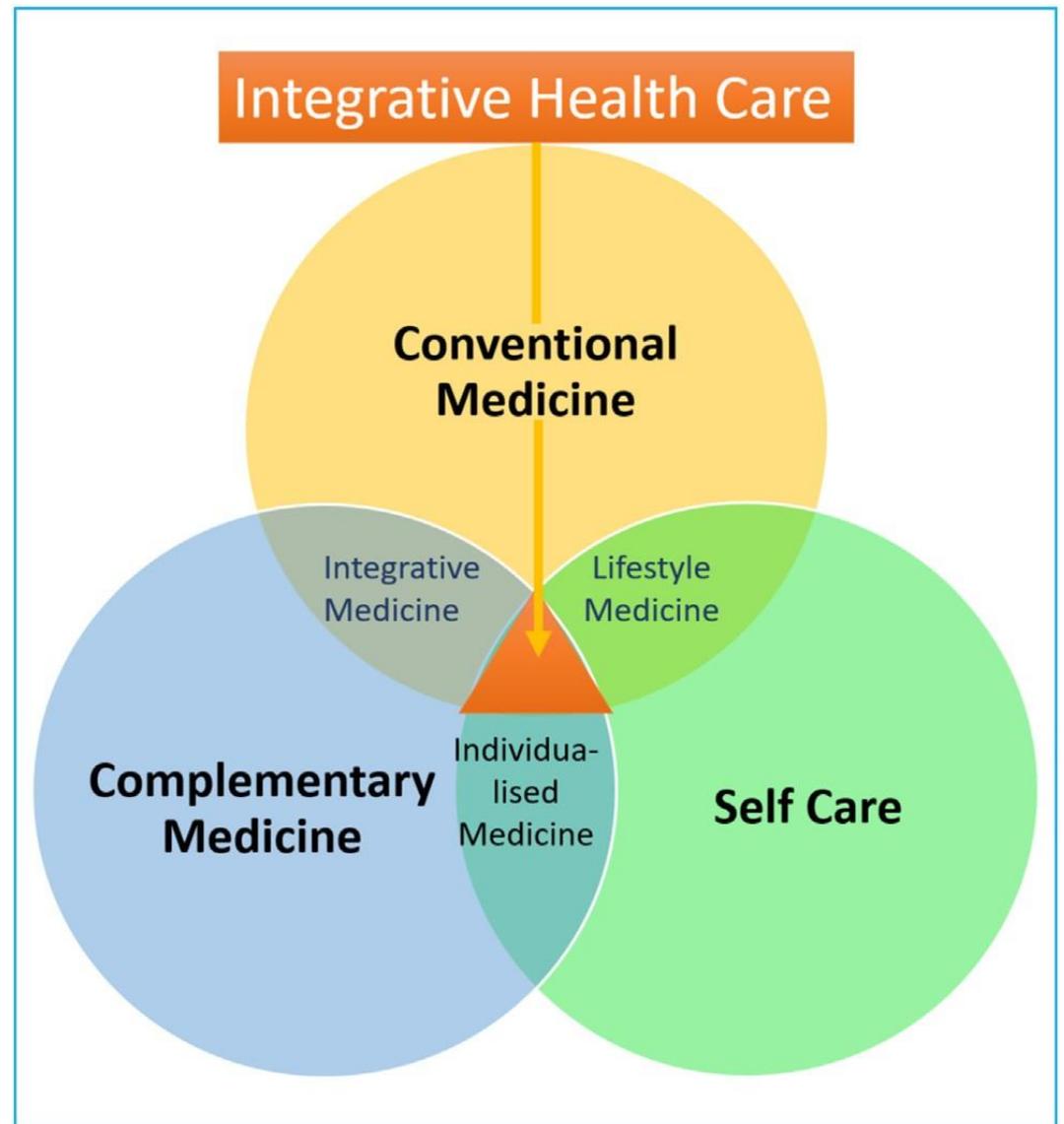
(WHO, 2012)



