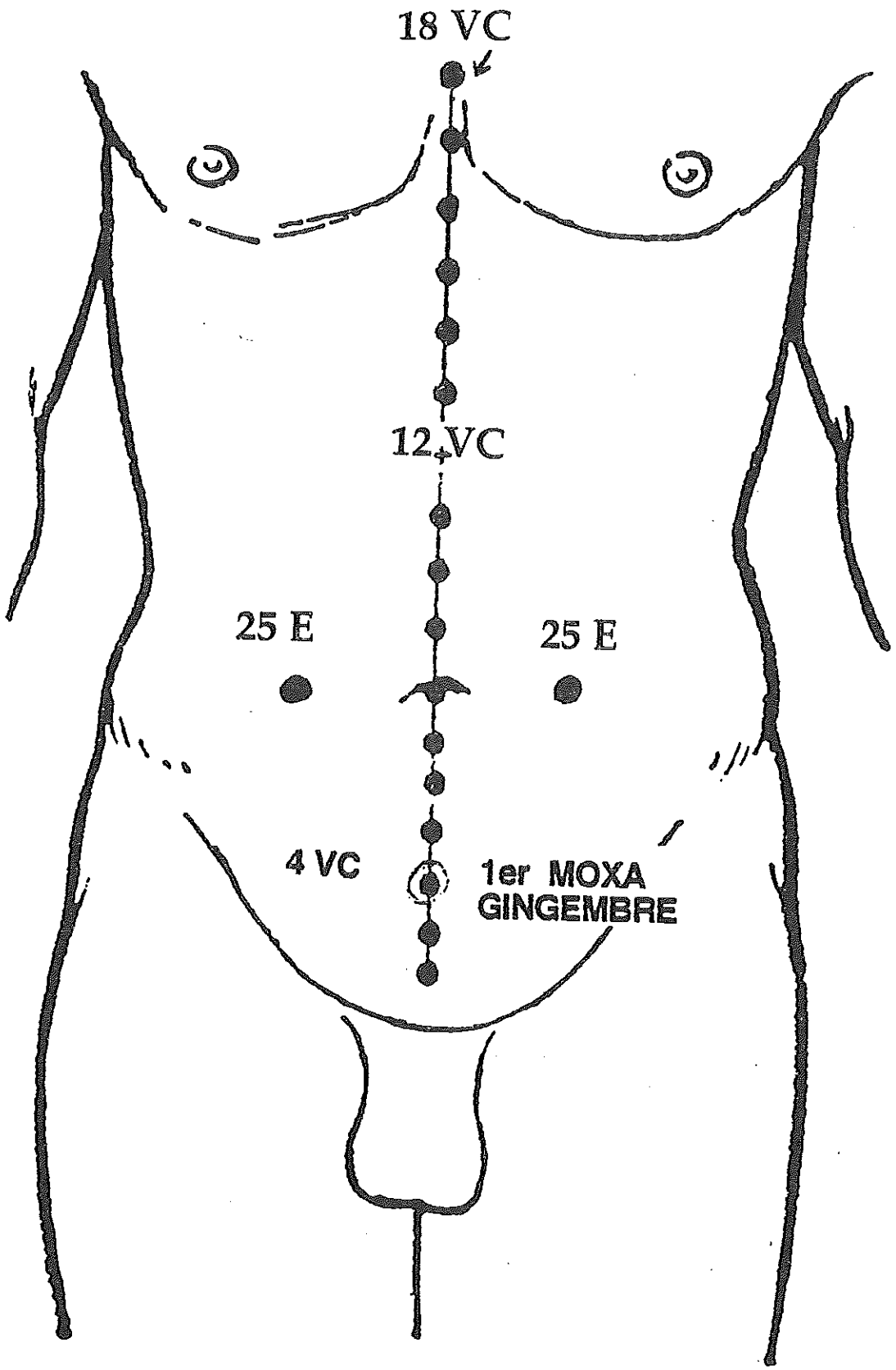
CHAPITRE 8

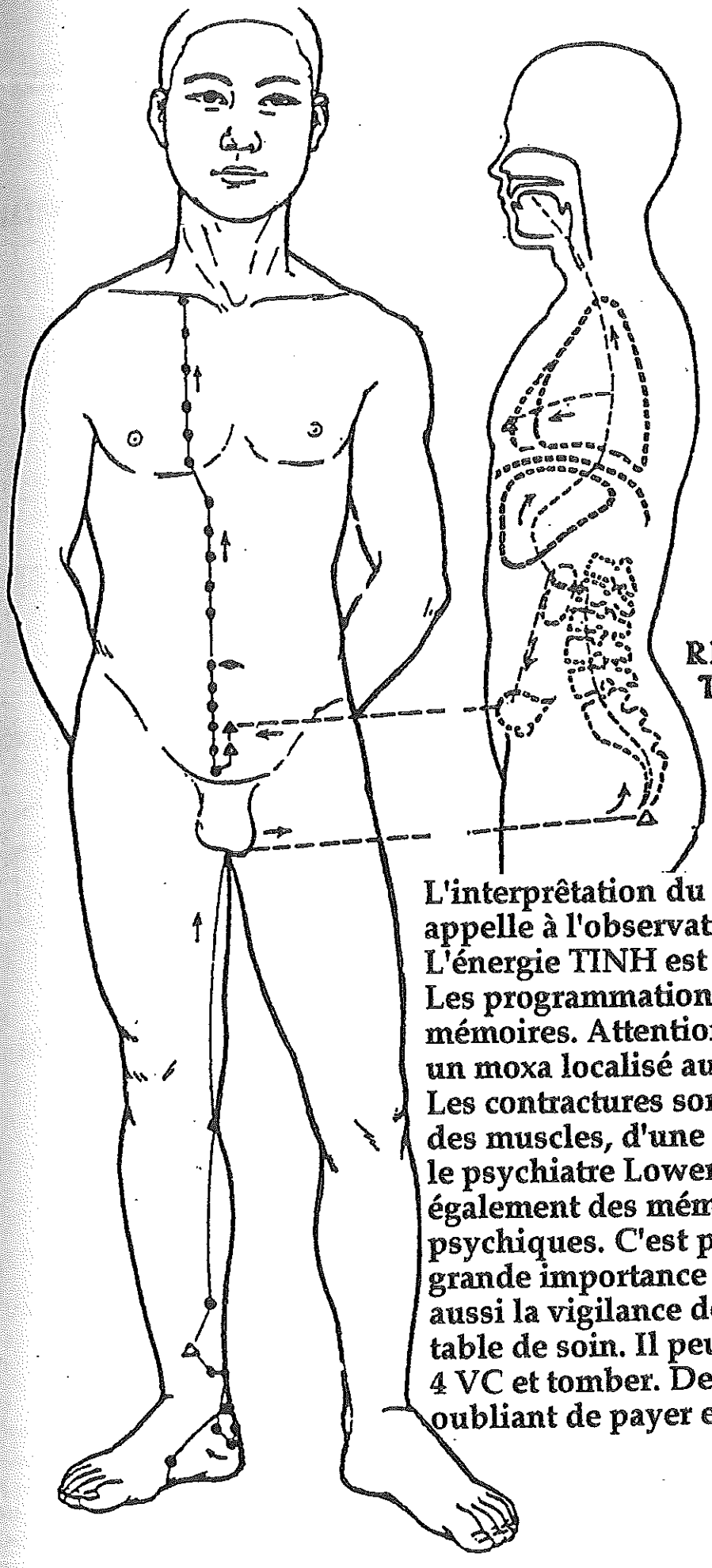
3 ème MANOEUVRE

LES MOXAS

MOXAS POUR LE TRAITEMENT DES CERVICALES



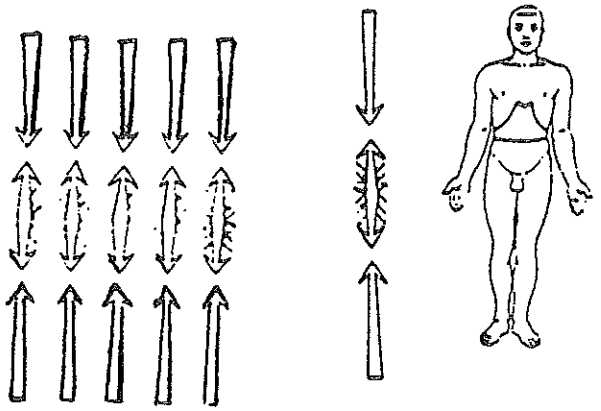
REPROGRAMMATION DES MEMOIRES
4 VC



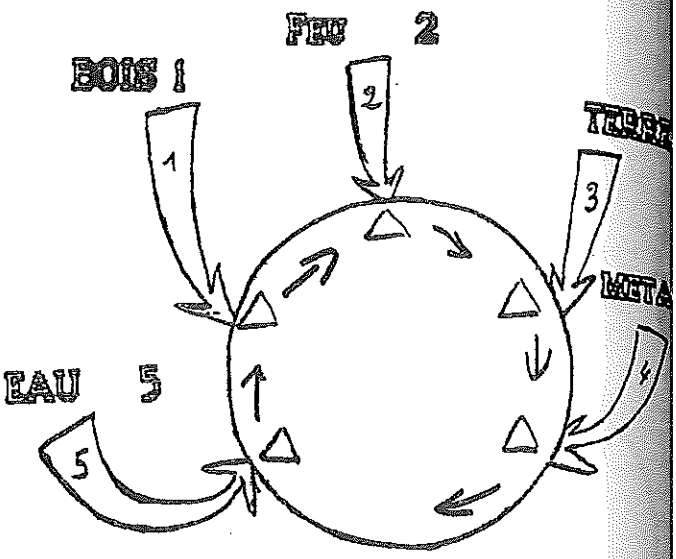
BIEN APPRECIER LE RAPPORT MERIDIEN DU REIN ET LE MOXA AU 4 VC QUI LUI EST LIE (voir le rapport Vessie-Rein). LA SORTIE DE L'ENERGIE PSYCHIQUE TINH PAR LE MOXA. SE RAPPELER QUE LE REIN FOMENTE L'ENERG TINH MAIS NOURRIT LE DEUX ENERGIES PSYCHIQUES.

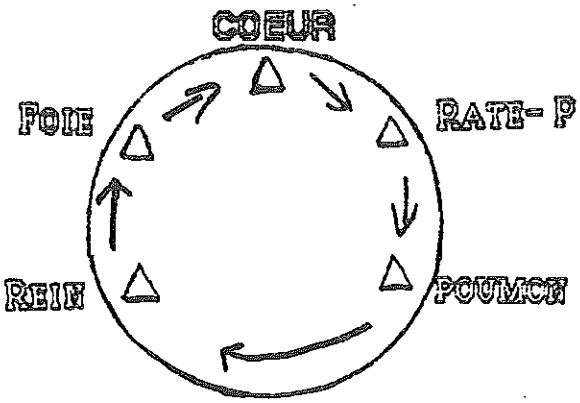
L'interprêtation du langage d'acupuncture appelle à l'observation sémantique. L'énergie TINH est le passé, la mémoire. Les programmations, les réflexes, sont des mémoires. Attention de ne pas conduire aprè un moxa localisé au point 4 VC. Les contractures sont aussi des mémorisation des muscles, d'une certain façon. Mais d'apr le psychiatre Lowen et moi-même, si je l'ose, également des mémorisations de frustrations psychiques. C'est pourquoi, je donne une grande importance à mon métier. Mémoire aussi la vigilance de celui qui se sait sur votr table de soin. Il peut l'oublier après un point 4 VC et tomber. De même qu'il s'en va en oubliant de payer et de boiter...

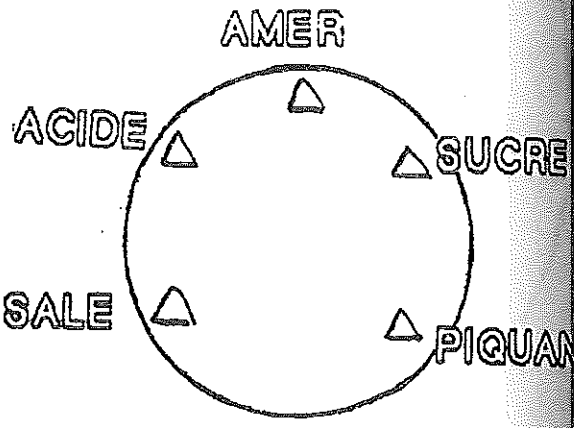
PRECISIONS



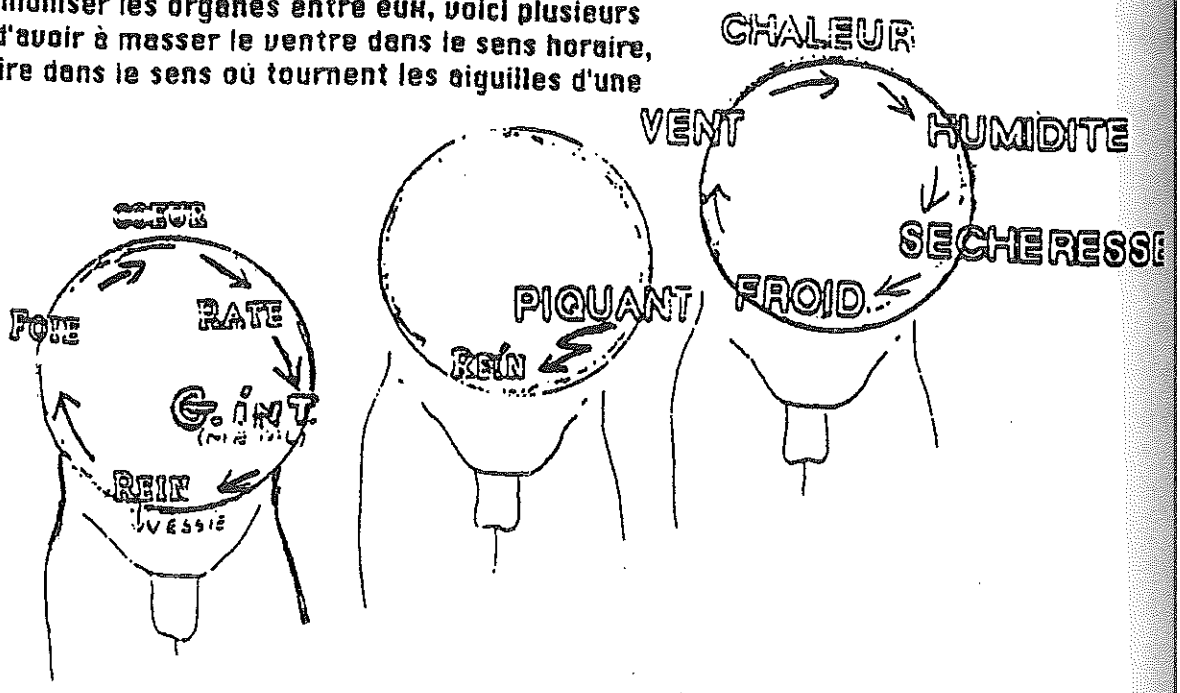
Les organes se nourrissent énergétiquement en suivant





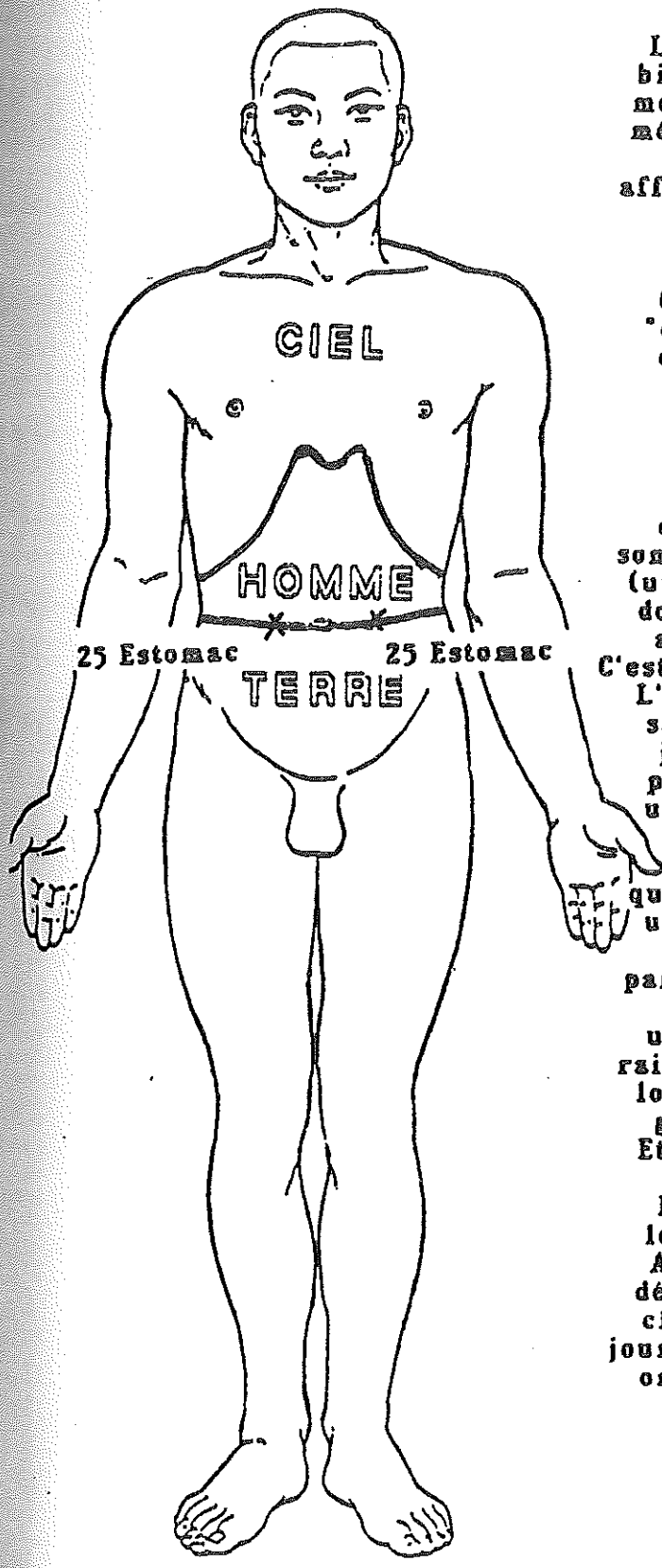


Pour harmoniser les organes entre eux, voici plusieurs raisons d'avoir à masser le ventre dans le sens horaire, c'est à dire dans le sens où tournent les aiguilles d'une montre.

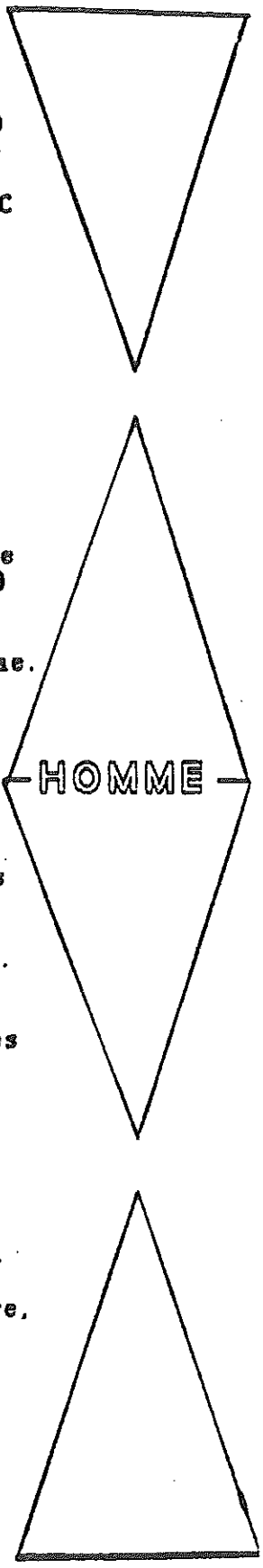


Le PIQUANT - saveur du Poumon - stimule le Rein, lequel nourrit les éne psychiques. A son tour, les 2 points 25 ESTOMAC sont des points de projection, POINT MO du GROS INTESTIN. Lors de la pratique des moxas, nous les stimulons les problèmes cervicaux. Ils s'appellent "Charnières Célestes", et sont chargés de mett rapport le ciel et la terre des énergies psychiques, chassant - puisque le moxa dispers tristesse du dépressif voûté

POINTS DES MOXAS POUR LES CERVICALES 25 ESTOMAC DES 2 COTES



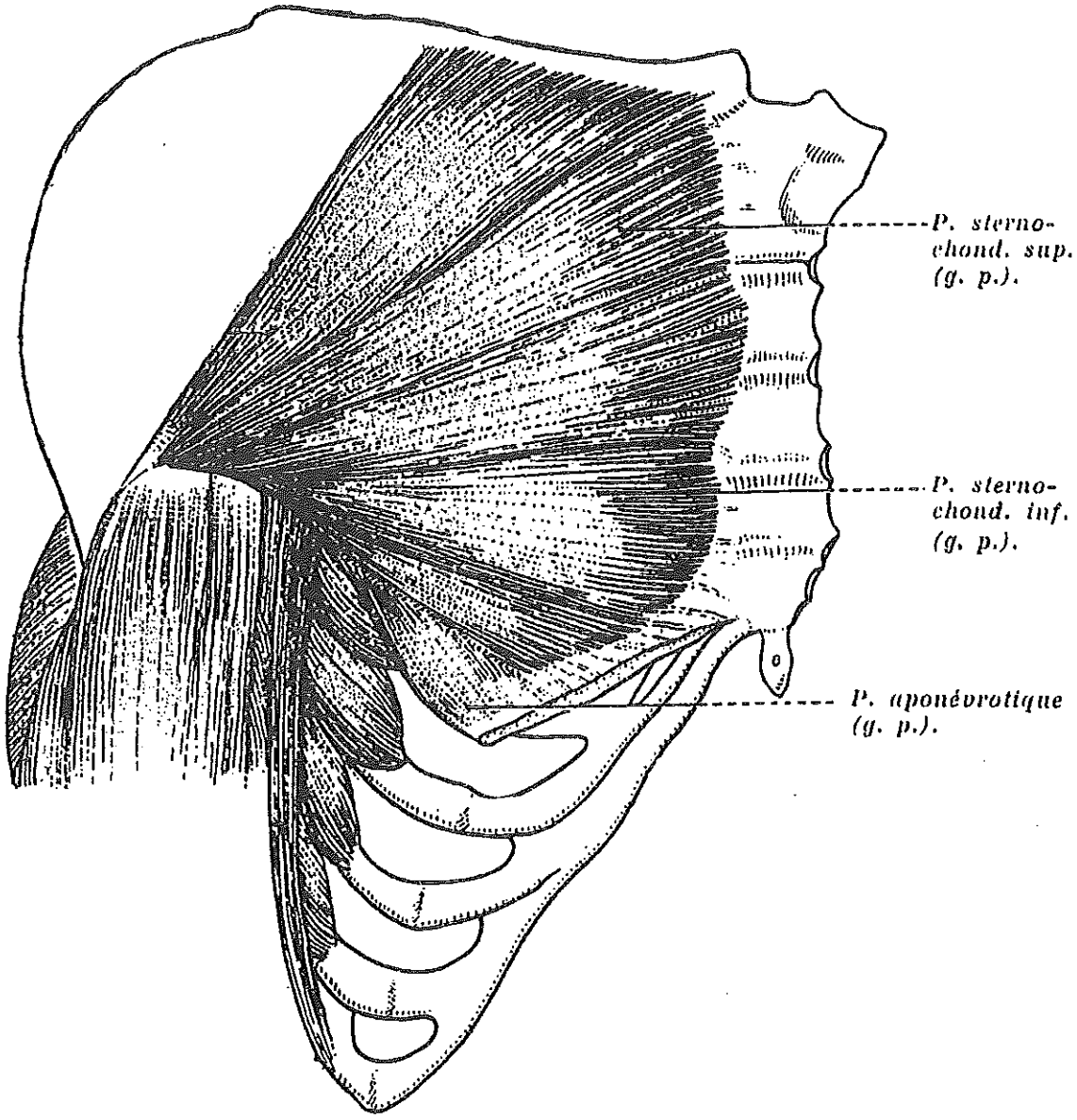
Les points 25 Estomac sont bilatéraux et participent du méridien de ceinture TAE MO méridien merveilleux appelé méridien de la trahison affective dans le TRUNG Y HOC (Hanoi).
C'est dire qu'il véhicule l'énergie psychique.
Ces 2 points sont nommés "charnière céleste" et font correspondre l'étage très physique TERRE avec l'étage spirituel CIEL.
Si l'on tient compte du procédé manuel de la méthode, on perçoit qu'une médecine psycho-somatique totalement acceptée (utilisée et donc é...prouvée) donne un substrat physique au non-manifesté du ciel.
C'est l'étage moyen, le problème.
L'étage de l'homme sans loi, sans organisation suprême, j'ai failli dire impalpable parce qu'anarchique. C'est un Dieu s'il pense plus aux autres qu'à lui. C'est un problème s'il ne pense qu'à lui. Mais ce n'est jamais un sous-homme. Sa mère qui est le ciel antérieur lui pardonnerait tous ses crimes.
Les parents sont un univers préséant à tout raisonnement logique dans les lois sentimentales rarement gérées par l'intelligence.
Et parmi elles, l'indulgence presque impossible.
Le 25 Estomac intériorise le INN aux axes des saisons Automne/Hiver. A voir les dépressions au moment de la chute des feuilles ou des 18 jours précédant le 21 décembre, on redécouvre l'importance de cette charnière.