Types of T&CM used by Member States' populations, in decreasing order, 2012

## Position de la MTC et du Qigong dans le champ de la médecine :

- conventionnelle
- Complémentaire
- intégrative



Wayne Jonas 2021, in Bagot & al., 2021, *Integrative Health Care: Definition and examples of implementation in Oncology in France*

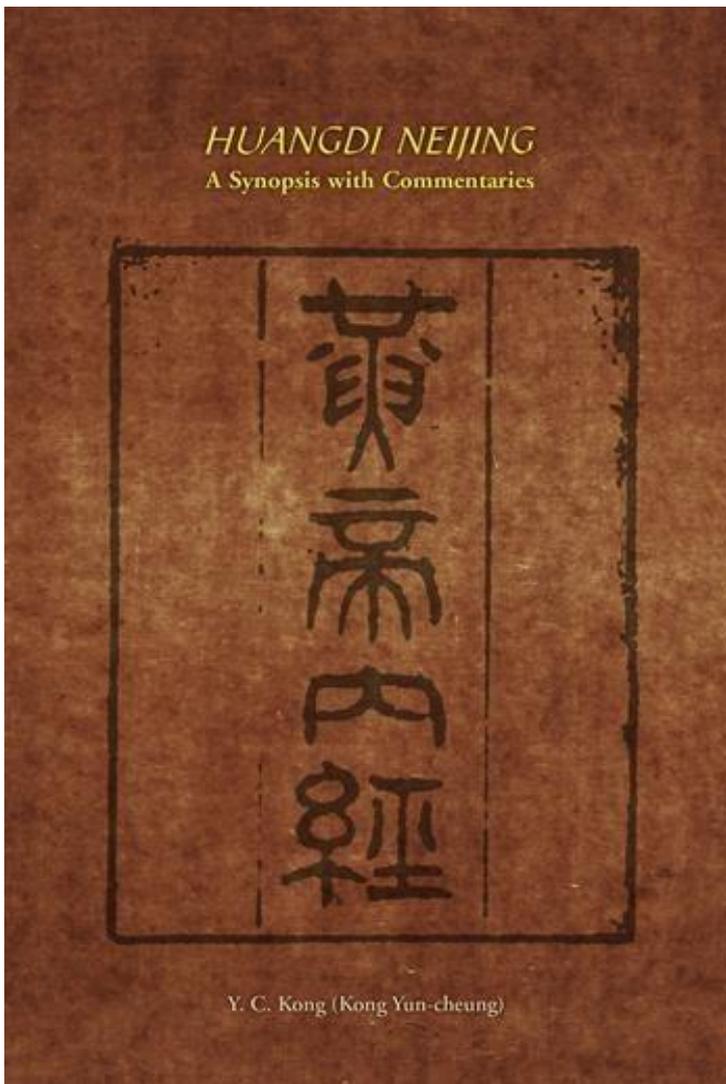
Le cas des pratiques  
traditionnelles de santé en Asie  
(Photos: Shanghai, Chine)



Judith Farquhar and Qicheng Zhang,  
"Biopolitical Beijing: Pleasure, Sovereignty, and Self-Cultivation in  
China's Capital", **Cultural Anthropology**, Vol. 20, No. 3, Ethnographies of  
the Biopolitical (Aug., 2005), pp. 303-327



Parc Jing An, Shanghai, 26 avril 2015



## Huangdi Neijing (3<sup>ème</sup> siècle av. JC)

Trad. Paul Unschuld, 1943 / 1<sup>ère</sup> Ouvrage historique de médecine en Chine

### **CHAPITRE 2:**

### ***Discours complet sur la régulation de l'esprit en accord avec le Qi des Quatre Saisons***

Les trois mois du printemps, ils dénotent un épanchement et une propagation. Le ciel et la terre génèrent ensemble la vie ; la myriade d'êtres s'épanouit. Allez-vous reposer tard le soir et levez-vous tôt. Déplacez-vous dans la cour à grands pas. Démêler les cheveux et détendre l'apparence physique, amenant ainsi l'esprit [à s'orienter sur] la vie. Donnez la vie et ne tuez pas. Donnez et ne prenez pas. Récompensez et ne punissez pas. C'est la correspondance avec le qi du printemps et c'est le moyen de nourrir la vie. S'y opposer nuit au foie.

En été, cela provoque des changements de froid et il y a peu de choses pour soutenir la croissance. Les trois mois de l'été, ils dénotent l'opulence et l'épanouissement. Le qi du ciel et de la terre interagissent et la myriade d'êtres fleurit et porte ses fruits. Allez-vous reposer tard le soir et levez-vous tôt. Ne vous laissez jamais du soleil. Ne laissez pas l'esprit se mettre en colère. Stimulez la beauté et perfectionnez votre élégance. Faire couler le qi, comme si ce que tu aimais se trouvait dehors. C'est la correspondance avec le qi de l'été et c'est le moyen de nourrir la croissance. S'y opposer nuit au cœur.

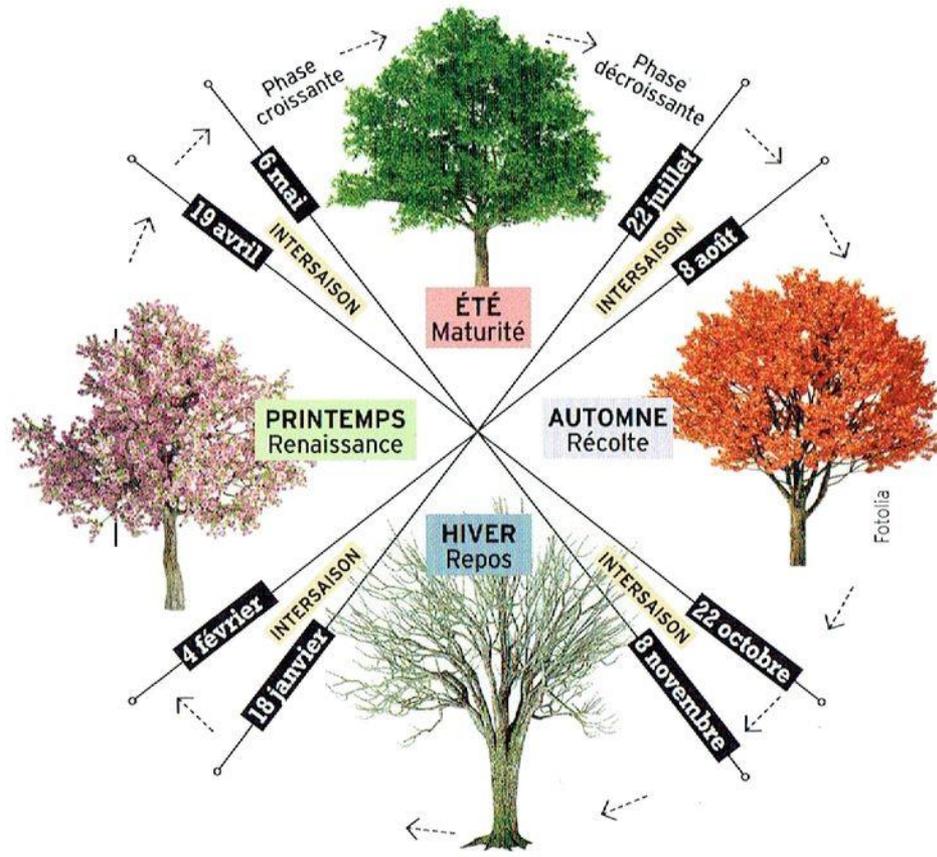
Etc...