CHAPITRE 9

4 ème MANOEUVRE MASSAGE DU GRAND PECTORAL

MASSAGE DU GRAND PECTORAL

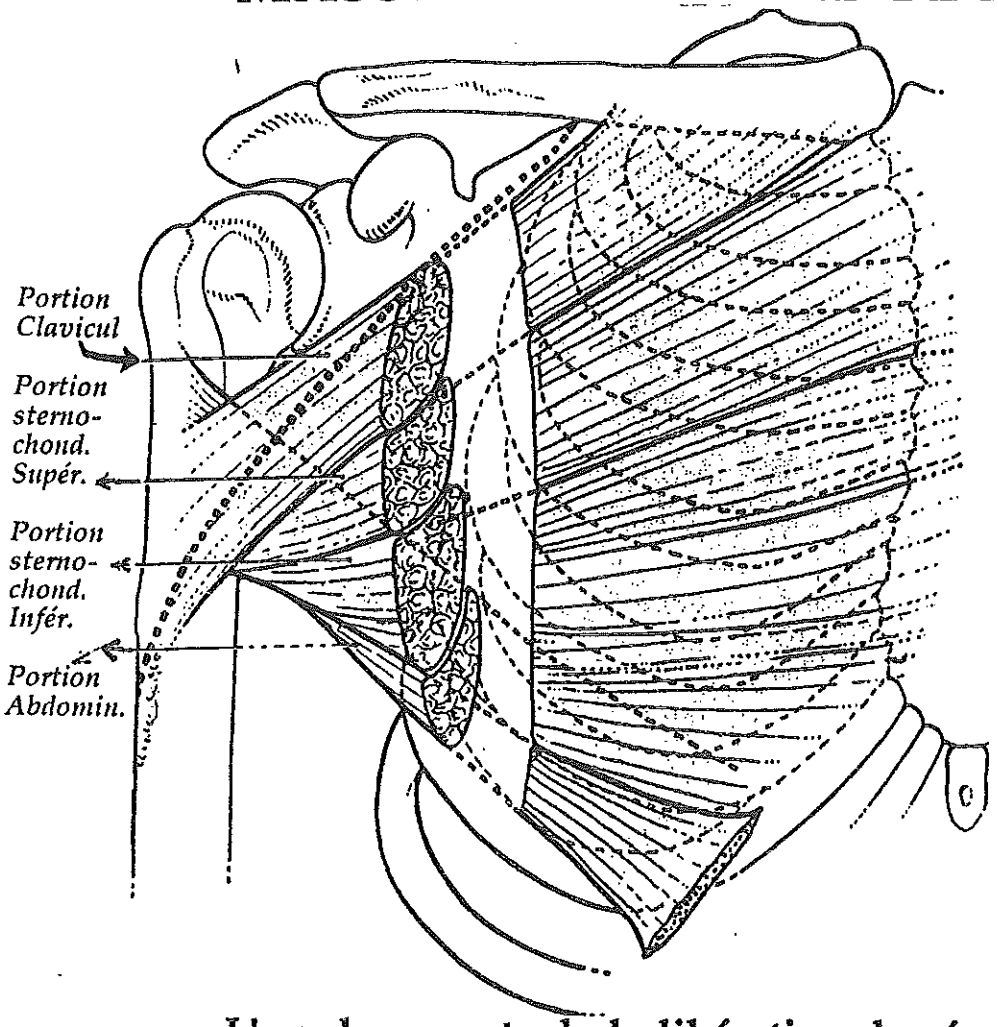


— *Muscle grand pectoral.*

En fait il faut masser assez ferme les insertions sternales et claviculaires, dont la minime épaisseur ne va pas traduire la rétraction EXISTANTE, ni même la douleur. Sans appuyer dans la profondeur, il faut quand même coincer les petites fibres partout sur les insertions osseuses. Attention à cette subtilité, n'appuyez pas vos doigts à fond sur les côtes. Frottez énergiquement mais superficiel. La révélation de votre effort, vous l'aurez par l'obtention d'une douleur seulement AU TOUCHER, qui va durer trois jours après le massage. Au toucher seulement, ce n'est pas un fort préjudice.

Et vous verrez le berceau des épaules se relever déjà sensiblement, sauf si votre patient dort avec des oreillers insuffisants.

MASSAGE DU GRAND PECTORAL

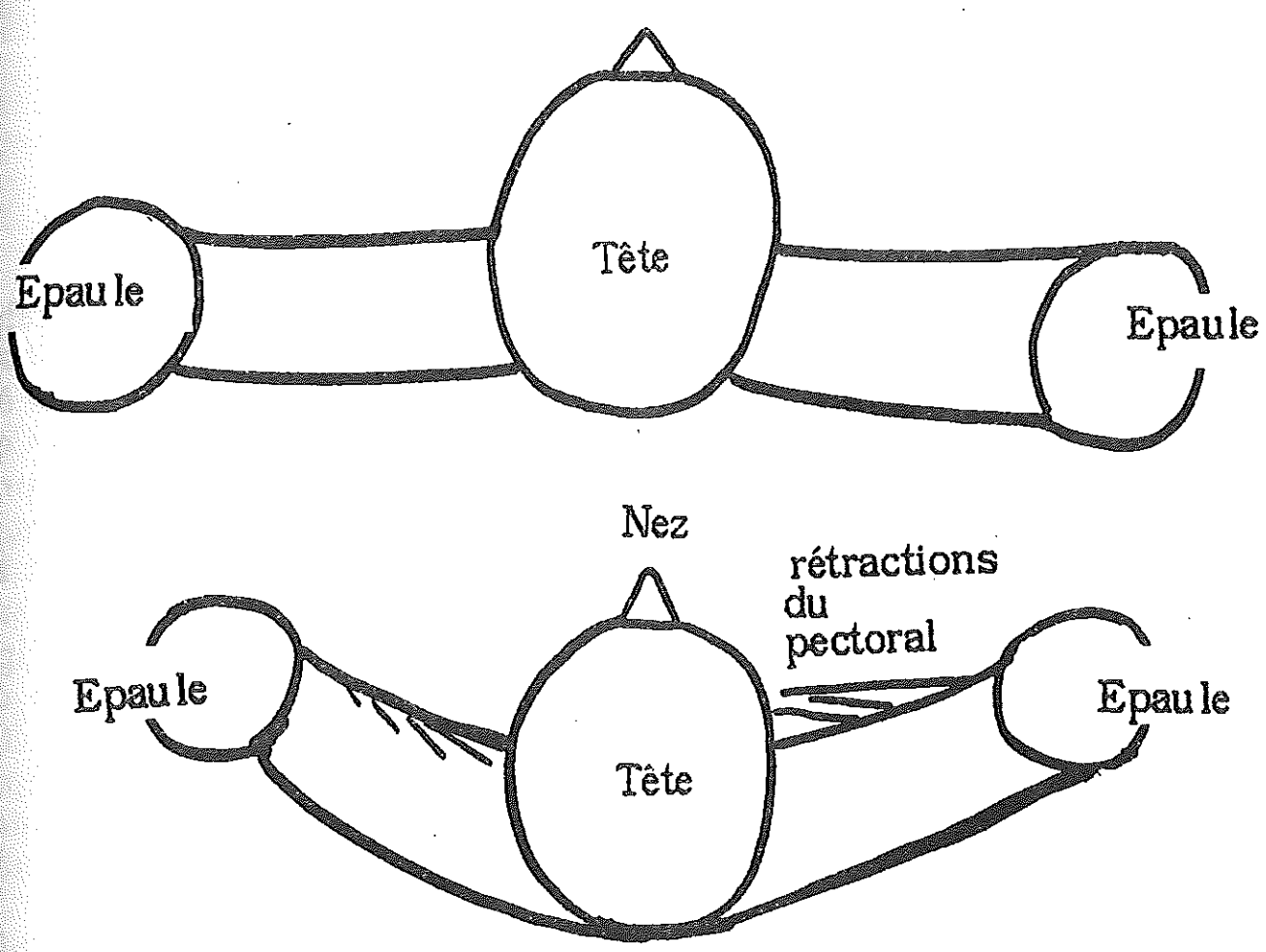


Constitution schématique du grand pectoral, côté droit (le bord antérieur du deltoïde est représenté en pointillé noir épais).

L'un des secrets de la libération des épaules voûtées en avant, tient dans la contracture des muscles antérieurs de la poitrine. Contracture qui va jusqu'à la tendinisation de la partie charnue des muscles. Nous parlons du grand pectoral que voici.

Il est fait comme un éventail. Réellement comme un éventail. Ses insertions sur la clavicule et le sternum sont extrêmement peu épaisses, au point qu'il est difficile d'y percevoir une contracture. C'est pourtant la même fibre, les mêmes nombres de fibres qui vont, tels les rayons d'une roue de bicyclette, se précipiter sur le moyeu de l'épaule où elles composent un fort muscle, peu accessible à la traduction aigüe de la contracture. On se dit qu'on peut toujours lui faire mal. C'est certain et il est rétracté, mais l'impression n'est pas directe et bien que je ne le néglige jamais, je ne tire pas toujours de lui des renseignements fermes : ni satisfaction, ni démonstration exemplaire. Mais je viens de dire qu'il en est tout comme, moins souvent certes, mais suffisamment pour le noter au niveau du massage des insertions sternales et claviculaires.

LE BERCEAU DES EPAULES



Le berceau des épaules nécessite sur le dessin inférieur, non seulement le massage du pectoral, mais encore une pression après massage ou pendant massage pour réajuster l'articulation. Ces épaules représententent l'attitude de la dépression nerveuse, de l'asthme, de l'arthrose cervicale, et de bien des cardiaques.
Le dessin n'est pas élégamment exécuté, mais sur le dessin inférieur, l'inégalité à gauche de la largeur d'épaule est une observation clinique statistique.
Après 40 ans de fonction "glorieuse", je m'autorise à affirmer que l'échec de la plupart des cerveaux qui se sont penchés sur le problème cervical, procèdent d'une indigence crasse du sens de l'espace. Car les douleurs du haut du dos et du cou proviennent d'une élongation des muscles postérieurs du haut des épaules, puisque les muscles antérieurs pectoral, sous-clavier etc... sont rétractés. A la rigueur, masser où l'on a mal, derrière le dos est NOCIF. Tout le problème s'obstine dans cette non simplification.

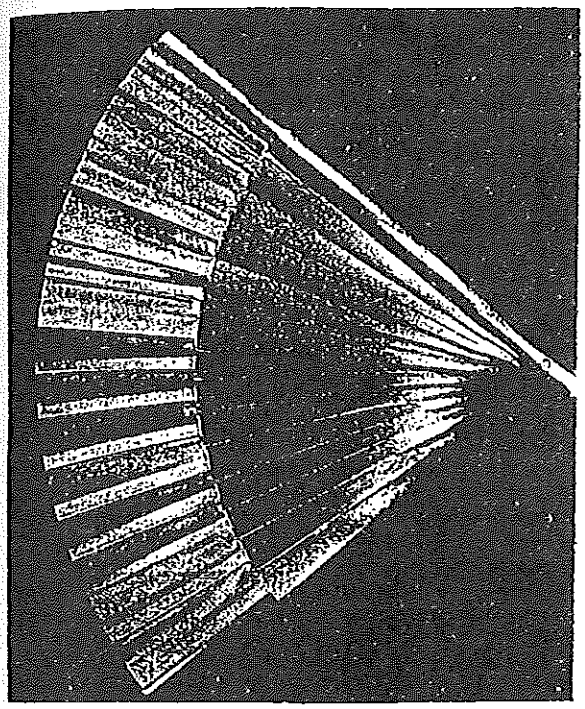
LE GRAND PECTORAL CET EVENTAIL INVERSE

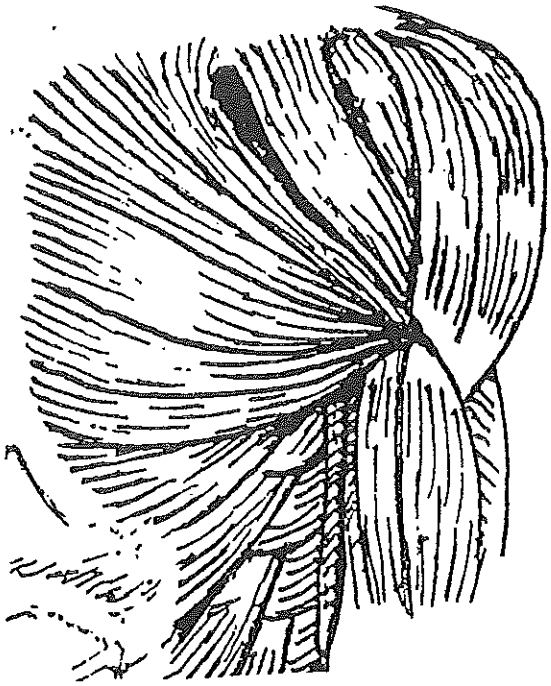
Cette analyse participe de l'anatomie du vivant, que jusqu'alors je n'ai jamais trouvée dans les livres. Cet éventail pour qu'on le traite dans l'espace afin de lui redonner toute son amplitude doit d'abord être intégré par celui qui traite à sa propre compréhension physique. Cette adaptation spécifique relève des bases fondamentales comme le sprint corrigeant la sacro-iliaque, l'essoufflement traitant les cervicales, et l'auto-chiropractique des genoux (jamais l'un sans l'autre) qui ont fait ma réputation depuis 1971. Toutes oeuvres de ma part venues d'un sens héréditaire du sabotier que j'ai été. J'ose soutenir mais n'enseigne qu'aux professionnele diplômés, que la chiropractique bruyante des coudes qui remet droits les bras est essentielle pour traiter les états dépressifs. En effet, d'après Darwin, le trapèze n'était jadis pas séparé du biceps, lequel se termine sur les coudes. Les déprimés se tiennent voûtés sur tout l'aspect du plexus cervico-dorso-bracchial. Les coudes remontent latéralement. Les contractures sur les coudes ne s'interrompant jamais, même la nuit, maintiennent si on veut bien l'imager des seaux portés jour et nuit sans répit ni repos. Voila où l'on déleste tous les dépressifs en les massant.

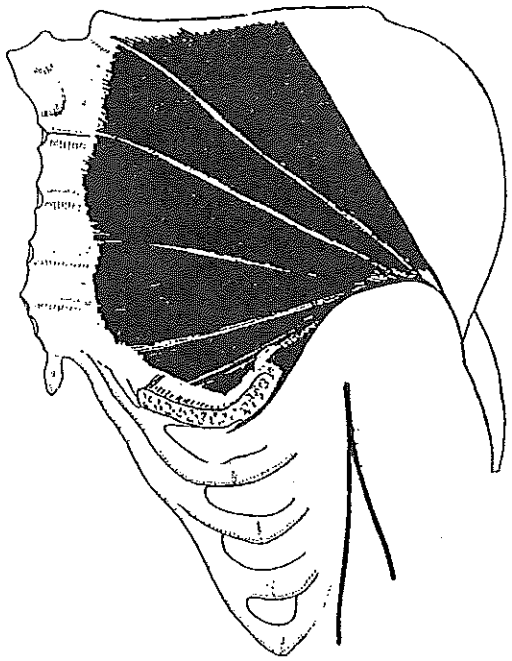
Vous n'avez jamais jusqu'alors entendu parler comme cela, et c'est pourquoi la compétence impermanente doit être induite dans le geste contrairement à la vérité beaucoup trop fixée aujourd'hui.

Celui qui ratiocine intellectuellement mais vous parle du rapport psycho-somatique est peut-être une lumière, mais les cathédrales ne sont pas seulement oeuvres d'architectes. Tu ne sais soulager les charges physiques du corps, quel espoir peux tu donner à quelqu'un d'écrasé ? Tu délestes par psychanalyse les charges mentales avec toutes les efficacités inhérentes à ton métier bien fait, mais tu oublies que les contractures musculaires sont mémorisations de frustrations psychiques. Ce n'est pas que d'en parler. Viens voir les bohémiens...

LE GRAND PECTORAL CET EVENTAIL INVERSE







MASSAGE DU PECTORAL

L'articulation de l'épaule est inimitable, sinon les constructeurs automobiles s'en seraient inspirés pour régler le problème de la marche arrière obligatoire et peu glorieuse pour se bien ranger.
Le muscle pectoral est réellement comparable à un éventail. Par contre, ce n'est pas le manche qui ouvre l'éventail mais l'éventail qui ouvre le bras.

Pour masser ce pectoral, il ne faut pas avoir l'ambition de trouver sur ce muscle plat - partie poitrine - des contractures. Elles y sont mais trop subtiles. Il faut accomplir une démarche qui est la suivante. Nous savons que les faisceaux de fibres agglomérées qui constituent la partie centrale du dit muscle rouge, puis aux extrémités les tendons, ne sont pas distincts du muscle rouge ni du tendon. Aussi bien la partie du pectoral la plus fine placée sur le sternum, représentant également les rayons d'une byciclette doit être massée, mâchurée, presque meurtrie, sans enfoncer les doigts. On est sécurisé par l'os qui est en-dessous. Donc, même les femmes sont massables sur deux centimètres, mais par le sein.

A l'autre extrémité de ces rayons se présente le moyeu très exactement composé des mêmes fibres étalées sur le sternum. Cette partie du muscle bien franche présente rarement des contractures en elle-même, mais en-dessous du pectoral, on doit masser le petit pectoral et le sous-clavier inaccessibles sans que l'on traverse virtuellement par la pression le pectoral. De toutes façons, même noble et sans contracture, le pectoral est raccourci. Pousser l'épaule, précisément la zone du pectoral qui joint la partie supérieure et interne de l'os du bras.

Le massage spécifique de ces insertions du pectoral au sternum doit laisser des douleurs sensibles SEULEMENT AU TOUCHER pendant trois jours.

CHAPITRE 10

TRAITEMENT DE LA PERI-ARTHRITE ET DU TENNIS-ELBOW

FATIGUE ET ORTHOPEDIE

-TENNIS-ELBOW- L'HOMME TEND A REGARDER DROIT.

L'orthopédie obéit pour une grande part à des lois physiques. On conçoit que telle inégalité des charges contracte un côté et étire l'autre, lequel s'en fatigue... Cela paraît trop simple et tout le monde est d'accord. Cependant, au tennis, le bras qui sert de balancier agit dans l'espace, tel un contre-poids au geste sempiternel du tennisman. Le bras qui ne tient pas la raquette se subluxe et contracte, alors que l'autre se trouve élongué. Ce n'est pas toute la fatigue professionnelle du tennis-elbow certes.

Mais il faut savoir masser plutôt le bras (le coude) qui ne tient pas la raquette, lequel ne se plaignait de rien. Elémentaire, mais où voit-on cela affiché ?

De même les hauts de dos qui s'arrondissent, n'est-il pas élémentaire de penser que les contractures sont devant la poitrine, et qu'à l'extrême, masser trop le dos dorsal devient suspect sinon dangereux. Vous ne le verrez jamais écrit jusqu'alors. Autrement dit, ces fatigues des personnes âgées qui se voûtent sont récupérables et d'autant plus que ces patients ont peu de muscles, j'entends de tonicité et des contractures qui se massent d'un doigt. Les redresser leur permet de mieux respirer. C'est pourquoi, il ne faut les débloquer avant avril, car en libérant ces alvéoles redevenues jeunes, vous exposez en hiver aux complications pulmonaires. Vous noterez alors la disparition de beaucoup de fatigue, dont probablement des petits ralentissements des moyens intellectuels. En effet, les cellules cérébrales sont plus avides d'oxygène que les autres. Ce raisonnement peut faire sourire, il a l'expression simple d'un maître de forge qui s'y connaît en souffles.

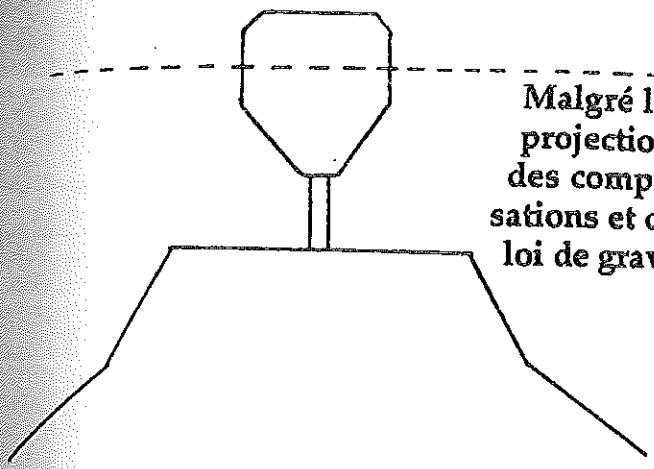
Nous voilà rassurés sur les mathématiques orthopédiciennes. Elles ont leurs limites. Ainsi, malgré toute fatigue ou souffrance, quelque signification que l'on donne aux mots, la fierté de l'homme défie la géométrie. Qu'un genou souffre, il dévie la colonne lombaire plutôt latéralement, la colonne cervicale compense de l'autre côté. Le fil à plomb mesurerait les déficits ou compensations, mais

LE REGARD DE L'HOMME TEND par éthique à briser ses vertèbres cervicales, s'il le faut mais à

REGARDER DROIT.

Ces yeux, ces petites bulles sont des niveaux...
Alors, bonjour la fatigue...

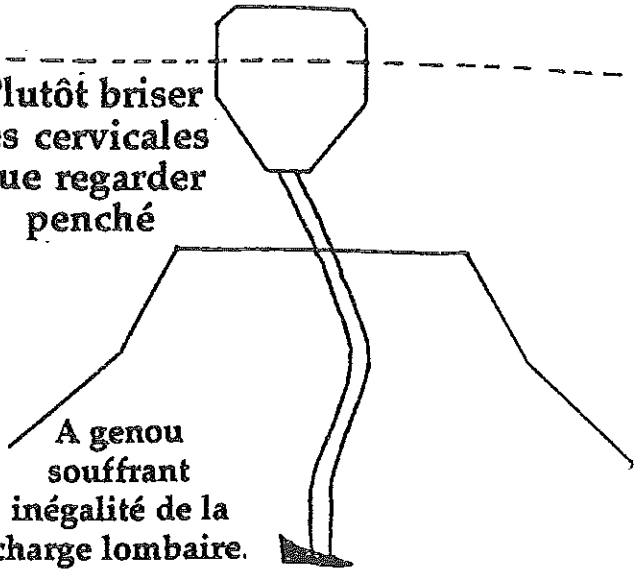
CERVICALES



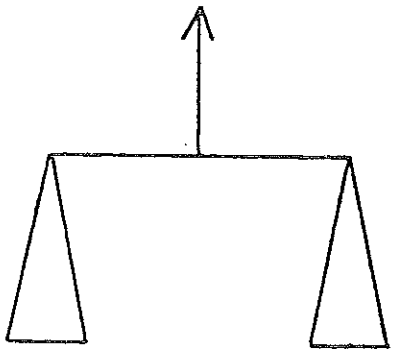
Malgré les projections des compensations et de la loi de gravité

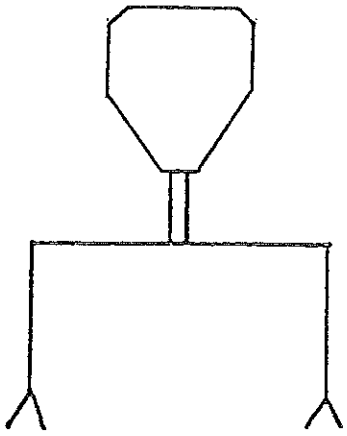
EN DEPIT DE TOUTES LES LOIS ORTHOPEDIQUES, MATHEMATIQUES, L'HOMME TIENDRA TOUJOURS A L'HORIZONTALITE DE SON REGARD.

Plutôt briser les cervicales que regarder penché

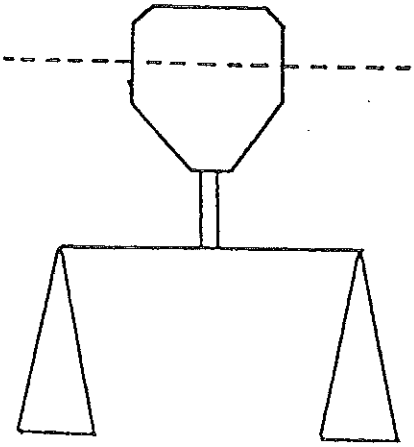


A genou souffrant inégalité de la charge lombaire.

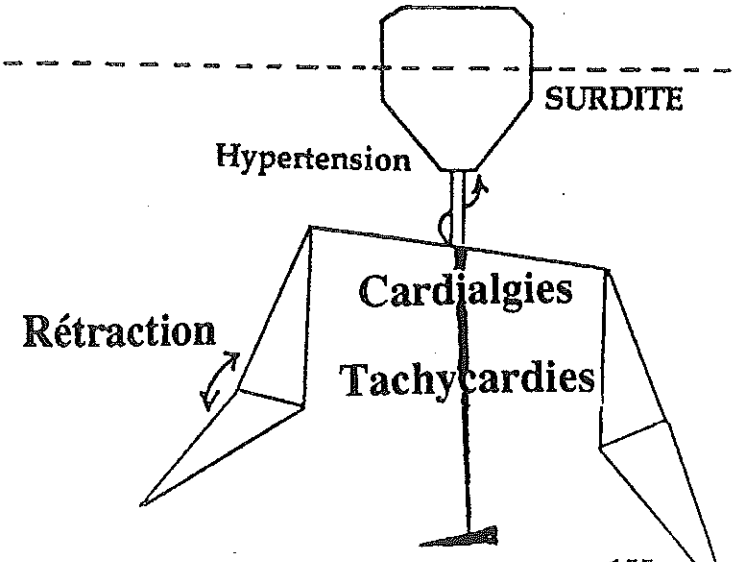




IL EST TOUJOURS MONSTRUEUX DE SOIGNER UN SEUL SEGMENT QU'IL SOIT : CERVICAL, BRACCHIAL, LOMBAIRE, DORSAL, COXARTHROSE, SACRO-ILIAQUE, POIGNET, GENOU : SOIT IL DECLENCHE SOIT IL PROVIENT.



Il faudrait tout reprendre dans les livres comme on reprend tout dans le traitement. Réciproquement, un déplacement en haut, initie



COMPENSATION AUTRE

GENERALITES

Lorsqu'on doit soigner un bras, on ne peut éviter de soigner l'autre. Flagrant aphorisme pour le tennis-elbow. On soigne donc toujours les 2 bras. Mais on soigne l'autre bras appendu aux cervicales.

Donc, nous massons le cou. Tous les muscles du cou vont pratiquement à la poitrine. Je masse poitrine et dos dorsal. Tous les méridiens des bras vont au ventre. Je masse le ventre.
Les amortisseurs, ou, si l'on veut, les courbes du dos interfèrent. Parfois je masse les lombaires. Les contractures de la cuisse antérieure tirent le bassin en avant. Je masse la cuisse antérieure.

Les énergies psychiques interfèrent entre elles aux différents étages du corps. MOXA aux trois réchauffeurs.
Le grand droit élève la tête et tient donc toute la colonne vertébrale. Je rééduque le grand droit : abdominaux !
La course à pied est fortement correctrice latéralement de la colonne vertébrale : je conseille la course.
Le diaphragme abaisse les côtes élevées par les muscles du cou. Je m'essouffle; puis, à la faveur de cet essoufflement, je parviens à des expirations plus longues. J'étends les muscles, les plus secrets et inaccessibles de mon cou.
J'ai donc massé un peu tout pour soigner les bras qui dépendaient du cou, auquel ils sont appendus comme des balances.
Je rééduquerai également tout depuis les genoux et la voûte plantaire à la sacro-iliaque, et les abdominaux pour la 5° lombaire.
Et même de toute ma vie, je ne laisserai aller la tonicité de la contention de mes articulations, grâce à l'entretien analytique de mes muscles nobles : les grands droits et l'abdomen et les biceps.

PERIARTHRITE ET TENNIS-ELBOW

Même travail et même espérance de soulagement pour des problèmes circulatoires dans les mains qui picotent au matin. Quand le tendon gèle (immobilité, rhumatismes), ou gonfle par excès de travail, il ne peut se dilater dans la coulisse bicipitale.

Le tendon gonflé gêne et obture presque l'artère, la veine, et compresse jusqu'au nerf. Il joue alors le rôle d'un garot. L'exemple de ce tendon qui, à l'extrême, peut arriver à se calcifier est typique des manifestations et de la physiologie des tendons.

Le retentissement de cette altération sur le biceps lui-même n'est pas immédiat. Ce sont les muscles abducteurs de l'épaule qui ne peuvent écarter le bras, et la main de ce fait, ne peut se porter en arrière. Cette maladie passe d'un bras à l'autre, ce qui confirme nos adages comme quoi nous ne massons jamais un membre sans l'autre. Mais dans ce cas, l'effet est beaucoup plus dramatique. Les Romains appelaient cette maladie celle du TERSOR ANI, c.à.d. de ceux qui ne peuvent plus se torcher seuls. Elle est génératrice d'un nombre incalculable de suicides inexpliqués. C'est une des conditions humaines la plus pénible.
C'est pourquoi il faut rééduquer les 2 bras, devant une glace, car on ne s'imagine pas de travers et moins encore faisant un geste inexact par rapport à l'autre, ce qui est la propension classique. 1 kg dans chaque main et alternativement toucher cuisse antérieure avec le dos de la main, tandis que l'autre main touche l'épaule opposée; Tous les 2 jours c'est un maximum. Au début, les douleurs sont réveillées. Ne pas forcer, on ne travaille pas sous la douleur. Il n'y a pas de chiffre, chacun a les siens, qu'il faut compter. Ils changent, et il faut chaque fois dépasser la saturation qui présente une boule dans le muscle. 5 à 10 mouvements de plus. On est seul en face de soi pour guérir une périarthrite.
N'oublions pas que, dans ce travail, le trapèze participe qui n'est pas séparé du biceps dans la fonction.

LE MUSCLE.

La notion classique que nous avons reçue de la constitution d'un muscle est celle-ci : 2 tendons aux extrémités et un corps charnu extensible au milieu.

Précisons qu'un muscle est constitué de faisceaux de fibres agglomérées entre elles comme des câbles.

Chaque fibre est ainsi construite : une succession de disques sombres (élastiques) et de disques clairs (très peu irrigués).

Cette répartition bien équilibrée au centre du muscle représente le corps charnu du muscle. Aux extrémités, cette même fibre est constituée uniquement de disques clairs de moins en moins extensibles, vraiment peu irrigués, puis desséchés et point du tout extensibles. *C'est le tendon.*

Lorsqu'un muscle travaille trop, l'alternance des disques sombres et clairs peut gagner sur le tendon. Surchauffe, élongation, déchirure, désinsertion.

Réciproquement, en ne faisant rien, les disques clairs desséchés gagnent sur la partie centrale du tendon. Claquage possible Tendinite.
L'inertie est une grande violence. Trop d'activité également. Et l'entraînement un perpétuel souci de rendement maximum du muscle bien irrigué.

Il y a un stade où le dessèchement du tendon est tel, que non seulement il perd son élasticité, mais va jusqu'à se calcifier.
C'est l'affaire de la péri-arthrite de l'épaule. Les contractures sont déjà de même obédience. Et la vieillesse. Et les carences alimentaires.

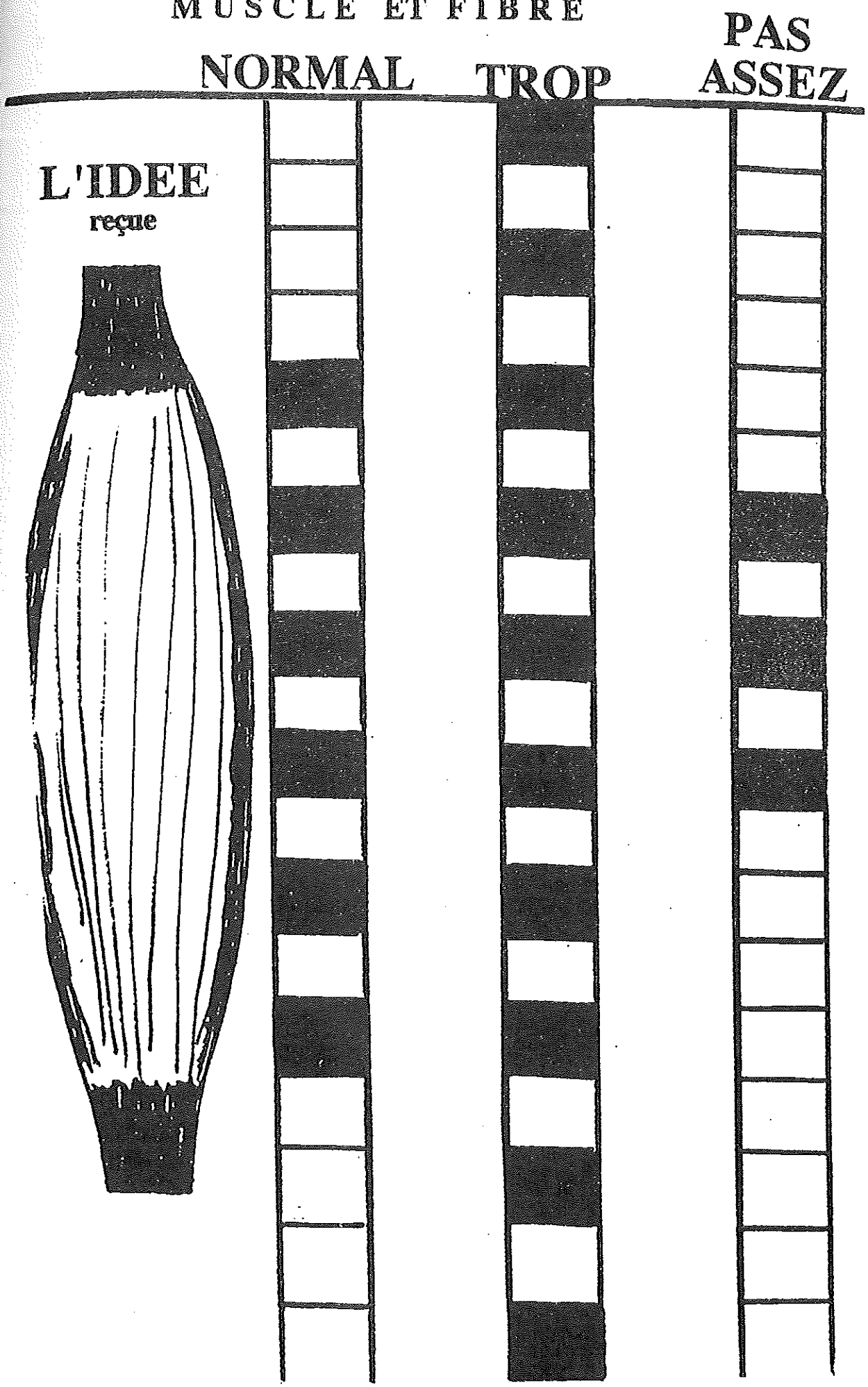
Il conviendra donc de ne jamais faire de rééducation tous les jours. Sur un cas récent, les premières rééducations ne pouvant que viser juste, présenteront des douleurs réflexes d'adaptation qui devront être respectées.

ON NE TRAVAILLE PAS SUR UNE DOULEUR PROVOQUÉE.

Il faut comprendre, en effet, qu'un tendon situe sa rééducation dans la juste mesure.

Si on en fait trop, il s'échauffe. Et on ne peut au tout début - puisqu'on vise juste - ne pas provoquer cette réaction.

MUSCLE ET FIBRE



LE MUSCLE

Si on ne fait rien, il se déssèche. Donc on rééduque tous les 2 jours. Jamais tous les jours. Et en respectant la douleur survenue après travail, donc parfois tous les trois jours. Selon les progrès on augmente les chiffres. Le nombre de mouvements changeant selon la maladie, la longueur des segments, l'âge, la personne et le sexe, l'état du coeur, du souffle, j'ai failli dire l'encaissement, la récupération, l'investissement de chacun. Ce nombre de mouvements change, certes, mais s'établit sur un critère : il faut que chacun travaille jusqu'à son seuil de saturation et quelques mouvements au-delà. Il faut un minimum d'agressivité pour composer un travail où les limites du muscle ou tendon soient sollicitées : ils sont la cible. La FONCTION fera l'organe. Ce seuil de saturation un peu dépassé, en certains cas seulement affleuré, change sur la personne, à chaque fois. Si les gens ne comptent pas, ils remarquent moins les résultats que produit leur physiologie améliorée. Ils peuvent également avoir des surprises. Parfois des saturations qui durent 4 jours d'endolorissement suite à un bon travail. Il faut ne pas travailler dans la douleur provoquée. Mais aussi il doit se produire vers la 3ème semaine de rééducation quand le muscle rétracté a repris sa longueur initiale, une modification des chiffres. Le muscle étant redevenu long, le bras de levier est plus long, le mouvement coûte. Les chiffres rétrogradent de moitié. C'est une bonne nouvelle ! Il faut continuer à travailler 2 mois.

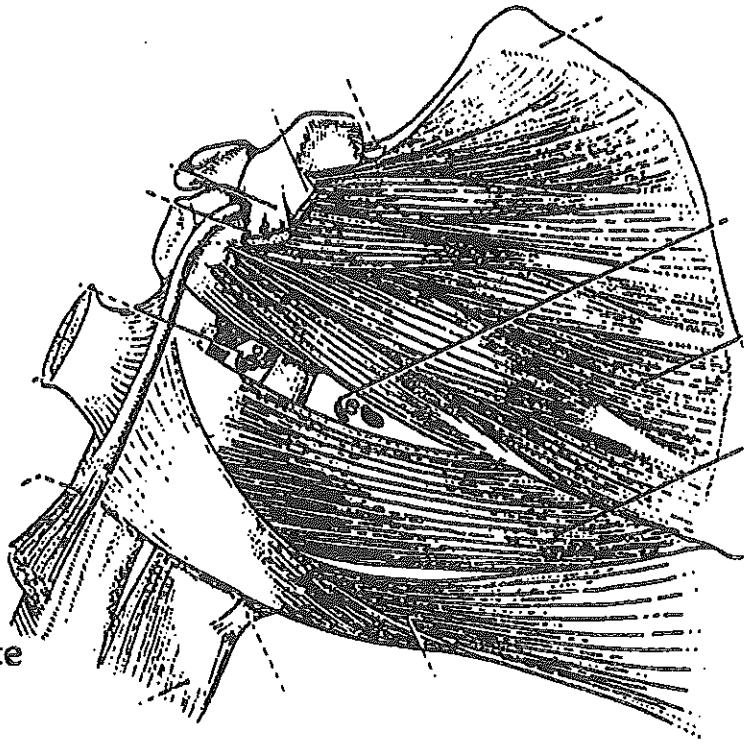
Une articulation joint deux os grâce surtout à un muscle majoritaire que j'appelle muscle noble. Un seul mouvement sur le meilleur muscle obtiendra des résultats d'irrigation majeure pendant le premier mois. Après quoi, j'entends après les premiers résultats, on affinera le geste. Je maintiens quand même, malgré tout que chaque articulation établit sa contention exacte, délabrée ou excessive grâce à un seul muscle. Et vous pouvez faire tout ce que vous voulez dos et bras et discuter de soin. Tout guérisseur vrai, sait que, malgré toutes les conceptions divergentes : que ce soit chiropractie, élongations, éthiopathie, rebouteux, massages, rhumatologues, médecins de médecine physique, ostéopathes, au bout du compte, j'ai toujours vu les gens sérieux s'accorder à dire : quels que soient les moyens, c'est la rééducation qui, en fin de parcours, assume la contention retrouvée et la pérennité du résultat.

Remettre en place, soigner l'origine occidentale (contracture), soigner l'origine viscérale (acupuncture : 12, peut-être 24 origines de lumbago). Soigner résultante, remise en place, chiropractique, posture, élongation, amaigrissement. Toujours en finalité : rééducation non erronée sur les indiscutables mouvements.

Je ne me suis jamais autorisé à prescrire de médicaments. Quelquefois, un médecin instruit de nos méthodes, prescrivait certains anti-inflammatoires prudents, pouvant atténuer ainsi les premiers départs de la rééducation. Cependant pour le dos où l'effort est puissant, l'aspect vaso-constricteur de certains anti-inflammatoires est contradictoire à l'effort du coeur.

D'autre part, il n'est pas assez cité que le café et l'alcool sont vaso-dilatateurs, surtout au niveau des arborisations nerveuses terminales les plus fines. Abstention donc au début du traitement.

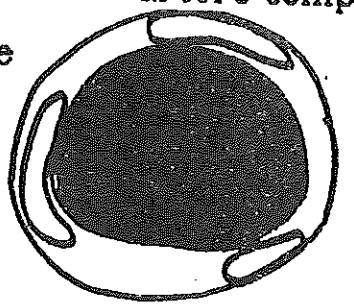
CE LONG TENDON
DU BICEPS PASSE
DANS UNE GOUTTIERE
OSSEUSE QUI NE PEUT
SE DILATER.
QUAND LE TENDON
GONFLE IL COMPRESSE
ARTERE VEINE ET NERF
QUI PASSENT DANS
LA MEME COULISSE



Toute l'affaire de la périarthrite est de rééduquer docilement le tendon du biceps, dont la fonction n'est pas hostile à l'exercice.

artère compress

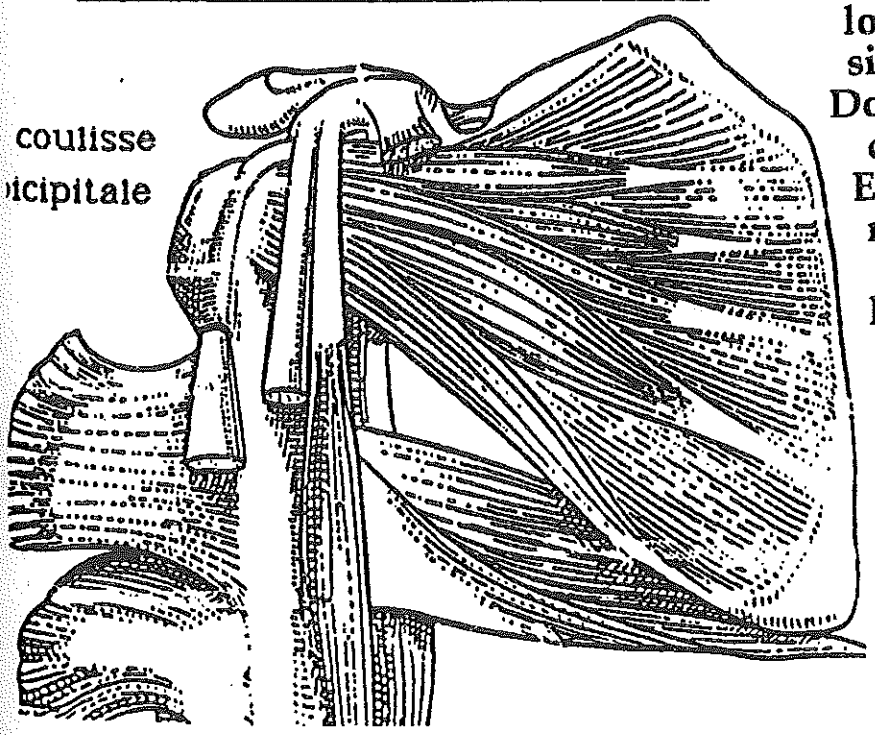
veine compressée



nerf compre

LA PERI-ARTHRITE SCAPULO-HUMERALE

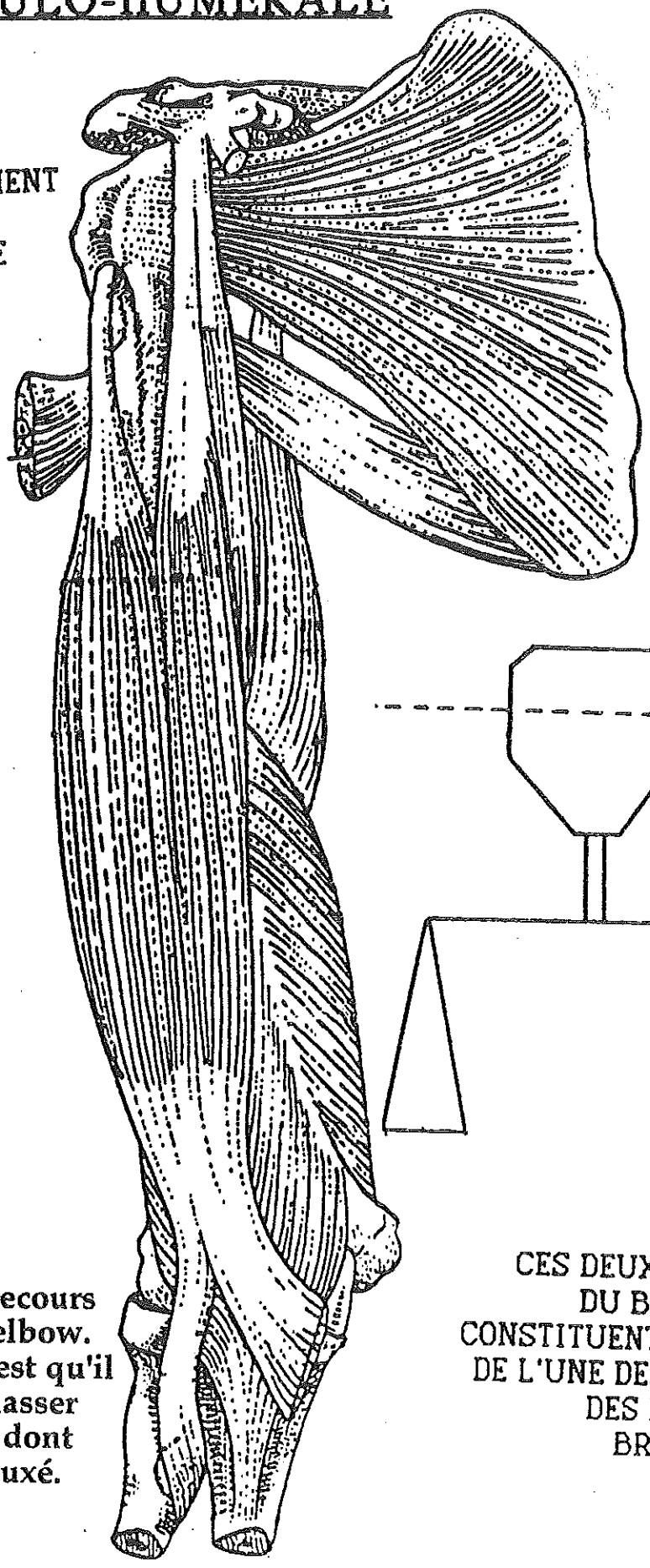
coulisse
icipitale

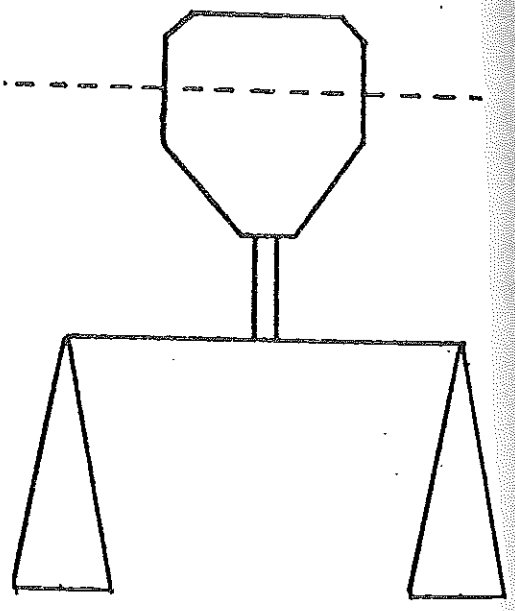


Le tendon gonfle si l'on en fait trop. Le tendon se calcifie lorsqu'on en fait peu. Ou simplement se déssèche. Donc travailler un jour sur deux, un jour sur trois. ET attendre le deuxième mois pour effectuer les mouvements de latéralité très prudents de l'épaule.

LA PERI-ARTHRITE SCAPULO-HUMERALE

LIEU DE L'ENFERMEMENT
OSSEUX
COULISSE BICIPITALE



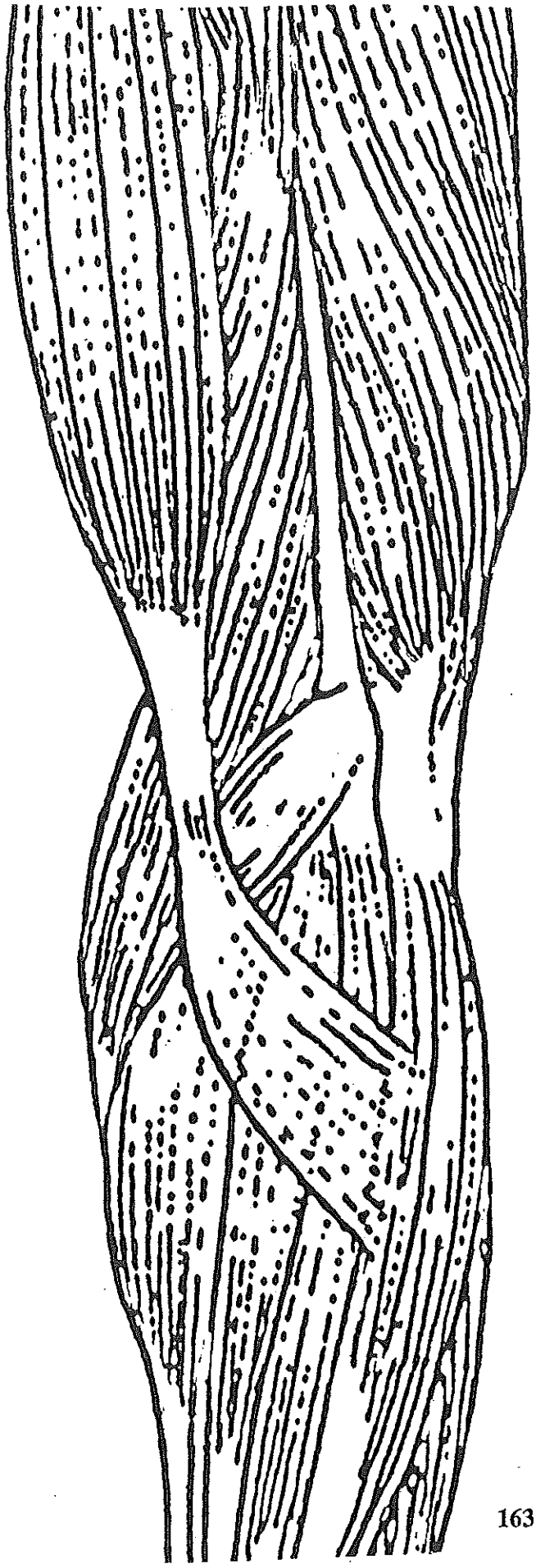


CES DEUX TENDONS
DU BICEPS
CONSTITUENT LE PLATEA
DE L'UNE DES BALANCES
DES DEUX
BRAS

Voila l'un des recours pour le tennis-elbow. Mon avis référé est qu'il faut surtout masser le bras opposé, dont le coude est luxé.