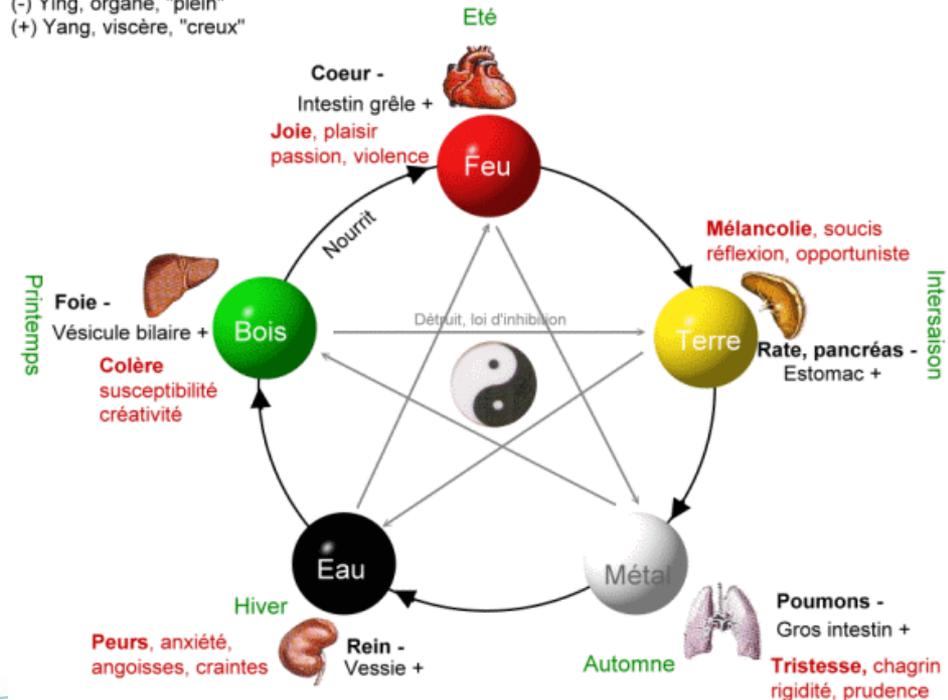
# Théorie Yin/Yang et des 5 mouvements

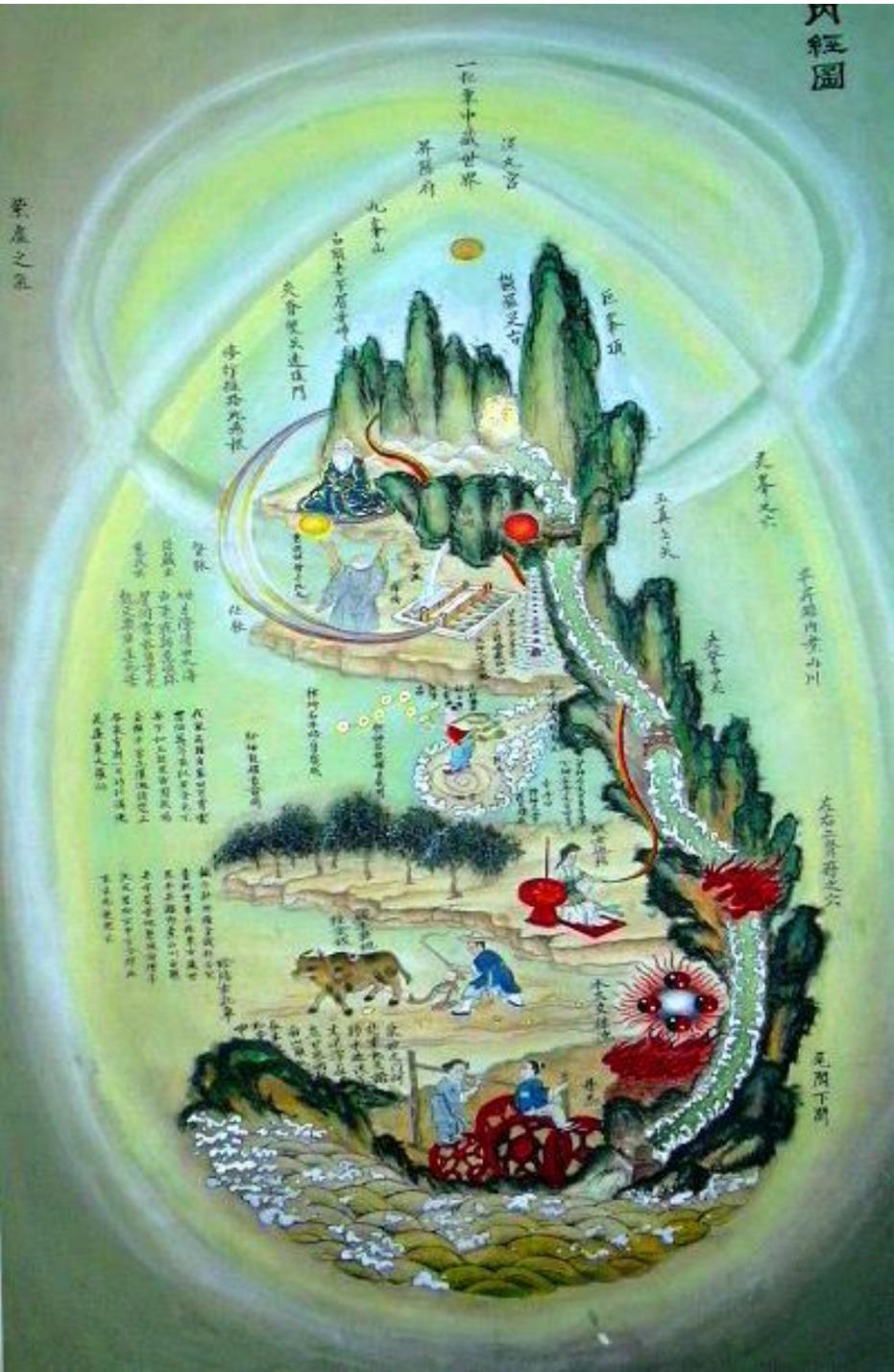
- 4 saisons, 4 mouvements d'énergie
- Croissance YANG / décroissance YIN