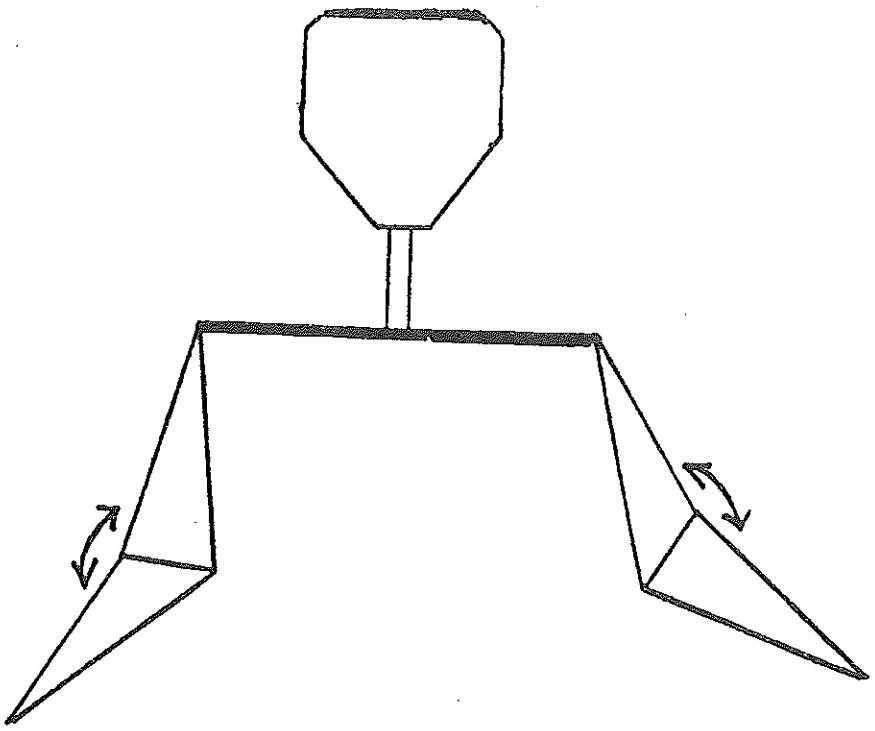
TENNIS-ELBOW

Si l'on comprend
que le
biceps se termine par
une
aponévrose sur les
extenseurs du
poignet
et de la main on
conçoit que la
rééducation du biceps
soigne et guérisse
indirectement le
TENNIS-ELBOW



TENNIS-ELBOW

Déblocage du coude opposé dans le tennis-elbow.



Cette manoeuvre se démontre seulement et ne s'effectue que sur des gens bien massés selon mes techniques. Comme il faut bien une heure de massage pour y parvenir, cette méthode ne peut être enseignée par des théoriciens inadaptés à la sensibilité du massage et... à sa croyance. Je l'ai démontré des milliers de fois pendant 35 ans. On soulage dès lors tout le dos dorsal, cou et bras, dans la mesure où le massage préalable inhibe les muscles suffisamment, afin qu'ils donnent leur assentiment.
Néanmoins, si une crampe a un circuit cérébral, puisqu'elle échappe à la volonté motrice, je pense que dans une notion temporelle plus longue, la contracture qui est une mémoire, une réserve, un rappel, obéit au temps plus long du système neuro-végétatif. L'efficacité se moque de l'éloquence...
Tout l'effort du tennis est une chiropractique du bassin fixé à terre par les pieds, et l'axe des épaules, qui tourne au-dessus et tellement spécialisé chez les professionnels champions, qu'on les opère souvent à 25 ans des vertèbres, vu que le rapport de la sacro-iliaque est mal compris, quand ils présentent une pubalgie.
Le bras qui frappe dans la latéralité c.à.d. au mieux de sa puissance, est compensé par le balancier de l'autre bras, où tout l'élan donné arrive à ce point mort du coude. Ainsi, tout parvient au côté opposé où une contracture se compose. C'est elle qui élongue, en plus du jet puissant du service, le coude tenant la raquette.

Il faut alors débloquer ce coude opposé. C'est lui qu'il faut masser et très peu l'autre, qui est étiré, déjà !

CHAPITRE 11

LES MERIDIENS TENDINO-MUSCULAIRES DES BRAS

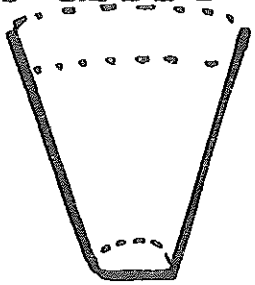
NECESSAIRES EXPLICATIONS SUR LES MERIDIENS TENDINO-MUSCULAIRES

Les Méridiens tendino-musculaires commencent au même point de départ que le méridien principal dont ils portent le nom : c'est le premier point du méridien appelé point TING (ou JING distal) situé aux extrémités des membres.

L'énergie des méridiens principaux étant recouverte et plus profonde que celle des méridiens tendino-musculaires qui la recouvrent selon ce dessin : COLORIEZ

ENERGIE WEI de défense

méridien TENDINO-MUSCULAIRE



ENERGIE IONG (énergie Inn)

MERIDIEN PRINCIPAL

Je me sens un peu osé de proposer un niveau différent au point TING pour mobiliser les méridiens tendino-musculaires, mais la pratique rend cette assertion possible.

De toute façon, qui pourra, à la main, nuancer les profondeurs de ces appels?

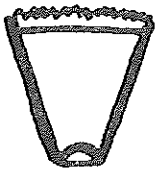
Bien que...

Je n'ignore pas que les traités d'acupuncture donnent en même temps que les indications des points la profondeur à laquelle doit accéder l'aiguille.

En tous cas l'énergie WEI est superficielle, donc très accessible en surface. Elle en fait la démonstration en se manifestant par une thermie.

MERIDIENS TENDINO-MUSCULAIRES

bandelette du méridien tendino-musculaire



méridien principal

Les méridiens Tendino-musculaires fonctionnent deux par deux minimum. On ne les pratique que sur un membre à la fois.

Les méridiens tendino-musculaires ont un POINT DE DEPART qui est le même que celui du méridien principal. Ils sont placés approximativement au-dessus du méridien principal.

C'est très vrai pour le bras et les méridiens INN Coeur, Maître du Coeur et Poumons. On peut donc éviter de les apprendre et masser l'intérieur du bras et les côtes, partie antérieure thorax.

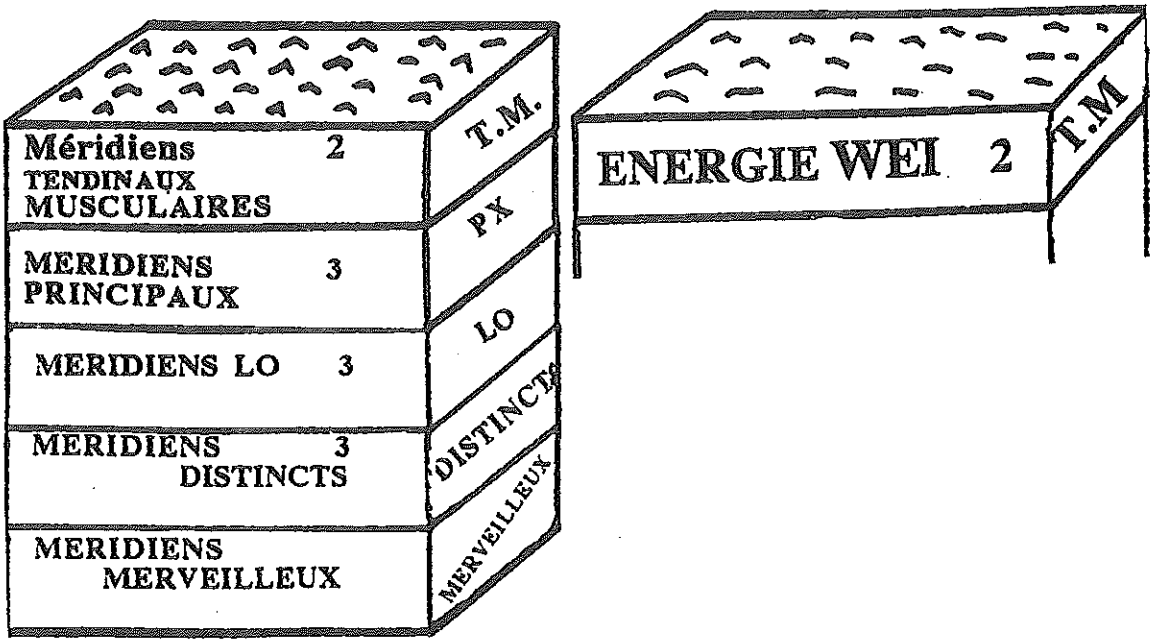
N'ayant pas de points, ces méridiens T.M. sont de larges bandes inaccessibles autrement qu'à la main. D'où la richesse du gisement inexploité pour tout ce qui frotte et masse. Une seule cicatrice parfois, une fracture interrompent la fonction du méridien. Particulièrement sur le trajet du méridien T.M. de l'intestin grêle, on traitera des surdités accidentelles.

Ces méridiens T.M. participent du TCHONG MO, ce méridien qui est toute une psychiatrie... L'énergie WEI que les T.M. véhiculent, est une énergie guerrière, farouche, rapide comme l'éclair, chargée de la défense, et de l'immunité.

Masser le premier point de départ TING (ou JING distal) par une sollicitation presque violente du tranchant de la main. La chaleur parvenue, tourner sur le point dans le sens des aiguilles d'une montre. Au moins une minute.

Vous n'avez pas seulement obtenu une chaleur, sinon les moines eussent fait mieux parler les méridiens tendino-musculaires. A ce point de départ l'énergie cosmique entre et s'intègre au corps humain.

Frotter ensuite plus que masser. Je me sers parfois d'un gant de toilette. Irritez les poils : c'est l'énergie Wei qui donne la chair de poule. Vous restez en surface, mais le massage doit être vif.



MERIDIENS TENDINO-MUSCULAIRES

En ce qui concerne l'usage, la pratique des méridiens tendino-musculaires, il faut noter la discrétion des médecins.

Pour traiter les tendino-musculaires, il faut savoir masser. On doit se rappeler que l'énergie WEI véhiculée par ces méridiens, est distribuée dans de larges bandelettes peaucières, qui doivent être frottées (parfois avec un gant de toilette rêche), superficiellement mais puissamment. Elle gère l'énergie de défense. C'est l'énergie la plus YANG qui met le feu aux poudres par la complémentarité du TAO, vieux dessin révélant que l'extrême YIN rejoint l'extrême Yang qui lui est complémentaire et opposé.

Se priver de l'énergie de défense pour débattre d'une énergie générale effondrée est un non-sens.

Et se rappeler que toute cicatrice sur le trajet d'un méridien tendino-musculaire interrompt la liaison avec l'organe et sa fonction. Tant d'impuissances dûes à des cicatrices et créant d'éternelles déprimes !

Les médecins n'ont pas occulté les méridiens tendino-musculaires, ils ne les ont pas beaucoup fréquentés. C'est cependant un véritable gisement pour le manuel. Je pense à certaines surdités bien spécifiques, certes dûes à une interruption du M.T.M. Intestin Grêle par une cicatrice des doigts...

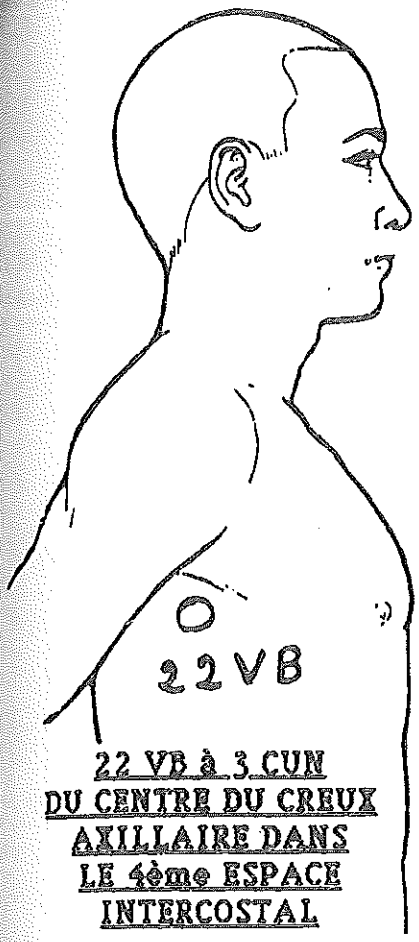
MERIDIENS TENDINO MUSCULAIRES

INN

DU

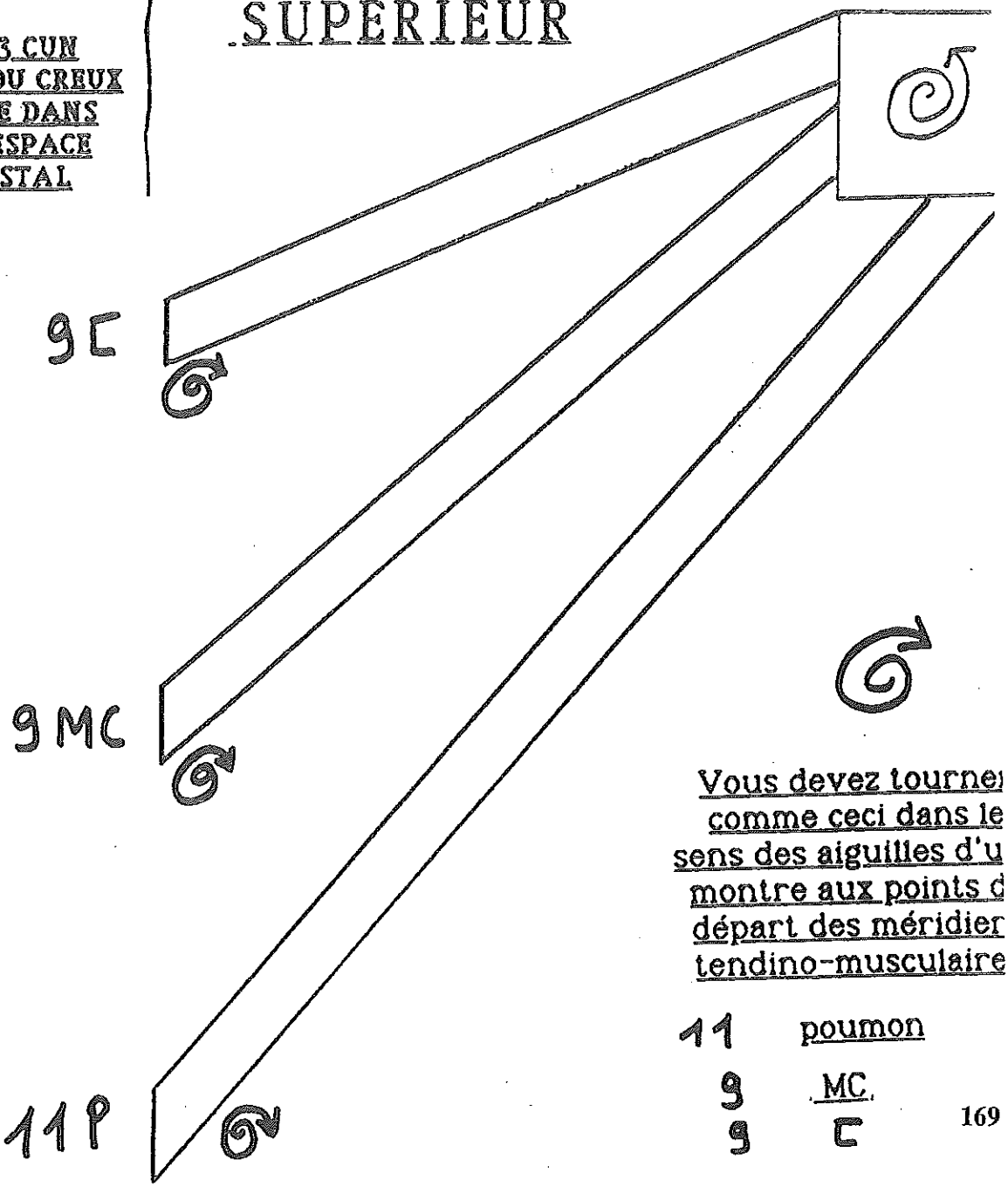
MEMBRE

SUPERIEUR



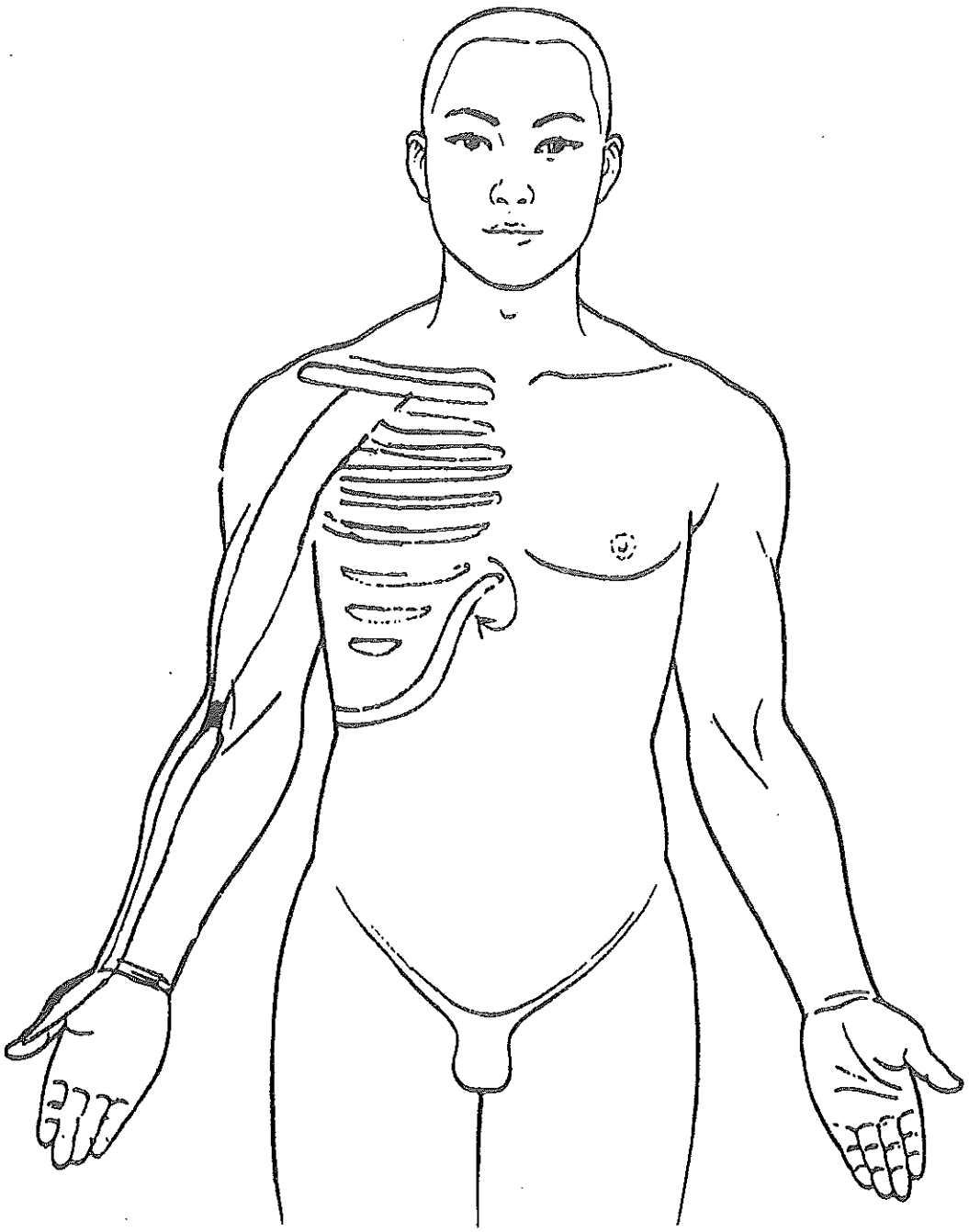
22 VB à 3 CUN DU CENTRE DU CREUX AXILLAIRE DANS LE 4ème ESPACE INTERCOSTAL

Puis vous tourner dans le sens oppos des aiguilles d'ur montre au point de réunion 22 VB

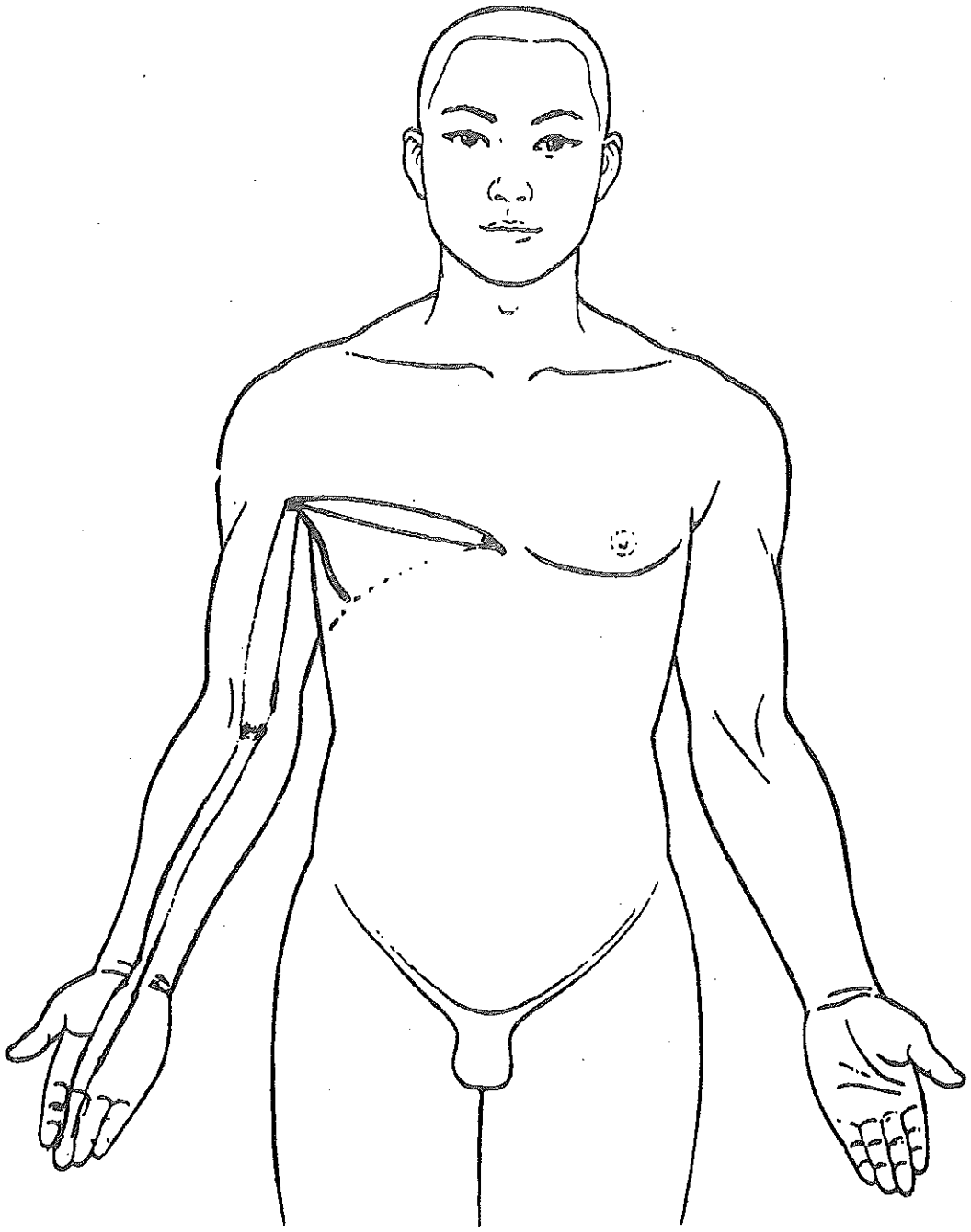


Vous devez tourne comme ceci dans le sens des aiguilles d'u montre aux points d départ des méridier tendino-musculaire

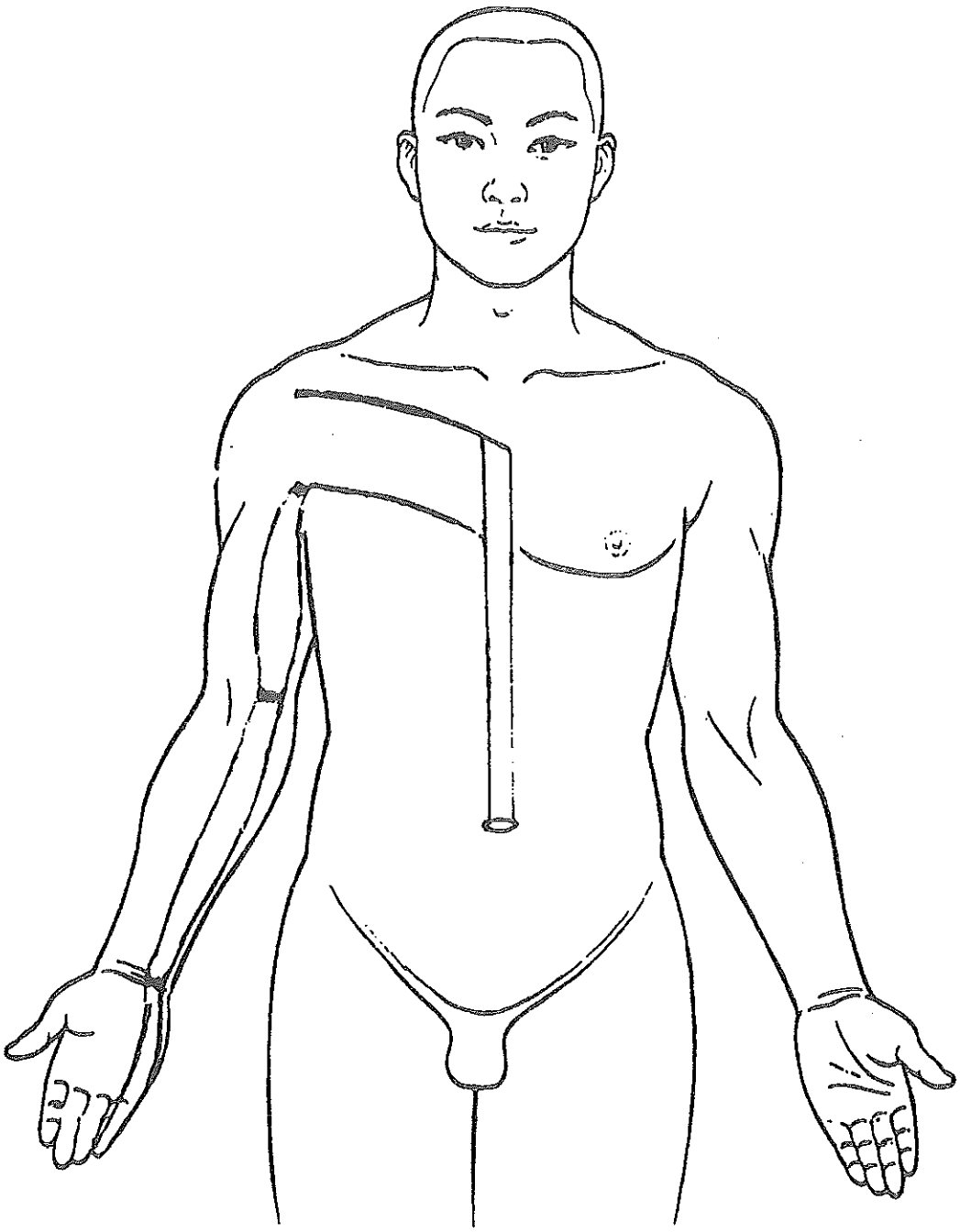
11 poumon
9 MC
9 C



LE MERIDIEN TENDINO MUSCULAIRE DU POUMON:
coloriez en violet



LE MERIDIEN TENDINO MUSCULAIRE DU MAITRE DU COEUR : OU PERICARDE.



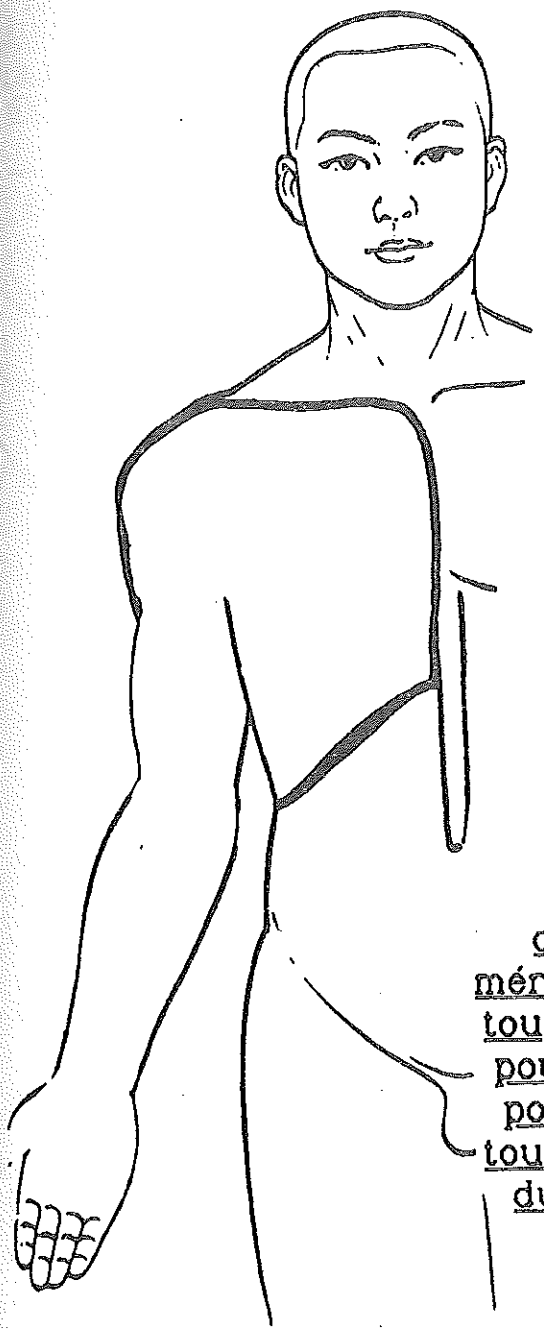
coloriez en rouge
LE MERIDIEN TENDINO MUSCULAIRE DU COEUR:
coloriez en rouge.

MERIDIENS TENDINO-MUSCULAIRES

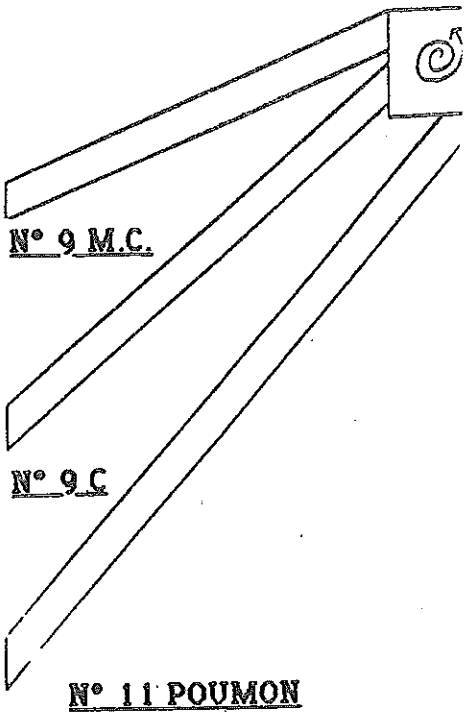
INN DU MEMBRE SUPERIEUR

EN RESUME CES TROIS MERIDIENS GROUPES SE PRESENTENT AINSI

Point de réunior des 3 méridiens Tendino-musculair poumons, MC, F



COLORIEZ



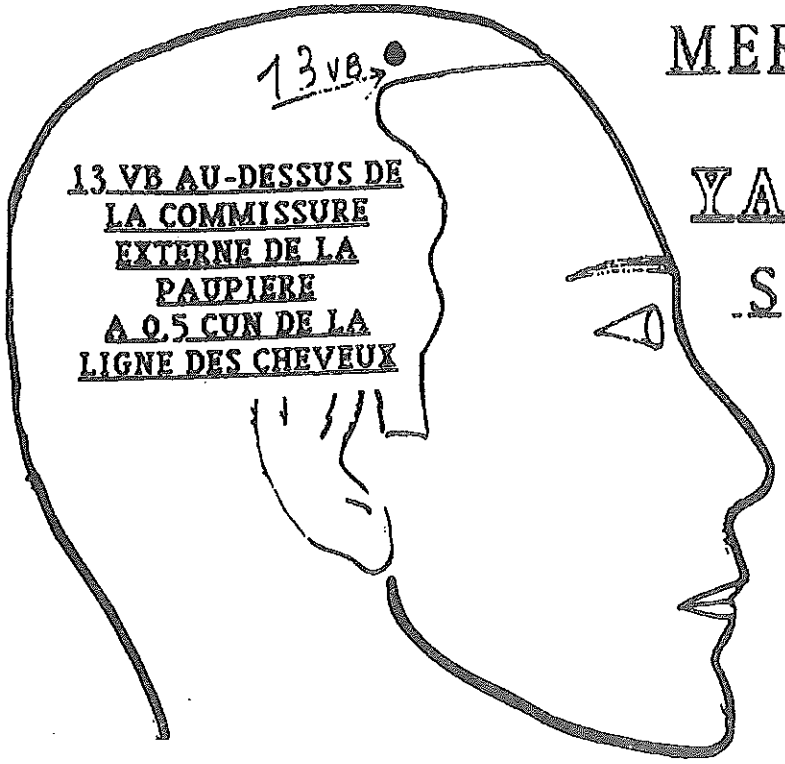
N° 9 M.C.

N° 9 C

N° 11 POUMON

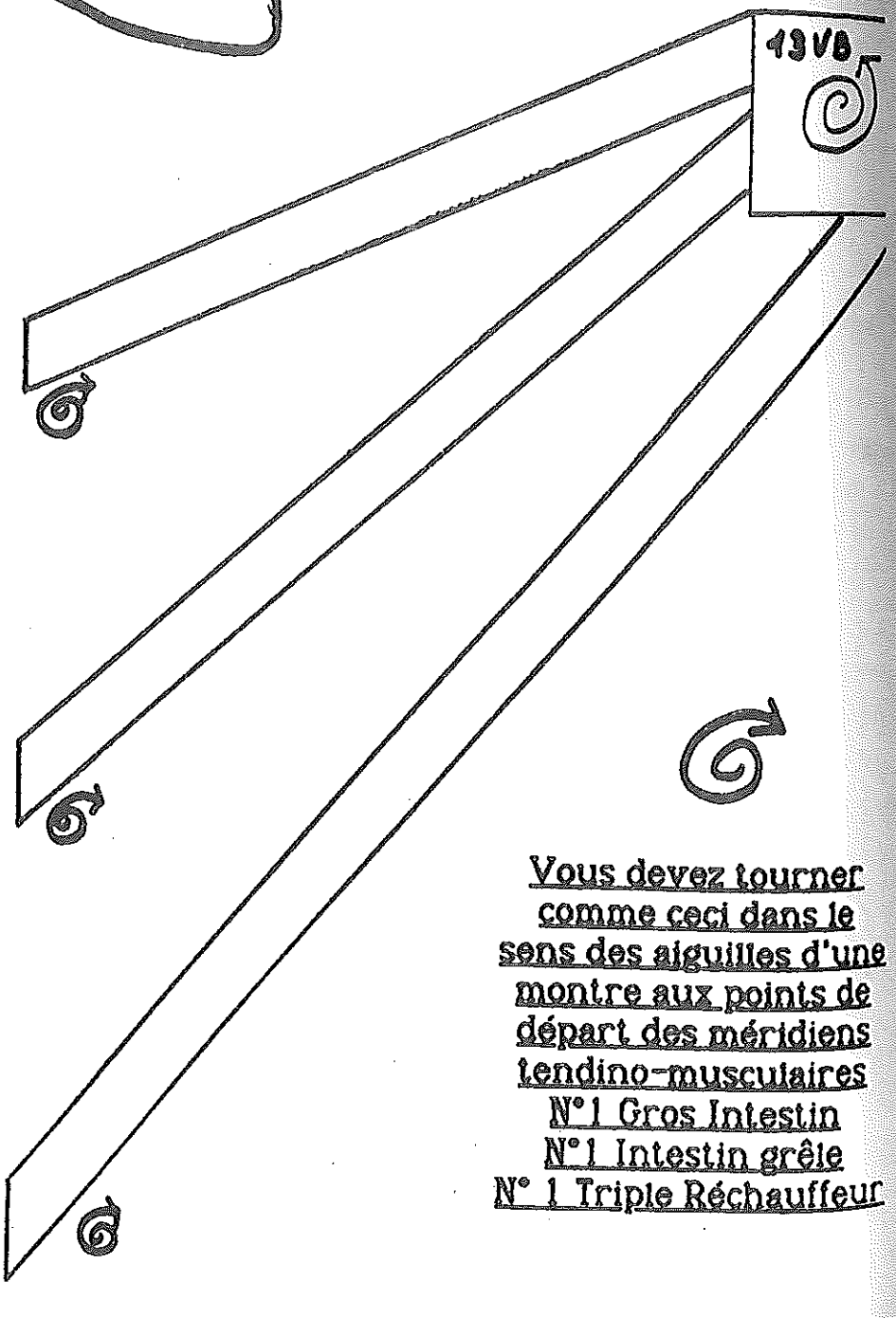
Malgré leur complexité, ces 3 méridiens fonctionnent toujours ensemble. On pourrait masser leur point de départ puis toute la partie interne du bras et la partie interne et antérieure de l'hémi-thorax (demi-poitrine)

MERIDIENS TENDINO-MUSCULAIRES YANG DU MEMBRE SUPERIEUR

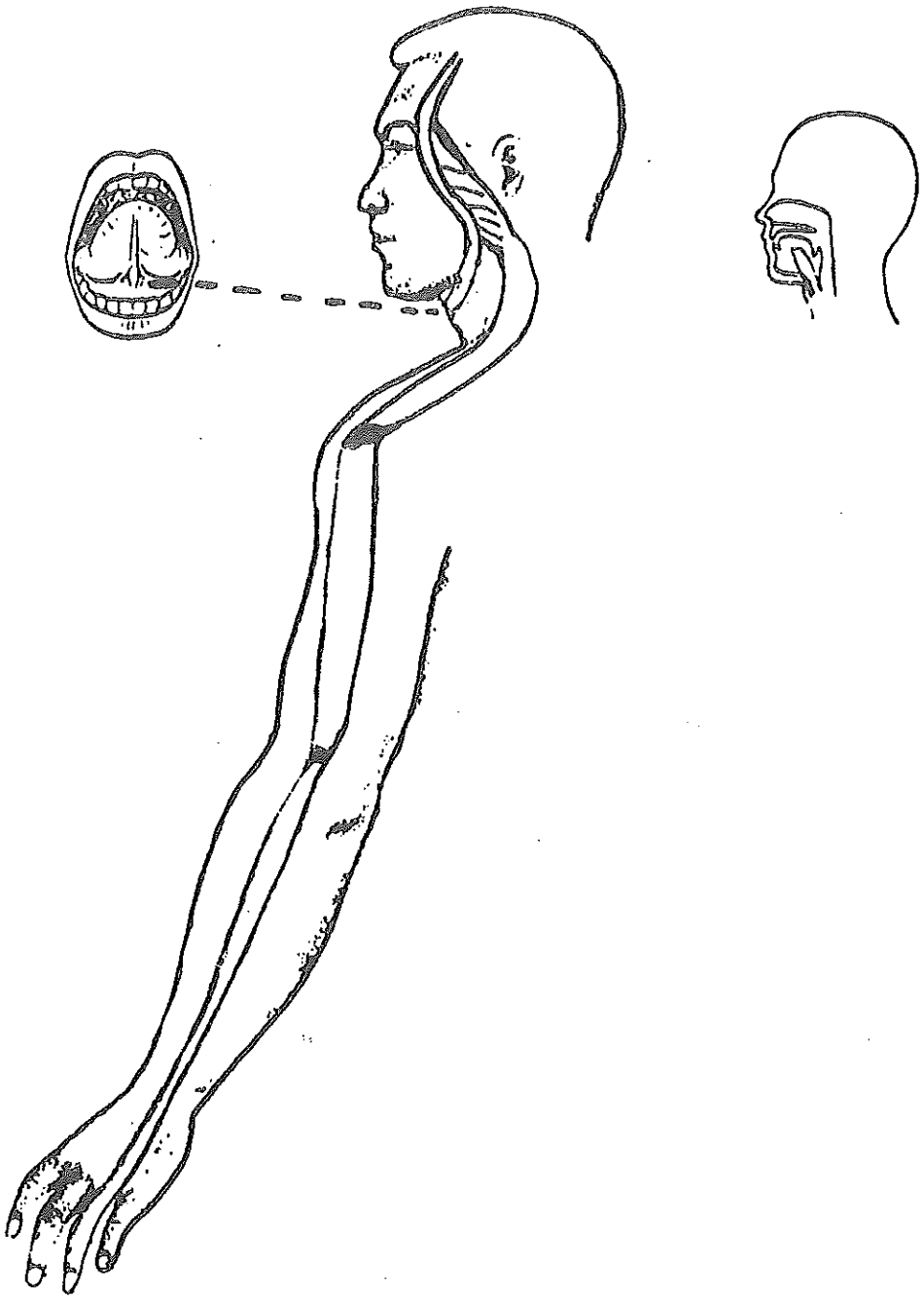


13 VB AU-DESSUS DE LA COMMISSURE EXTERNE DE LA PAUPIERE A 0,5 CUN DE LA LIGNE DES CHEVEUX

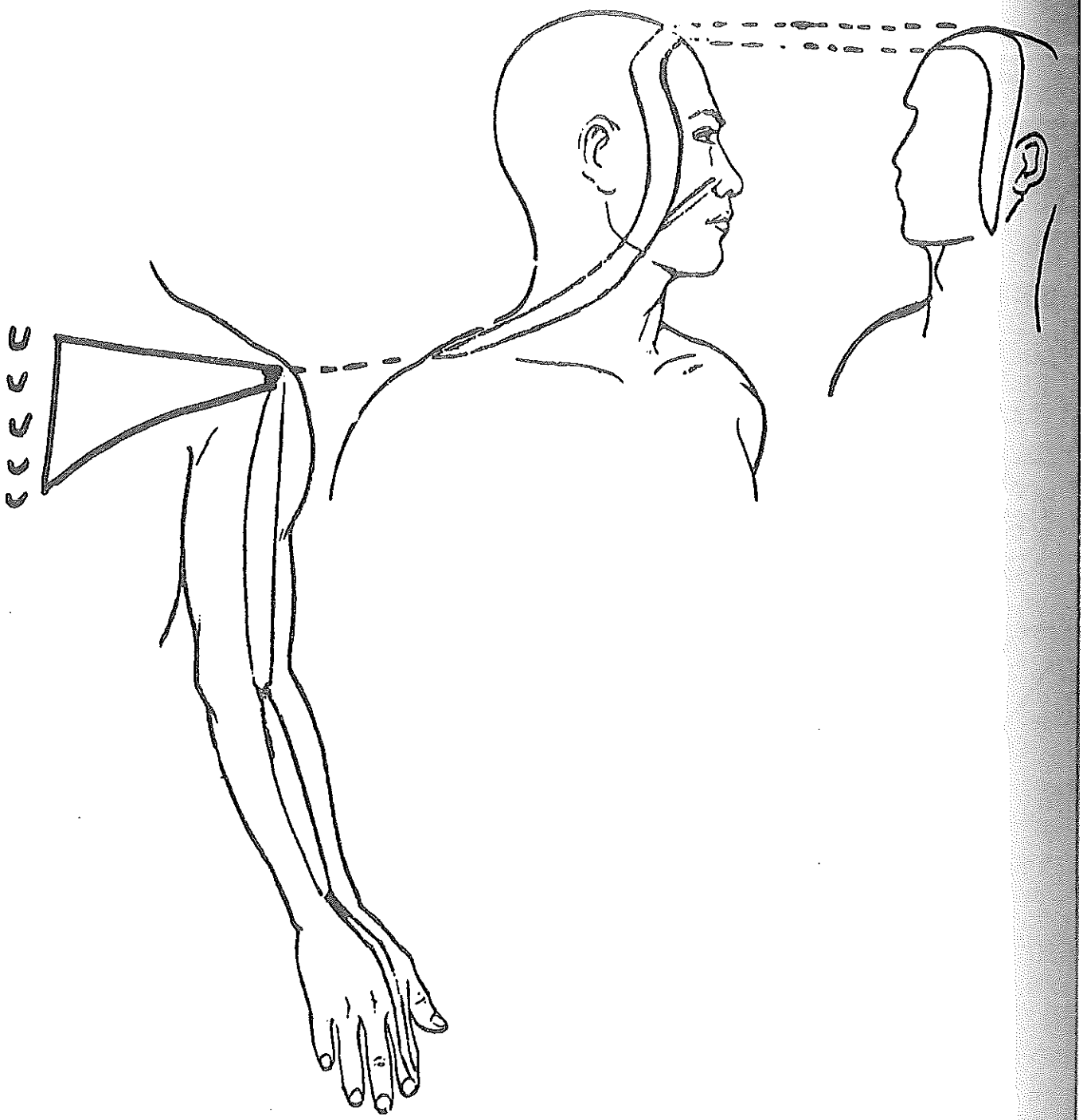
PUIS VOUS TOURNEREZ DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE AU POINT 13 VB



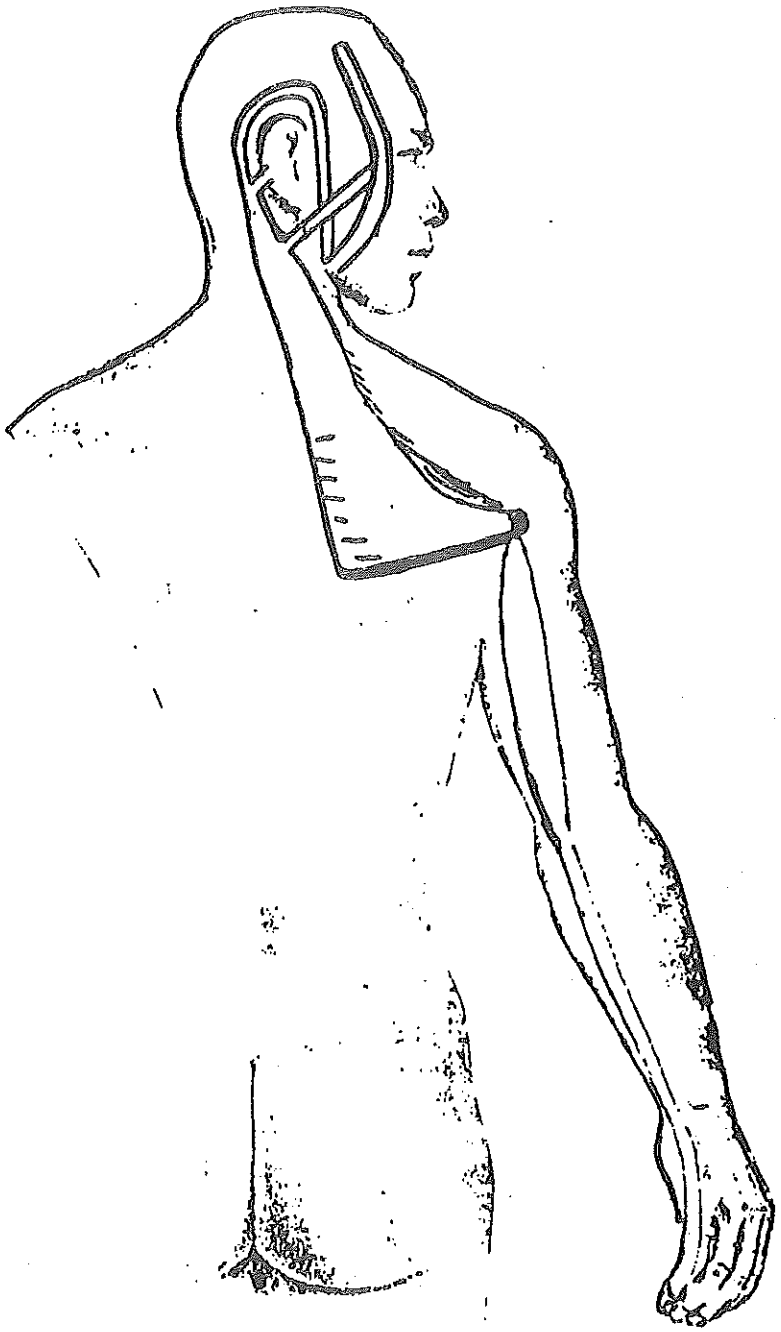
Vous devez tourner comme ceci dans le sens des aiguilles d'une montre aux points de départ des méridiens tendino-musculaires
N° 1 Gros Intestin
N° 1 Intestin grêle
N° 1 Triple Réchauffeur



LE MERIDIEN TENDINO MUSCULAIRE DU TRIPLE RECHAUFFEUR coloriez en vert.



LE MERIDIEN TENDINO MUSCULAIRE DU GROS INTESTI
coloriez en violet



LE MERIDIEN TENDINO MUSCULAIRE DE L'INTESTIN GREI
coloriez en rouge.

CHAPITRE

12

6ème MANOEUVRE

MASSAGE

DU

COU

ACOUPHENE-VERTIGES

CES DIFFERENCES DE HAUTEUR DES GENOUX AVEC TOUS LES CAS DE FIGURE ASSOCIES PARFOIS DONT LE CAS CI-DESSUS, RESTENT CEPENDANT LIES A LA LUXATION DE L'ARTICULATION SACRO-ILIAQUE.

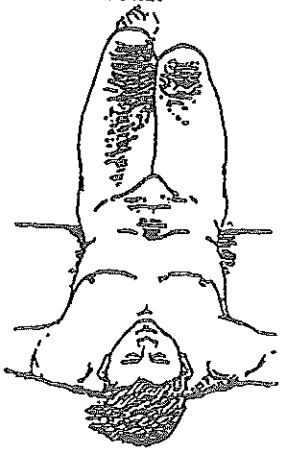
ON PEUT TRES BIEN PRESENTER LA JAMBE GAUCHE PLUS COURTE ET DANS CETTE POSITION LE GENOU GAUCHE PLUS HAUT.

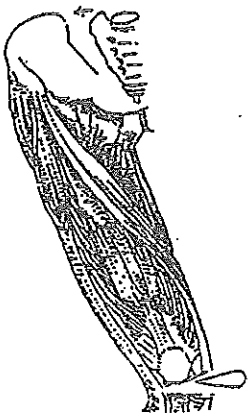
PARFOIS LES COMPENSATIONS S'ANNIHILENT.