... Une observation chronobiologique !



(-) Ying, organe, "plein"  
 (+) Yang, viscère, "creux"





## Nei Jing Tu

« Le paysage intérieur »

(Despeux, 2012)

Les trois foyers

Les trois portes

La circulation de  
l'énergie

# « Yangsheng » ou « nourrir la vie » dans l'Ancienne Chine

## Le Pommeau de Jade à 12 faces (environ 400 Av. JC)

Pour faire circuler le Souffle Vital :  
Respirez profondément, il se rassemblera.  
Quand il sera rassemblé, il se dilatera.  
Quand il se dilatera, il descendra.  
Quand il descendra, il deviendra stable.  
Quand il sera stable, il sera régulier.  
Quand il sera régulier, il germera.  
Quand il germera, il grandira.  
Quand il grandira, il reculera.  
Quand il reculera, il deviendra céleste.  
Le dynamisme du Ciel se révèle dans l'ascension ;  
Le dynamisme de la Terre se révèle dans la descente.  
Suivez ceci et vous vivrez ;  
opposez-vous à cela et vous mourrez.



Jade Pendant Inscription of Conducting Qi  
行氣玉佩銘

Voir Judith Farquhar and Qicheng Zhang,  
“Biopolitical Beijing: Pleasure, Sovereignty, and Self-Cultivation  
in China's Capital”, **Cultural Anthropology**, Vol. 20, No. 3,  
Ethnographies of the Biopolitical (Aug., 2005), pp. 303-327