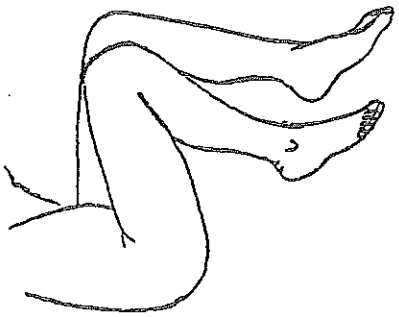
ON NE VOIT RIEN D'APPARENT MAIS L'AFFECTION EST DOUBLE;

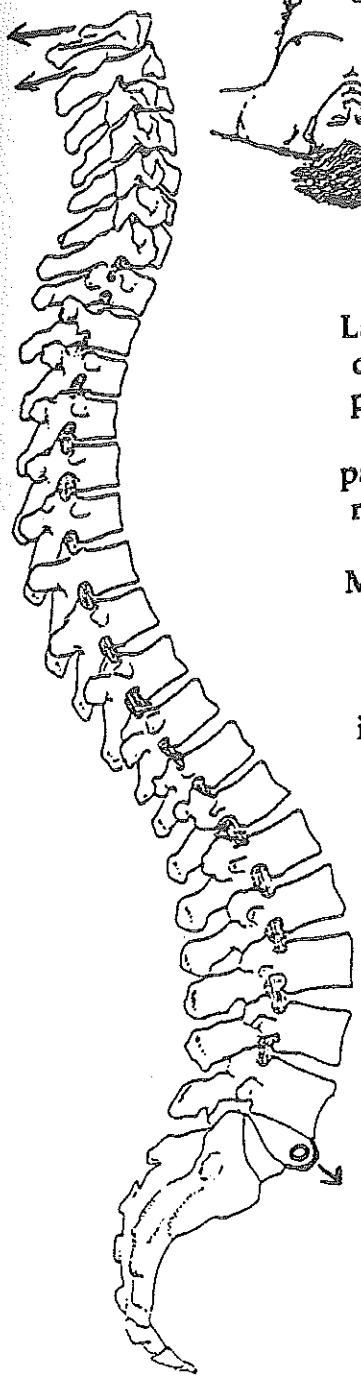
PARFOIS UN BASSIN EVASE PAR 2 LUXATIONS DES 2 SACRO-ILIAQUES;

EN CE CAS LE DIAMETRE MAXIMUM DES HANCHES A BAISSE DE NIVEAU ET LE BOURRELET DU TROCHANTER FAIT APPARAITRE LA CULOTTE DE CHEVAL.

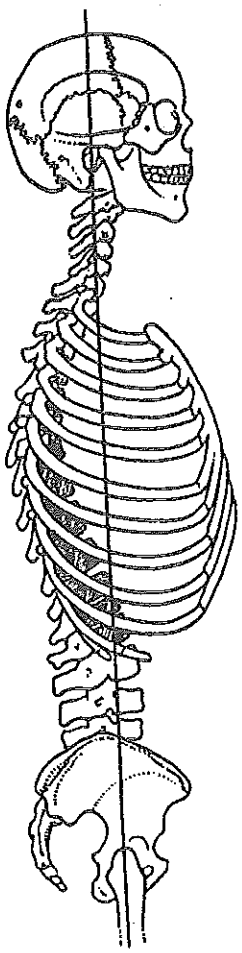




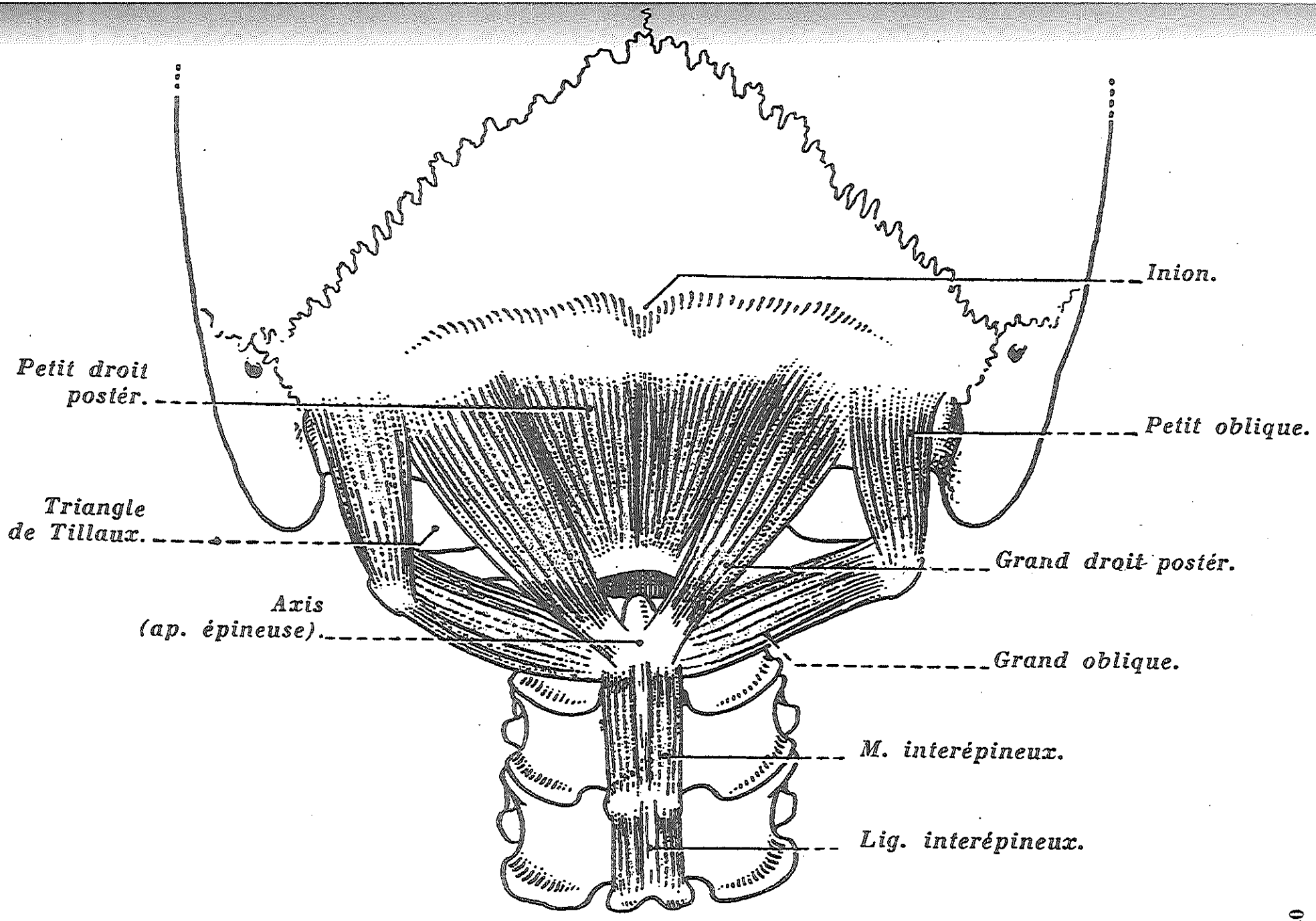




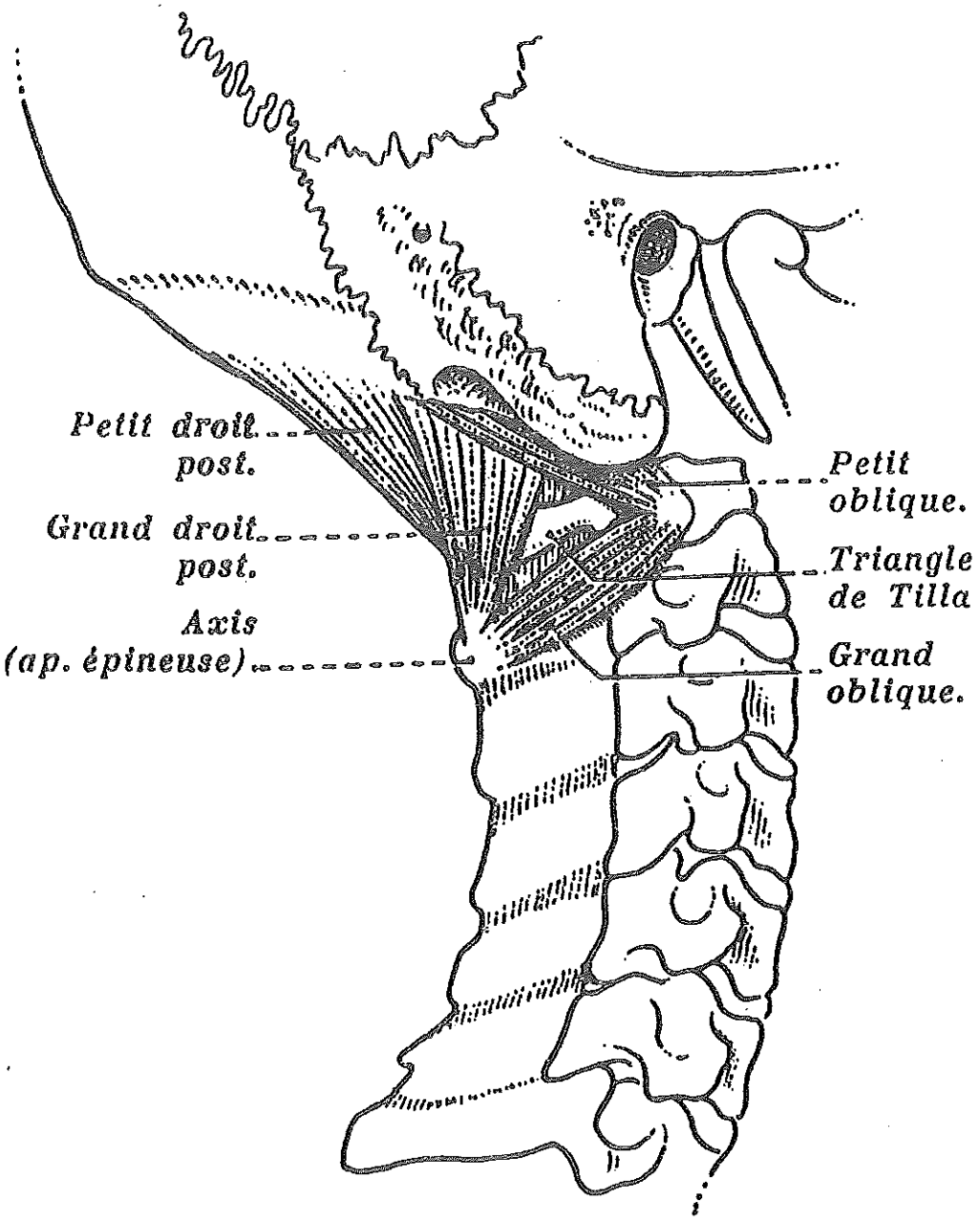
La 1ère vertèbre cervicale étant presque fixe, la seconde n'est pas exclue d'un retentissement plus évident. Mais les tenants de la 1ère vertèbre mobilisable illustrent assez bien leur opposition à tout diktat.



Tout aboutit à la nuque, si j'en crois les doctes aphorismes qui font passer l'axe du fémur par le trou occipital.
Faut-il encore que ces fémurs soient dans l'axe et donc la sacro-iliaque déviée résulte mal, quand d'un côté l'autre tant balance et compens sous le regard à tout prix horizontal jusqu'à l'auto-destruction.
Je suggère également que l'hypercambrure des lombaire avec jaillissement du disque 5° lombaire, 1° sacrée doit avo une compensatiaon insidieus sans douleur sur la 1° cervical.
Cela expliquerait les vertiges et les acouphènes inexpliqué surtout aux résultats. Et vous



— *Muscles profonds de la nuque et interépineux du cou: trianale de Tillaux.*



Muscles profonds de la nuque, triangle de Tillaux, vue latérale droite.

CONVERSATION

Ainsi va le monde, et suivant les stratagèmes de l'esprit qui sont hors de la vision du corps, de la vie physique et du courage tout simple. Des intellectuels stratègent des pensées obligatoires pour les autres, éclairent d'autant mieux les pensées qu'ils imposent s'ils ont l'impossibilité de les appliquer. Paradoxalement, il en nait une plus grande clarté car la distance où ils se tiennent leur confère une perspective d'autant plus grande qu'ils en sont les plus éloignés et un meilleur éclairage, puisqu'ils sont placés dans les ténèbres. Pour parler de Dieu près du texte de l'homme en son péché, trouverez-vous mieux que l'ivrogne Verlaine - ce débauché admirable ou Jean Genêt martyr. Sartre et Beauvoir expérimentant leurs corps et leurs moeurs sur des tiers sans aucun scrupule, se sont néanmoins penchés sur les hommes dans des périls où ils ont exposé leur réputation pour des travaux utiles. Ceux qui "causent" le mieux présentent souvent des facettes sulfureuses de leur ego. De leur clair-obscur, ils filtrent mieux la lumière des autres.

Le phénomène colore également les grands travaux classiques. C'est une épreuve pour moi de constater qu'en notre métier de cynésiste, c'est-à-dire de rééducateur, l'anatomie se présente figée, analytique, au point de passer son temps à ratiociner sur les différences suggérées entre crête, arête vive, tubercule ou saillie, protubérance ou renflement, saillie ou renflement. Une liturgie de langue morte éprouve la vérité mobile de l'anatomie du geste. Les mouvements synergiques du corps ne sont pas esquissés.

L'étude de la marche de l'homme par Marey est étriquement limitée à la race blanche. La question des compensations par l'âge ou la fatigue n'a pas engagé les grands thaumaturges. Je n'assume que ma minabilité d'édicter des lois globales de compensation. Il serait d'un très mauvais goût, que dis-je d'une grande obcénité, tout simplement un acte malveillant de lèse majesté que de suggérer le principe suivant. Tout simplement, quand le haut du dos est voûté, c'est le devant de la poitrine qui s'est contracté.

CONVERSATION

Le malade encore moins compétent que le médecin comprend cependant le langage que lui écrivent dessus les mains du masseur. Tout corps, tout être humain est une cathédrale, et le masseur est l'officiant de la chapelle exigüe de ses petites malignités et astuces triomphalement appliquées. Avec le tapis de ronces et d'orties que l'on tresse à ce bellâtre musculeux, produit de viande suante, au langage de cuir et de portefaix désigné par la nature - le "design" des cons pour porter des poids lourds avec des gros bras - qui oserait pousser l'ironie méchante jusqu'à en faire un thaumaturge ? Avez-vous entendu Yourcenar faisant de Michel-Ange un ouvrier aux gros bras et comme tel, voué à boire et se battre. Parce qu'il boit moins, le masseur ne peut être comparé à Michel-Ange, mais c'est un sculpteur à quelque ouverture de compas qu'il présente. De là à lui confier le pouvoir de masser l'âme ! Tout doux, pour mieux la nier on ne la sous-entend pas moins. Il s'agit de l'existence du rapport psycho-somatique que seuls des cerveaux subtils peuvent se permettre d'évoquer.
Vous voila donc avec un art, une technique, des acquis qui vous permettent de déceler à la main les douleurs sur le corps et j'en ai fait des milliers de fois l'expérience spectaculaire, donc publique, devant des milliers de personnes, ce qui confère un peu de respect. J'ai pendant 40 ans été ce que l'on appelle un masseur d'épaves, les genoux, les dos, même greffés, les cervicales, les dépressions et... pire les suicides où le danger est si grand, qu'un seul échec nous mènerait en prison. Quiconque.

Les autres en ont écrit sur moi. Que propose celui-là qui veut nous parler de lui ? Non. Mais oui nécessairement. Je veux dire que le moindre petit étudiant en médecine ne peut pas ne pas savoir ce que je sais et sous-entend bien qu'il sait masser à mon égalité. Et un professeur ? J'ai massé et guéri le frère d'un grand professeur du dos greffé deux fois et... dormant assis depuis 20 ans. Il avait été mal saisi dans l'espace; mal visualisé. D'aucuns l'ont écrit.

CONVERSATION

C'est dans les sports de l'espace -de combat en ce qui me concerne- que l'on conquiert, que l'on intègre le mouvement du corps humain des autres, réfléchi sur le vôtre. Dans cette pratique, il faut faire plus que vite si non, sanction: c'est un dressage.
Dès lors vous êtes deux corps et non point un. Je vais où moi quand je me compare à des crevards méritants mais crevards, hypertrophiés d'un seul sens ? Beaucoup de collègues ont mon envergure, et la dépassent sur certains créneaux. De plus, il n'y a pas à considérer seulement si le masseur est bon dans un massage. Le meilleur massage sera toujours celui où le malade s'est donné surtout à lui-même. Il est en effet visible que le plus grand ennemi de l'homme est surtout lui, particulièrement dans la maladie.

Pour le malade dont le massage est prescrit par un médecin, le masseur doit soumission à l'autorité. Le masseur a rarement la liberté de prendre une initiative.
- "Pour le haut du dos, vous allez devoir masser la poitrine? Mais comment ? Massez-moi où j'ai mal ! Le médecin a demandé qu'on enlève mes douleurs, que l'on masse mes douleurs ".

C'est mal parti. Le malade n'est pas débile, ni facile à traiter. Un adage chinois dit que le malade est odieux parce que la maladie toujours injuste le rend injuste et l'injustice soumet la V.B. à la colère, l'irascibilité etc.. ASSEZ VRAI. D'autant que les muscles, c'est FOIE, VB, et que les deux sont la colère. Le principe de l'ordonnance obligatoire est celui-ci. L'ordonnance, c'est un ordre ordonnancé.

Certain que les médecins doivent être au sommet de la hiérarchie de leur soin, je ne médecine jamais quant à moi. Et anti-inflammatoires, pilules, bidules, modules, médicules, je recule quand on veut m'acculer, ou maculer la virginité de mon art.

CONVERSATION

Dans la démarche du bien faiseur, aux nuances subtiles de bienfaiteur, il ne peut y avoir deux crocodiles dans le même marigot. Mais la pureté confère parfois plus de clairvoyance que l'intelligence.

Un mouvement choisi en rééducation par l'acquisition du sens de la géométrie, exact et éprouvé des années procède en fait d'une expérience laborantine. Et ZUT. Qui la pratique? Je ne crains pas les ennemis du bon droit. Je crains l'hérésie, c'est-à-dire mes grands frères, les médecins de mon obédience.

Je suis leur chef de patrouille, c'est mon coeur qui risque de sauter sur les mines, pendant que mon officier suit avec sa seringue de mitrailleur émérite. Je crois au bon sous officier qui veut passer officier en fin de carrière pour témoigner d'une certaine idée du même combat, tous dans le coup à des degrés divers. Car j'ai conquis des continents avec mon instinct de brute qui souhaite que l'on honore le métier.

L'INERTIE : CETTE GRANDE VIOLENCE

Sans aucune sollicitation, les muscles se déssèchent et se raccourcissent. A voir comment est composée la nef de la poitrine et de l'appareil respiratoire dont le cou ne se départit pas. Sans entretien autre (massage, natation, course), la distance cou - poitrine se restreint.

Ces tendinites constantes probablement de cette physiologie exagérée, finiraient par se calcifier. Les douleurs qui apparaissent sont trop souvent éloignées de l'élaboration des contractures qui tirent à l'autre extrémité de certaines associations de muscles. De mon avis, l'interprêtation de la nef que représente la cage thoracique est difficile à traduire dans l'espace. Au début, les rétractions qui ne sont encore tendinites, ne produisant pas encore de douleurs, n'en restreignent pas moins l'élasticité du gril costal, mais le dommage n'est pas visible. Comment comprendre qu'une douleur des côtes va procéder de cervicales éloignées ou réciproquement ?

En Occident, pays de la raison immédiate et raccourcie, on traitera alors les symptômes résultants; Mais plus rarement l'insertion musculaire éloignée du tableau local. Ce protocole est un début mal venu, mais nous sommes au siècle de la facilité et ce n'est pas toujours le médecin qui veut faire aller ainsi les choses, mais le malade pressé.

Je suis bien mal venu de prescrire des efforts à effectuer seul et à vie; peut-être réveiller des douleurs, ou en produire en d'autres lieux. C'est comme cela que j'ai créé mon école, en donnant des cours à mes malades, jusqu'au jour où la Faculté de Médecines Naturelles m'a appelé à la Sorbonne. Je ne m'y suis senti libre longtemps, je suis rentré chez moi. Je préconise l'effort dans l'essoufflement, qui maintient la fonction maximale d'inspiration et d'expiration. Si les muscles du cou sont élévateurs des côtes, et le diaphragme descenseur des côtes, la course à pied, l'essoufflement - ailleurs que dans les fumées de voiture - est une loi.

L'INERTIE : CETTE GRANDE VIOLENCE

L'essoufflement par le travail ? La marche elle-même n'essouffle pas. Comment, disent certains malades, je m'essouffle déjà à monter les escaliers...Monter est plus herculéen que courir à plat surtout au début, où il faut observer une grande prudence. La fonction fait l'organe. Mais il est difficile de recommencer à courir après 20 ou 40 ans de sédentarité. Il faut en parler au médecin cardiologue.

Ne pas courir au froid ou dans le brouillard, donc ne pas rééduquer avant mai pour la région parisienne. Commencer alors la course, légère et paisible, après trois massages, déjà libérateurs de l'élasticité costale. Sur quoi je m'appuie dans mes assertions ? Sur " l'ANATOMIE DU VIVANT" et les relations musculaires, la physiologie du geste. Oui. Mais aussi sur cette observation. Pratiquement, personne ne court depuis très longtemps parmi les gens qui ont mal aux cervicales...

Je montre également dans ce livre qu'orthopédiquement les déviations lombaires et surtout sacro-iliaques qui affèrent aux cervicales, se corrigent par la course à pied (rapide). Deux systèmes voisins où l'on soigne orthopédie, remise en place, et fonctionnement des mêmes objectifs : les cervicales et leurs haubans.

On retrouvera assez vite par le massage, donc sans engagement méritoire, et sans en avoir la notion, un coëfficient respiratoire supérieur trop immédiat pour être bien perçu. Ne faites pas courir ce petit monde fragile dans le froid, les alvéoles pulmonaires terminales déjà en passe de nettoyage s'irriteraient. (on fait cracher l'obstruction de dizaines d'années, le tabac ou le goudron comme je dis... pour encourager). Mais, sensibilisées, redevenues presque neuves, ces alvéoles vont être comme brulées d'aller courir dans le froid. L'infection ne sera pas forcément virale, mais agira telle une brûlure. J'attendrais le printemps. C'est sérieux la réadaptation respiratoire.

L'INERTIE : CETTE GRANDE VIOLENCE

Voici la petite oeuvre qui n'est pas grandiose du masseur qui veut s'appliquer. Pas grandiose mais efficace, j'en ai vécu. La référence du médecin est de savoir , celle du masseur est de ne pas méconnaître. L'erreur du médecin est une erreur. Celle du guérisseur est un crime. Les chiens des contrebandiers ne sont point ceux des gabelous. J'évoque dans mes résultats, les années de survie que j'ai redonnées parfois à mes malades. Si on meurt sans maladie, d'être simplement immobile et couché (voir les complications du décubitus citées ailleurs : un classique de la pathologie hospitalière), on meurt aussi de ne pas respirer suffisamment. Il ne faut pas oublier que les cellules cérébrales sont 22 fois plus avides d'oxygène que les autres, et que certains ralentissements cérébraux proviennent peut-être de ce manque d'oxygène.

Il n'y a pas de douleurs que je me sois contenté d'amoindrir. En réalité, faisant simplement le massage de tous les muscles et prévoyant dès lors TOUTES EVENTUALITES DE RETRACTIONS GLOBALES surtout, et LOCALES encore, vous n'encourez aucun risque, même d'échec.
Car massant tout, vous n'avez même pas besoin d'en savoir tant. Le massage des cervicales parmi les massages que j'enseigne, est celui que l'on peut directement appliquer du jour au lendemain. J'enseigne que je suis respectueux à outrance du malade. Il en découle que l'élève n'est jamais exposé à la moindre manoeuvre dangereuse.

Il ne s'agit pas de douleurs cervicales, dorsales hautes, costales ou intercostales seulement. Il s'agit tout autant d'aider considérablement LES PROBLEMES D'ASTHME. J'y ai été formé, et le cours s'en ressent fortuitement, par le Dr de SAMBUCY pour la partie occidentale. Mais comme on le voit, j'y ai joint mes idées personnelles en part très conséquente.
Il s'agit également de traiter la PERI-ARTHRITE DE L'EPAULE, à partir de la rééducation et du massage du biceps dont l'idée ne revient plus à personne qu'il était partie anatomique du trapèze chez le singe et qu'il en est toujours partie dans le mouvement chez l'homme.

L'INERTIE : CETTE GRANDE VIOLENCE

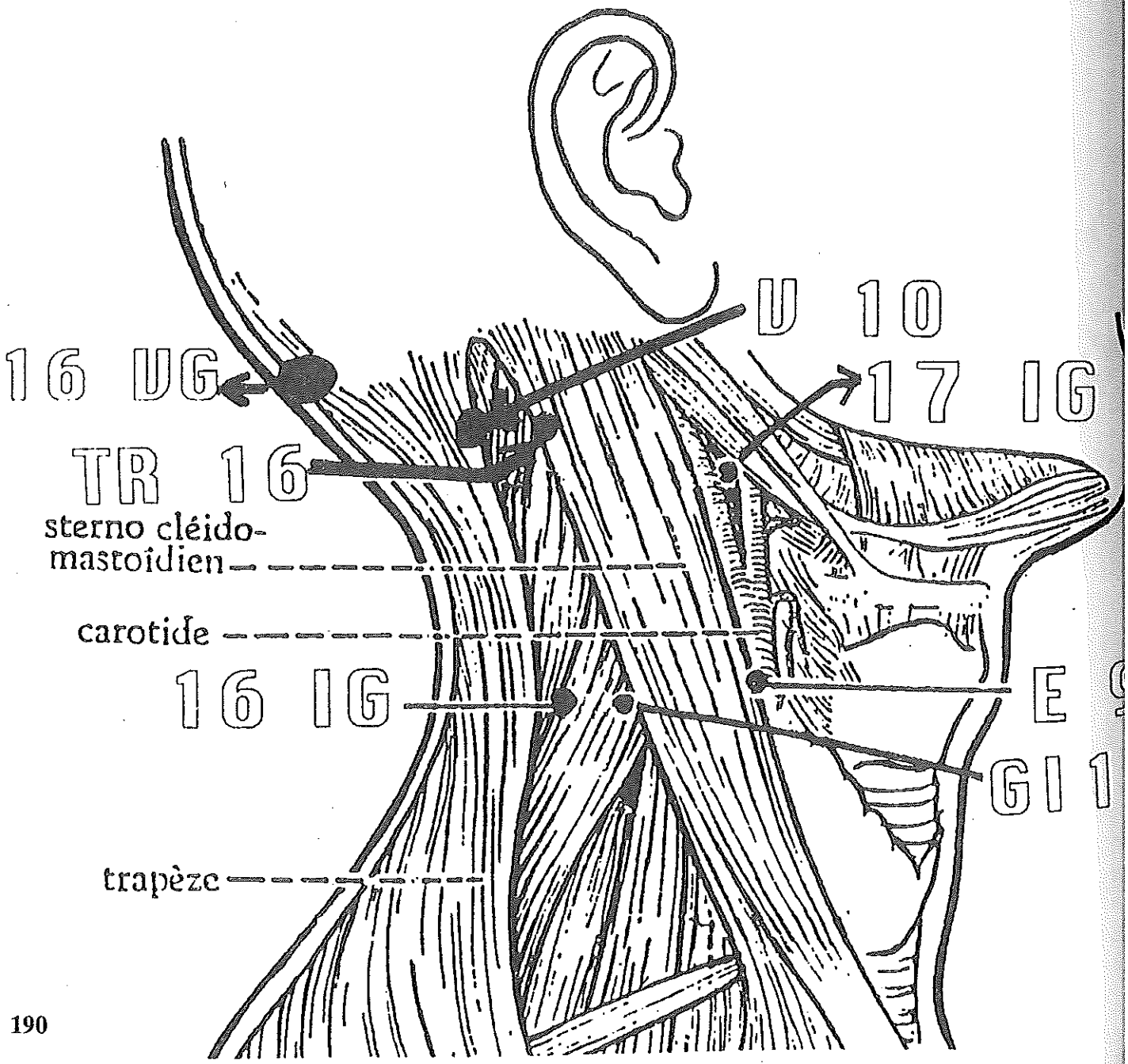
Sur cette même lancée, nous traiterons le TENNIS-ELBOW à cause de son appartenance à la fonction et l'anatomie du biceps. Nous proposerons sur l'ACOUPHENE, tout l'immense travail de résultante orthopédique, aboutissant à la décompression de la pesée sur la première vertèbre cervicale. L'acouphène est cette maladie qui produit des bruits, des sons, des sifflements et des douleurs dans les oreilles. Une ou deux.

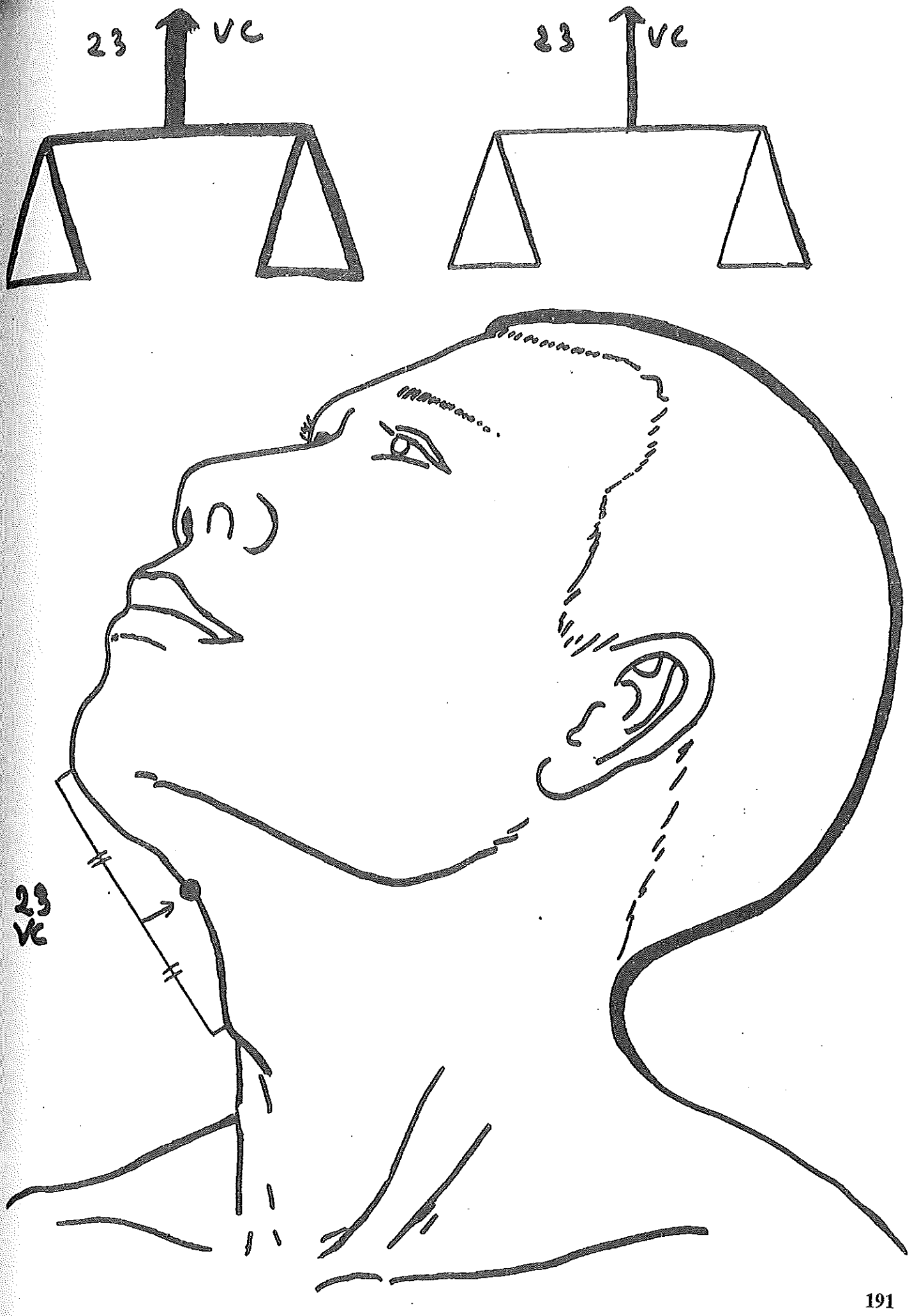
De là nous passerons à l'OUIE, avec cette étrange proposition du méridien de l'intestin grêle, barré par une cicatrice, fait qui rend sourd. Et même sans cette théorie, la rétraction du muscle angulaire de l'omoplate dont l'insertion indurée, tendinite gène l'AUDITION. Il faut traiter sur l'omoplate ce muscle induré.

Ce n'est pas pour cela que - massant le triangle des muscles sous la tête - je n'ai pas l'impression de bien faire sur la VUE. Mais là, c'est plus hypothétique, car s'il y avait un résultat sur les yeux, ce serait peut-être un ralentissement de la baisse de la VUE. Qui peut homologuer cela... Et de toute façon, cela se produit deux ans après. Idem SINUS FRONTAUX. Mais surtout TOUT LES VERTIGES. Si je devais affirmer pour L'HYPER TENSION, il faudrait une préface de médecin. Je veux rester libre.
UNE MEILLEURE IRRIGATION CEREBELLEUSE est à prévoir par ce massage bien fait; il ne s'agit pas seulement de masser localement.
MAIS SURTOUT L'UTILITE DU REDRESSEMENT DE LA POITRINE SUR LE MORAL D'UN INDIVIDU.
Plus les gens sont âgés et leurs muscles fondus, plus le massage parvient et ses résultats se font faciles et évidents.
Rappelons enfin qu'en acupuncture, dont nous ajoutons (sans aiguille) les techniques, le plexus dorso-cervico-bracchial recèle l'énergie psychique de créativité et d'espérance appelée THAN. Car c'est justement au point 16 du Vaisseur Gouverneur que tout l'ensemble du réflexe de défense (et souffrance) aboutit. Ce point placé : 1ère vertèbre cervicale et occiput, gère l'hypothalamus lequel produit les endorphines, nettement pressenties par l'acupuncture et qui établit des rapports thyroïdiens et parathyroïdiens. Sachant cela, on vérifiera alors que l'inertie est une grande violence... contre la vérité.

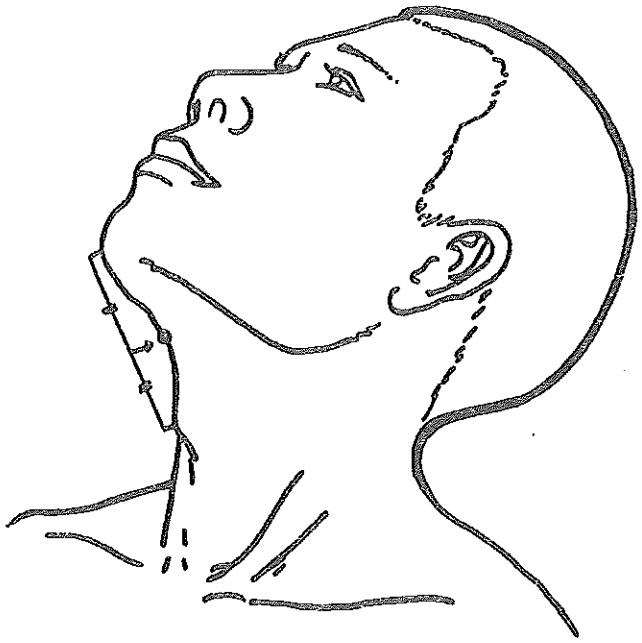
DISTINCTS FENETRES DU CIEL

L'abord des MERIDIENS DISTINCTS est compliqué et long. Ils ne peuvent s'inclure dans un livre sur les vertèbres cervicales. Quelque part - en majorité sur le cou - des points dits FENETRES DU CIEL interrompent le flux énergétique des méridiens - on le comprend - mais aussi des organes. La réadaptation de ce flot dégagerait tant l'organe au plus intime des profondeurs, tout autant que la "notion mentale de la douleur viscérale". Une technique d'extraction de la douleur sans effraction jusque pour les cas les plus désespérés. Il ne s'agit alors plus d'avoir l'ambition de guérir. Cependant les MERIDIENS DISTINCTS stimuleraient l'énergie de défense. Je les ai décrits dans mon livre : " LES MERIDIENS INCONNUS". Je vous livre seulement les points qui font barrage. N'ayez pas d'illusions, il faut faire tout le méridien.




23 VC
23 VC
23 VC

SIGNE CLINIQUE IGNORE EN OCCIDENT



Dans le cas d'une situation désespérée, une boule douloureuse vient à la gorge.

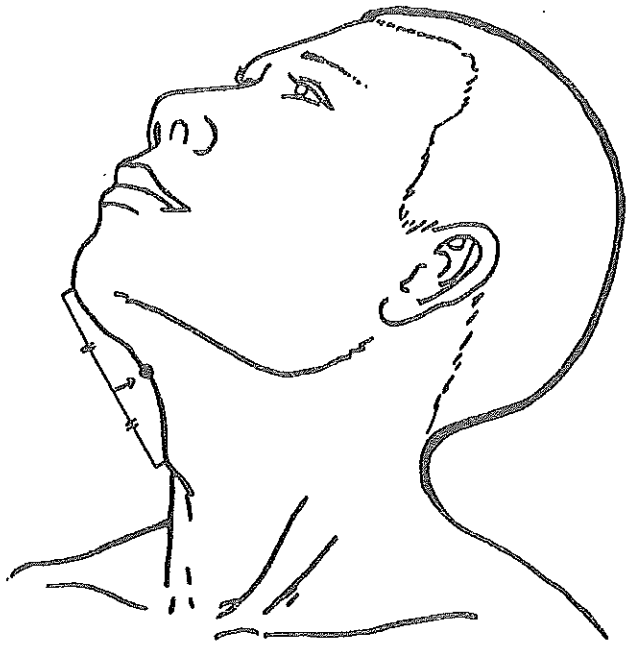
Or, le point 23 du Vaisseau Conception s'appelle "nivellement des abattements et des émotions". C'est le point de réunion des énergies psychiques TINH et THAN après leur passage viscéral lorsqu'on traite le TCHONG MO. Cette douleur signalerait la rupture de l'équilibre des initiatives, des énergies psychiques, et dès lors le passage à un état de non-contrôle des émotions et le dos tendu à la pluie fatale des abattements, surcharges et poids mentaux.

J'ajoute que la clef de voûte de la courbure cervicale dès lors inflexée en avant dans l'état de déprime est justement prévisible à ce niveau. N'oublions pas la connexion 23 VC, 16 VG et le pincement réflexe du disque 1ère vertèbre cervicale.

Voir l'analogie avec la courbure et les affections lombaires que les chinois traitent sur la clef de voûte lombaire entre L 2 et L 3.

HYSTERIE

PRODROME de l'hystérie et Point 23 du Vaisseau Conception



DONNEES OCCIDENTALES

L'hystérique décrit "l'ascension de la boule hystérique, de l'épiglotte à la gorge" lieu du Pt 23 V.C. voire du pelvis à la gorge. Cette dernière précision est la description du trajet du Vaisseau Conception, données accessibles à l'Occident : on photographie actuellement les méridiens principaux. Le méridien principal du Rein dont l'importance est considérable en psychiatrie acupuncturelle se termine sous la langue (23 VC ?). C'est le moment de rappeler que tous les méridiens Merveilleux véhiculant les énergies psychiques ont appartenance à la Vessie pour le Yang et le jour, et au Rein pour la nuit. C'est dire si la vie de tout homme est gouvernée par la peur interprêtable comme un stimulus normal. Il n'y a pas que le **désir de vivre (THAN)**, le **confort de vivre (libre arbitre)** mais la **mission de vivre** dont l'idéogramme implique une pression quelque peu menaçante. Le refus de ces 3 étatsest l'inertie, laquelle est contre-nature et manifestée telle une grande violence faite à soi-même.

DONNEES ACUPUNCTURELLES.

Le Pt 23 du Vaisseau Conception (Inn) lié d'ailleurs avec son opposant complémentaire le 16 Vaisseau Gouverneur Yang, est situé entre pomme d'Adam et pointe du menton. On l'appelle nivellement des émotions et des abattements. C'est le point de réunion de deux énergies psychiques **TINH** et **THAN**. Point n'est besoin en effet d'être hystérique pour avoir une boule dans la gorge au moment de situations désespérées de la vie. C'est la rupture de l'espoir.Voilà une situation repérée dans la clinique occidentale seulement chez les fous. Ces hystériques, hypertrophiés d'un moi qu'ils ne dominent pas, subjugués en leur corps. Mais ce corps, en acupuncture, n'a jamais été délié de l'esprit et l'évocation même du terme de psycho-somatique déclenche en Asie un constat dérisoire et apitoyé. L'affrontement des deux cultures est là, séquelle culturelle pour notre part induite à la connivence inquisitoriale, pour ne pas dire pharisienne.

POINT 23 V.C.
THYROIDE et PARATHYROIDE

L'hormone parathyroïdienne élève la calcémie soit le taux de calcium.

ACUPUNCTURE : calcium : correspondance sels minéraux, sel, REIN - TINH.

Une tumeur thyroïdienne provoque la maladie de Recklinghausen, caractérisée par la décalcification des os.

ACUPUNCTURE : os - sels minéraux, sels, REIN TINH.

La thyrocalcitonine freine la décalcification et se trouve être antagoniste de la parathormone parathyroïdienne.

ACUPUNCTURE : tout cela est régulation de la correspondance REIN OS énergie TINH.

L'hyperthyroïdie se manifeste par une excitabilité nerveuse et psychique.

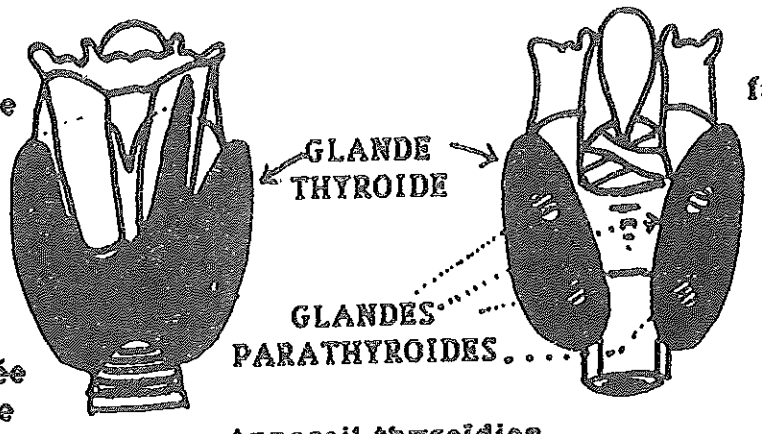
ACUPUNCTURE : excès de THAN.

L'hypothyroïdie par stagnation peut conduire jusqu'au crétinisme (arriération mentale très accusée). Dans sa forme plus atténuée, c'est l'apathie et la réduction des facultés intellectuelles.

ACUPUNCTURE : Excès de TINH en stagnation, en apathie. Toute inertie est un pas en arrière.

23 VC

THYROIDE et PARATHYROIDE



Appareil thyroïdien

La thyroïde produit l'hormone THYROXINE. Sa sécrétion est activée par la thyréostimuline, issue du complexe hypothalamo-hypophysaire. Si le sang est riche en thyroxine, la production de thyréostimuline se ralentit. Il s'agit d'un système de REGULATION.

Le point 23 VC point de réunion du TINH et du THAN est-il autre chose qu'un point de REGULATION ? Il s'appelle "NIVELLEMENT DES EMOTIONS ET DES ABATTEMENTS".

La thyroxine agit sur :

(en rouge)	(en jaune)	(en noir)
LA CROISSANCE	L'EQUILIBRE NERVEUX	LE METABOLISME
FUTUR	REGULATION	PROGRAMMATION
ASPIRATION A ETRE	LIBRE ARBITRE	HEREDITE
ENERGIE THAN	EGO	ENERGIE TINH

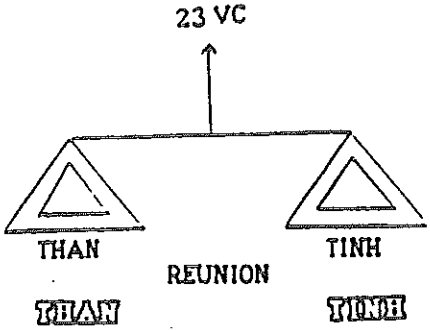
La thyroxyne agit sur la croissance des os : correspondances : TINH - EAU - REIN.

La thyroxine mobilise l'eau : correspondances : REIN - TINH. Mais la thyroxine est toxique pour le coeur.

Opposition des antipodes de même matière :

CHAO INN

REIN	COEUR
FROID	CHALEUR
(en noir)	(en rouge)



HYSTERIE

DONNEES OCCIDENTALES

CHARCOT :

"L'hystérique exprime sa souffrance psychique par le corps". Voici la démonstration (et l'aveu) de l'indissociabilité de la relation psycho-somatique qu'illustre la pathologie. Pour ne pas dire qu'elle la révêle. La fantaisie, l'anormalité, l'inégalité, sont des contradictions de la nature pour amener "au mieux faire". Ce perfectionnisme de la nature se pressent telle une moralisation pérenne mais NON FIXEE.
Aussi bien et pour cela :
LA VERITE EST IMPERMANENTE.
Tout homme honnête qui s'interroge sait qu'un diagnostic est un repère mais ne doit pas devenir un prétexte.
L'obligation de rêver, révêlée par l'existence des endorphines, est l'éloge de la folie.

DONNEES ACUPUNCTURELLES.

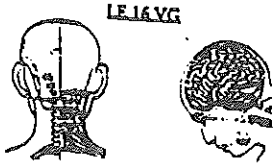
LE TINH EST LE PASSIF.
LE THAN EST LE FUTUR.
LE CORPS EST SEUL TANGIBLE,
faut-il encore le toucher, le mettre à sa propre disposition pour qu'il se reconnaisse et se perçoive. Il y a en effet des gens qui n'ont pas le sens de leur schéma postural, ni de leur relation spaciale à l'ailleurs, l'autre monde, étranger à soi; du matériel, à l'humain. Le corps est l'étage du présent immédiat. Le commencement et l'aboutissement. On l'a sous la main comme il vous tient lui-même. Il faut faire avec car il vous manipule. On peut dire comme Charcot que "la souffrance physique s'exprime par le corps", mais il y a un stade où le corps, ayant reçu marquage, pathologie psychique etc... prend le relais et conserve. C'est un rôle physiquement mémoriel. C'est à lui donc que s'adresse la main et la caressothérapie de l'oubli pour les atteintes, torpeurs, inaffections corporelles, délaissement de l'ailleurs. D'où les résultats que je n'appelle plus fabuleux du massage bien fait. L'homme est le monde. Si l'individu se fond à l'autre dans l'assentiment au massage que le malade vous consentira, il se reconnaîtra lui-même. La connaissance de soi ne peut être dépourvue du bon sens, lequel préside, différent pour chacun comme la vérité. Ce qui est difficilement acceptable pour l'Occident, lequel impose ses dogmes collectivistes, alors que tout être est différent, impénétrable, ne serait-ce que par lui-même. L'efficacité de la méthode par le TCHONG MO est de n'avoir pas de diagnostic et de promouvoir chaque individu à son éthique probablement incommunicable.

LE POINT 23 VAISSEAU CONCEPTION

23 VC

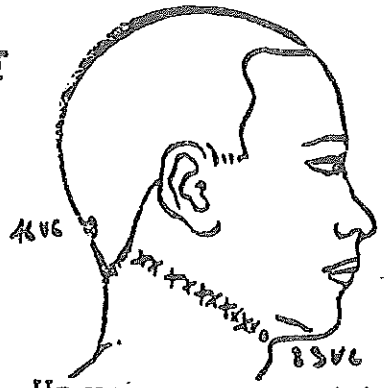
16 VG

LE 16 VG



Les chercheurs de la Wayne State University School of Medecine de Détroit ont étab après autopsie, que les suicid présentaient une moyenne de 4 en moins de certaines particu spéciales sur leurs plaquett sanguines. Ces particules participent à la création de sérotonine, laquelle se situe ni hypothalamus, géré par le 16 aboutissement de tout le travail manuel du TCHONG M

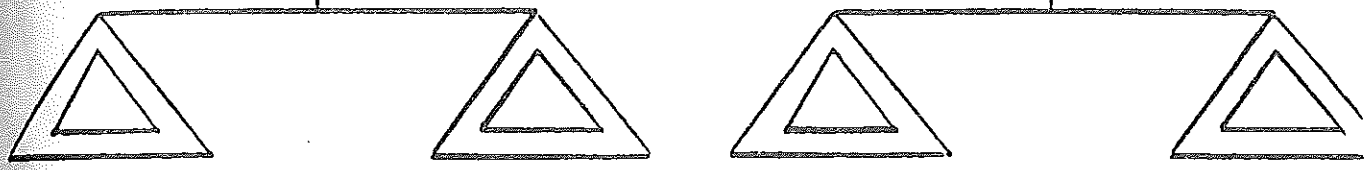
23 VC NIVELLEMENT DES ABATTEMENTS ET DES EMOTIONS
(boule dans la gorge)



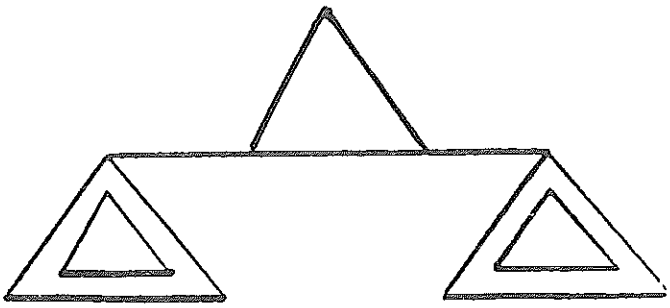
Un vaisseau secondaire unit le 23 VC AU 16 VG
REGULATION THYROIDIENNE

23 VC

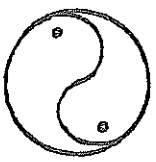
JUSTE MESURE



REUNION TINH ET THAN

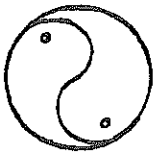


16 V.G.

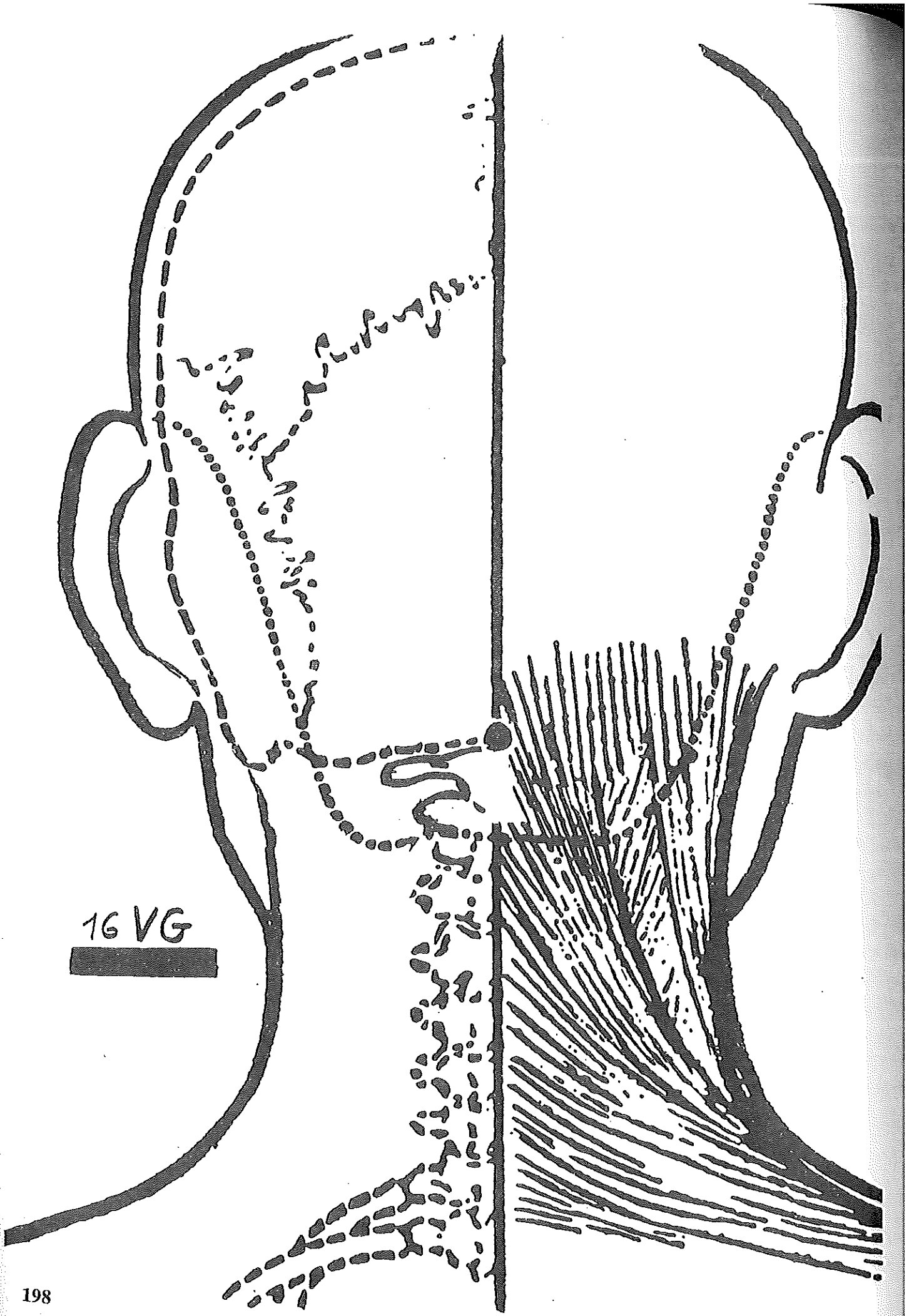


23 VC

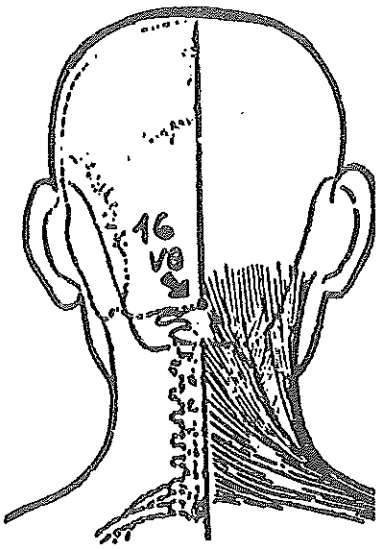
TINH et THAN
16 VG et 23 VC.
23 VC à lui seul
sont au service de la REGULATION
QUI EST LA PROPOSITION MAJEURE
DE LA SANTE D'APRES L'ACUPUNCTURE.
CETTE MEDECINE ENERGETIQUE NE SE
SOUMET PAS INELUCTABLEMENT AU
DIAGNOSTIC EN A PRIORI.
Elle s'occupe immédiatement des
débordements et considère la
situation avant les mots...
mais à la lettre.