## Soie du tombeau de MaWangDui (-190/-168 av. JC)



La médecine traditionnelle chinoise, 2002,

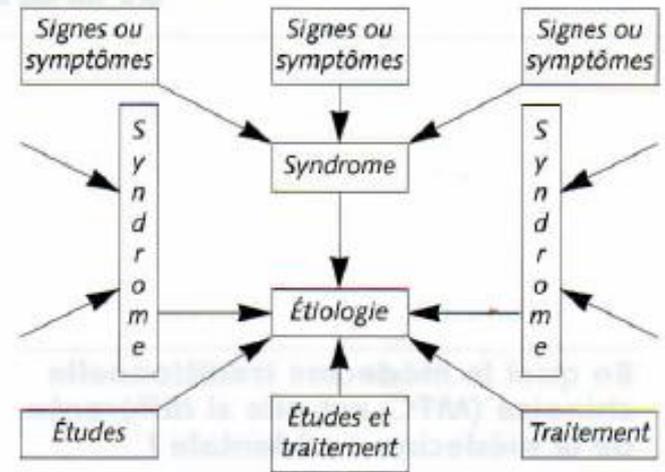
Pr. J. R. ATTALI,  
 Chef du service  
 d'endocrinologie  
 Bondy, Seine  
 Saint Denis

## Étude comparative avec la médecine occidentale

### Épistémologie de la médecine occidentale

*De nombreux signes ou symptômes pouvant se grouper en syndromes donnent une définition d'une maladie qui est référée à un seul diagnostic étiologique, lequel lui-même est référé à un traitement à visée étiopathogénique. C'est un modèle que l'on peut appeler « centripète » (cf. l'exemple du diabète avec deux types de syndromes, le diabète de type 1, dû à une insuffisance de sécrétion de l'insuline, et le diabète de type 2, dû à une résistance périphérique à l'action de l'insuline; il en résulte un seul diagnostic étiologique: l'hyperglycémie. Le but du traitement est identique, c'est l'augmentation de l'insulinémie et la diminution de la glycémie, même si les médicaments sont différentes).*

### Médecine occidentale « centripète »



### Épistémologie de la MTC

*La nosologie chinoise comprend de nombreux syndromes, lesquels résultent du déséquilibre du Yin et du Yang. Ces déséquilibres reposent tantôt sur les désordres du flux Xué, tantôt sur les désordres du flux Qi, tantôt sur les désordres du flux Jin Ye. Chacun de ces flux se trouve lui-même affecté par plusieurs perturbations étiologiques, lesquelles sont corrélées soit aux grandes causes externes (vent froid, humidité, sécheresse, feu et chaleur), soit aux perturbations internes (joie excessive, colère, pensées obsessionnelles, tristesse, affliction, peur, effroi), soit aux excès charnels. À signaler que les perturbations externes ne sont pas simplement des indications climatiques mais, par exemple au plan du microcosme humain, le vent se trouve corrélé avec l'un des couples de viscères: le foie et la vésicule biliaire.*

*La MTC sera donc un modèle de médecine « centrifuge »: les études et les traitements ne seront pas axés sur une seule cause mais sur une série de relations interdépendantes circulaires, les « relations en mouvement ».*

### MTC « centrifuge »



« Anthropologie de la Maladie »  
(François Laplantine, 1984)

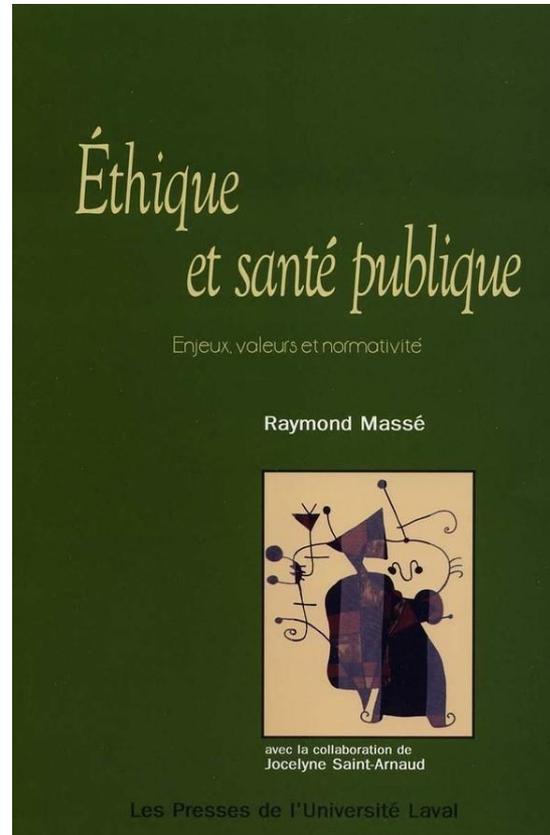
Deux systèmes d'étiologie ?

- Exogène : combattre la maladie envahissante
- Endogène : rééquilibrer la balance en relation au milieu .



# Anthropologie de la santé

**Raymond Massé, 2010,**  
**« nouveaux défis pour**  
**l'anthropologie médicale »:**  
dépassement des oppositions  
entre santé mentale et  
physique (génétiques et  
psychosomatiques), entre  
rituels thérapeutiques  
traditionnels (guérisseurs) et  
analyse des multiples  
biotechnologies (médecin),  
entre pratiques de soins et  
déterminants de la santé  
globale (économiques, sociaux,  
politiques, culturels).



Empédocle d'Agrigente, philosophe grec, 5<sup>e</sup> siècle avant notre ère : « Il y a quatre éléments, le feu, l'eau, la terre et l'air. L'amitié les rassemble et la haine les sépare » (VIII, 76).

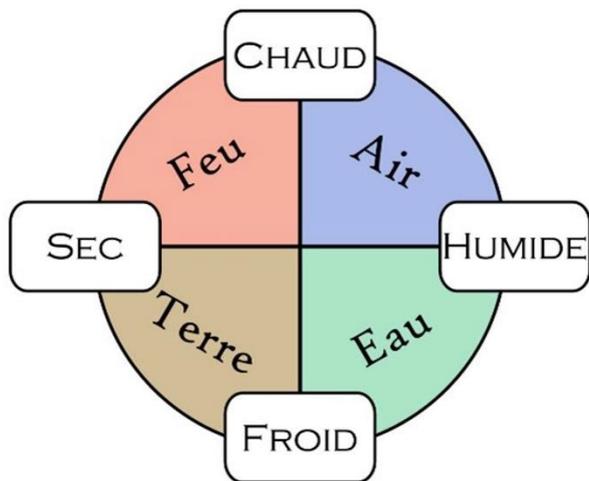
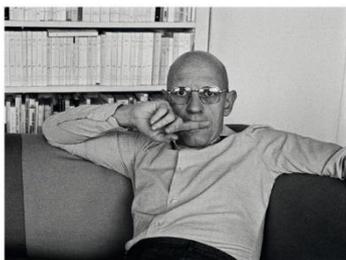


Illustration du XVI<sup>e</sup> siècle des quatre humeurs de la théorie humorale de la médecine d'Hippocrate



Michel Foucault  
 Qu'est-ce que la critique ?  
 suivi de  
 La culture de soi



« La culture de soi »: Tradition hellénique grecque du « Souci de soi » jusqu'au « techniques de soi » comme outils d'adaptation et de transformation de l'humain: exercice de soi sur soi – méditation, ascèse, écriture, examen de la conscience, ...

# Du « Souci de Soi » de Michel Foucault ...

Une attitude

à l'égard de soi

à l'égard des autres

à l'égard du monde

Une certaine forme d'attention, de regard.

convertir son regard vers soi,

et veiller à ce qu'on pense et à ce qui se passe dans la pensée.

Parenté du mot *epimeleia* avec *meletê*, qui veut dire à la fois exercice et méditation

Un certain nombre d'actions, actions que l'on exerce de soi sur soi, actions par lesquelles on se prend en charge, se modifie et se transforme

les techniques de méditation

techniques de mémorisation du passé;

les techniques d'examen de conscience;

les techniques de vérification des représentations à mesure qu'elles se présentent à l'esprit

... au « Prendre soin » de Bernard Stiegler 2008  
(vers une « *écologie du jardinage neuronal* »)

BERNARD STIEGLER  
PRENDRE SOIN  
DE LA JEUNESSE  
ET DES GÉNÉRATIONS

Flammarion

# Des Traditions Modernes...