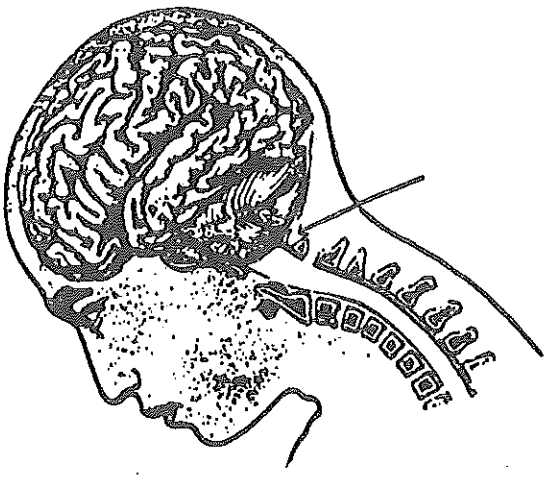


Etat satisfaisant
de la thyroïde
entre
Hypothalamus
et thyroïde


16 VG

LE 16 VG





Pour exécuter ce Point 16 VG (voyez à droite comment les Chinois enfonçent l'aiguille) nous ne prenons aucun risque puisque nous ne mettons jamais d'aiguille. Néanmoins, il est nécessaire de frotter ce point jusqu'à une certaine exsudation qui se manifeste sous les doigts du soignant.

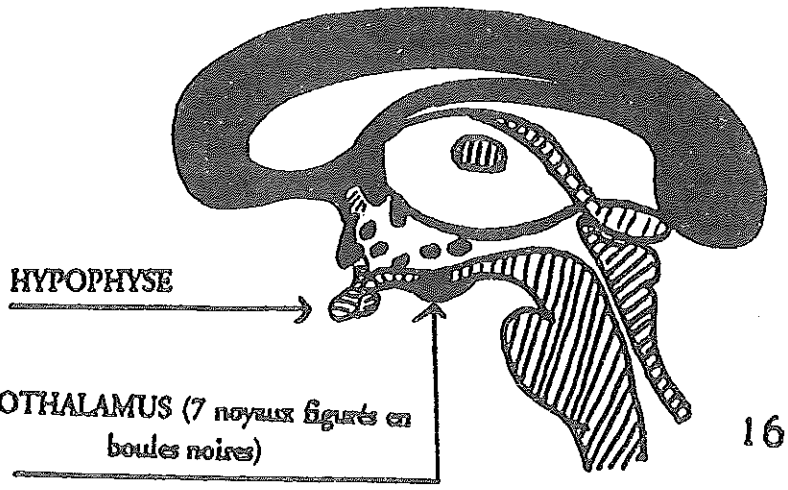
Il est souhaitable qu'une irritation peaucière s'installe et dure trois jours environ (ne pas la reproduire deux fois). Ce point est une cheminée " PORTE DU CIEL" par laquelle s'exhalent les toxines et entre l'énergie cosmique régulatrice.

Pour bien l'exécuter, il faut maintenir le menton du patient en double menton, le malade est couché sur le côté. Il est plus difficile alors cependant de bien respecter la ligne médiane du cou. Ce point est repérable : 1 distance au-dessus de l'implantation du cheveu le plus bas. Viser entre l'occiput et la première vertèbre cervicale atlas.

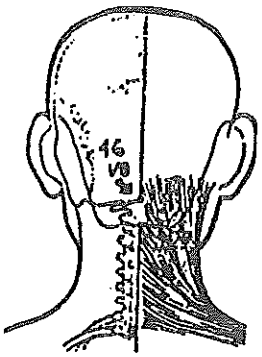
Ce point effectué en finalité après tout le travail manuel du TCHONG MO provoque une petite ébriété sans conséquence de 2 ou 3 minutes par afflux d'énergie. Ne pas relever les malades trop vite.

LE 16 VG

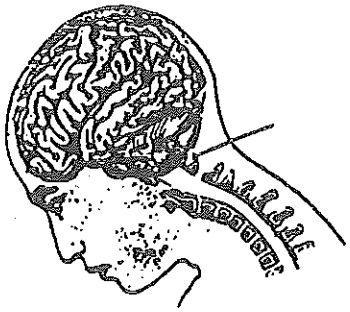
APPAREIL HYPOTHALAMO-HYPOPHYSAIRE

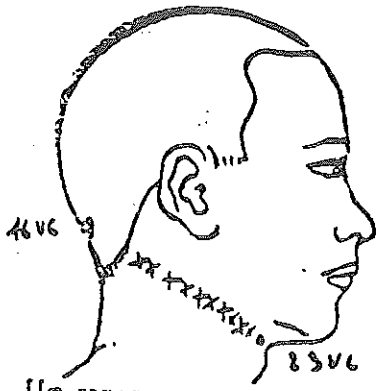


16 VG

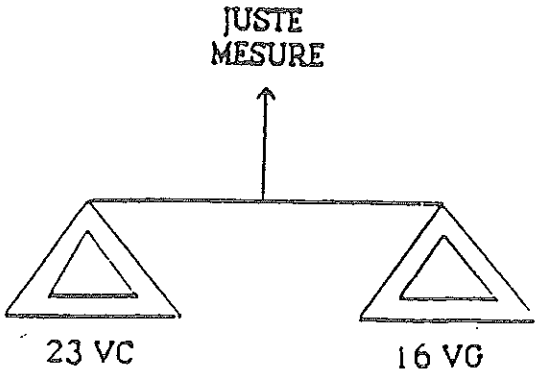


16 VG.

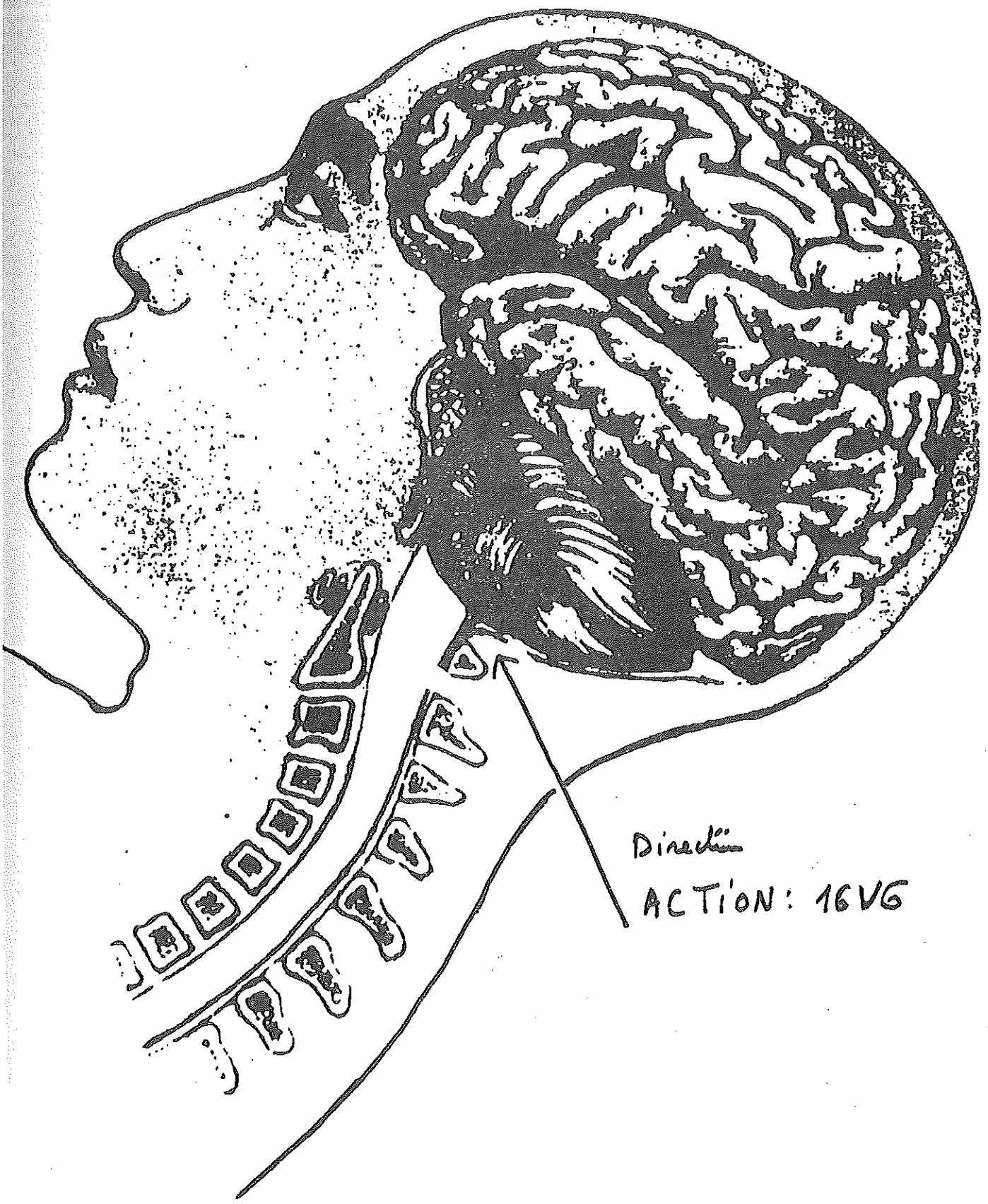




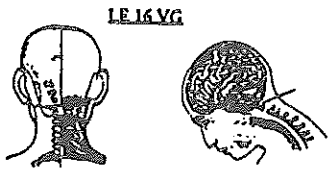
Un vaisseau secondaire unit le 23 VC AU 16 VG
REGULATION THYROIDIENNE



LE COMPLEXE HYPOTHALAMO-HYPOPHYSAIRE tient sous sa surveillance le système thyroïdien et parathyroïdien. L'acupuncture étaye cette relation énergétique par la relation du 16 VG et 23 VC.


Direction
ACTION : 16VG

LES GLANDES SURRENALES L'IMPLICATION DU REIN ET LE POINT 16 VG



Il y a en acupuncture deux appréciations du Rein :

- un Rein urinaire dit Rein INN
- un Rein hormonal dit Rein YANG

L'acupuncture insiste sur le rôle sexuel de ce Rein (Libido).

Les glandes surrénales sont appliquées sur l'extrémité supérieure des reins. L'anatomie acupuncturelle différencie bien les fonctions des reins et de ces endocrines. Mais, comme pour le système Rate-Pancréas, nominativement, elle ne fait pas le distinguo. C'est parce qu'une fois encore elle ne délie pas les idéogrammes. Elle peut difficilement s'en départir (voir le rapport du terme psycho-somatique où l'idéogramme est L'HOMME en toute son acception. Elle tient à son indivisibilité.

Cortico-surrénale et médullo-surrénale se complémentent en s'opposant dans ce même esprit. Ainsi, la médullo-surrénale n'appartient pas au système endocrinien, mais au système neuro-végétatif. Le centre adrénalino-sécréteur principal est situé dans le bulbe rachidien.

J'en appelle topographiquement et acupuncturellement au Point 16 VG. D'autant que beaucoup de REACTIONS VISCERALES attribuées au système neuro-végétatif sont dûes en fait à une décharge d'adrénaline.

L'Occident propose que l'adrénaline soit l'hormone de l'émotion. L'acupuncture soutient cette thèse par l'étaiement du 23 VC "en nivellement des émotions". 23 VC lié au Rein puisqu'il réunit les 2 énergies : TINH (Rein) et THAN toutes deux nourries par le Rein. 23 VC est alors soumis au 16 VG pour une autre REGULATION.

Cela n'empêche pas le massage du ventre (viscéral) dans l'esprit de la LOI DE PRODUCTION, de réguler les sentiments des organes entre eux, par le massage.

CHAPITRE 13

LA SUSPENSION

SUSPENSION A LA BARRE

Si cou et muscles respiratoires sont unis dans une même fonction, alors le dégagement de la cage thoracique est essentiel. La chance que l'on prend rarement après le massage ici prescrit, c'est de faire se suspendre par les bras, les personnes que l'on vient de masser. Evidemment, il faut juger d'abord si ces bras-là sont prêts à soutenir l'élongation. Mais on peut pallier aux risques en les faisant suspendre selon les tractions que chacun peut admettre. Car, en effet, il ne s'agit pas d'une suspension du poids total du corps. On suspend les patients placés exclusivement en angle droit, les pieds reposant, et avec une grande part (contrôlée) du poids du corps, ainsi relativement allégée.

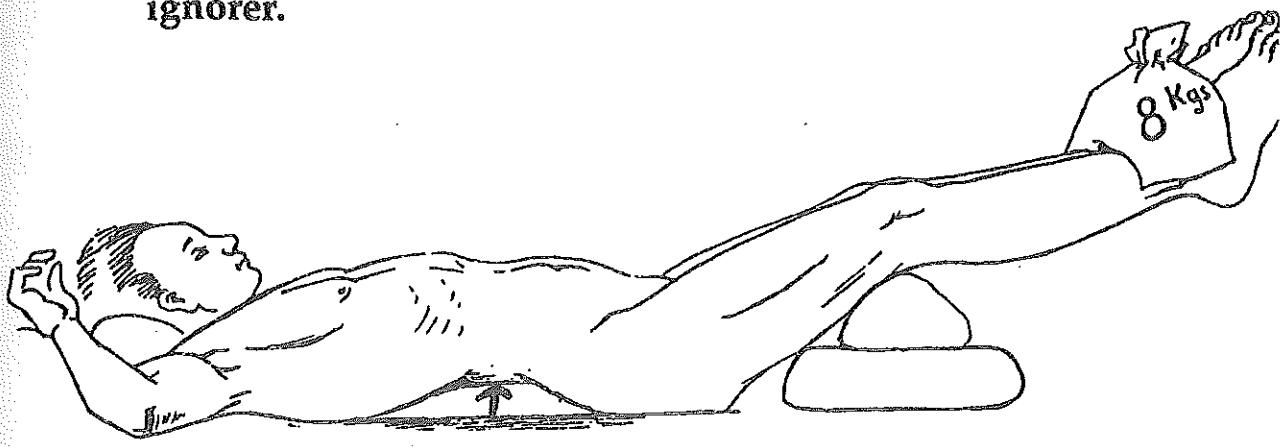
Certains bras sont aussi malades que le dos et les cervicales. Pour ces cas plus spéciaux, on installe les gens accroupis, et ce sont eux qui s'abaissent en contrôlant eux-mêmes le si peu qu'ils peuvent tirer. Il faut éviter de proposer ce travail - aussi léger soit-il - à des rétractions depuis longtemps établies, sans préparation, qui ne concéderaient que de probables déchirures des tendons, ou des douleurs. A éviter donc la péri-arthrite de l'épaule, le tennis-elbow et les rétractions palmaires (Dupuytrens) au moins en début de traitement.

LE POURQUOI DES CHOSES :

En d'autres lieux, dans ces livres de "L'ANATOMIE DU VIVANT", j'ai expliqué que tout mouvement jambes tendues cambre la colonne lombaire, et expose ainsi à la projection en avant du disque 5° lombaire - 1° sacrée dont la propension à jaillir en avant est une séquelle de l'évolution selon Darwin, dûe au redressement de l'homme en regard de son antécédente ambulation quadripède.

SUSPENSION A LA BARRE

De nos jours, une démusculation abdominale, toute cicatrice sur le ventre, un ventre trop gros, exposent l'homme moderne à rétrograder vers sa statique héréditaire première. C'est une loi de la pathologie du dos qu'aucun professionnel ne doit ignorer.



IMPARABLE SOLLICITATION DE LA CAMBRURE LOMBAIRE

Aucun muscle abdominal ne parvient aux jambes, la musculation dans ce style ne muscle qu'indirectement, et, dès 33 ans, même pour de grands athlètes, elle expose dangereusement le dos.

Pour la suspension souhaitée - assez proche de l'angle droit - à l'effet de réassouplir tout l'appareil musculaire et ligamentaire costal, une forme de détente, de passivité est nécessaire sauf niveau bras et mains, pour laisser s'effectuer l'élongation.

Dans un premier temps de 10 secondes pour débuter. Dans un second temps, les muscles longitudinaux étant occupés, il est bon de respirer, tendre et surtendre la poitrine pleine, afin de solliciter les muscles transversaux plus ou moins intriqués avec les muscles longitudinaux.
Ce que l'on effectue au niveau des muscles, se double de l'effort des côtes, de leur rapport colonne et sternum, mais aussi au niveau diaphragme, ce muscle en forme de parapluie qui participe aussi bien longitudinalement que latéralement. En fait, suspendu, vous opposez les muscles latéraux et longitudinaux, surtout en gonflant la poitrine.

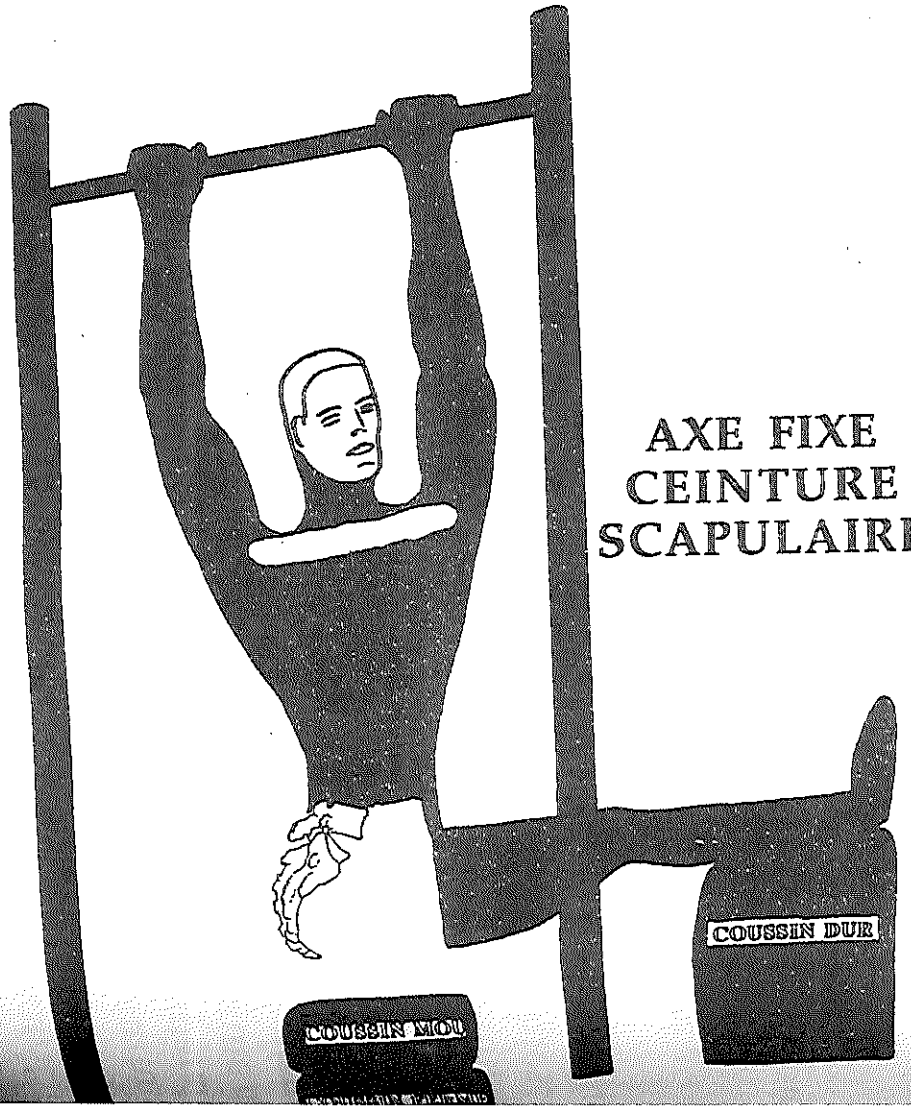
SUSPENSION A LA BARRE

Nous verrons (précisé plus loin) que les muscles du cou s'attachent bien obligatoirement en deux endroits : du cou à la poitrine (même clavicule et omoplate) puisqu'ils doivent les élever dans l'inspiration.

Par contre, ce qui doit les abaisser pour l'expiration est le diaphragme. Suspendu, videz vos poumons. Vous expérimenterez alors que la traction sur les bras, la poitrine et le dos dorsal, augmente. L'art du pédagogue est alors de faire rire les gens à ce moment-là, ce qui soulève le diaphragme, le fait vibrer et se révêle un excellent procédé de travail complémentaire si important qu'il me semble qu'on n'a rien fait de sérieux ni d'aussi précis, bien au-delà de la volonté du sujet, si on ne l'a pas fait "éclater de rire ". Et ce n'est pas un "petit moyen", c'est tout le travail.

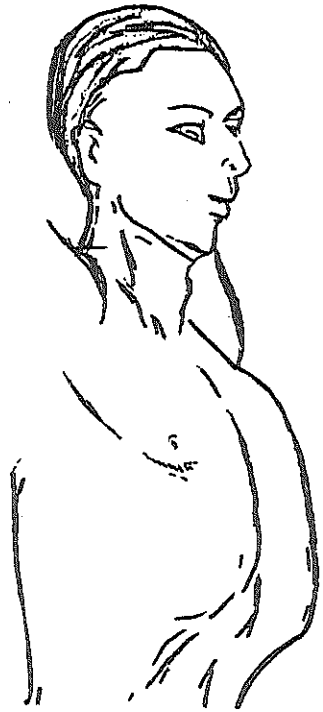
Faites donc à ce moment-là, et par les propres moyens du malade abaisser, pour les quelques degrés qu'il peut, sa tête vite limitée par la poitrine. Tendue entre bras et le poids du corps, une ligne clavicule et omoplate est horizontale et fixe, très sollicitée par en bas. Comme les muscles des bras sont en action, et que le trapèze est lié au biceps, rien ne bouge au-dessus de la ceinture scapulaire, ni tout-à-fait dans les muscles, car il ne sont pas en état parfait de résorption musculaire, puisqu'engagés à se maintenir à la barre.
Par contre, le segment strictement osseux : vertèbres cervicales est totalement désengagé. Comme la faiblesse du cou est de se tasser et de ployer en avant, le simple fait de pencher la tête en double menton inverse correctivement la courbe. On obtient alors la décompression PAR EN HAUT - ce qui est rare, idéal et sans danger - des trois premières vertèbres cervicales dont le déblocage, parfois le desserrement (relatif) de la première cervicale.
La chiropractie est un métier que je n'exerce pas, et que je n'enseigne donc absolument pas pour des raisons d'opinion. Pour moi, remettre en place, c'est soigner. Si l'on n'a pas massé les contractures unilatérales qui furent à l'origine des déviations, on n'a pas enlevé l'origine.

SUSPENSION



AXE FIXE
CEINTURE
SCAPULAIRE

POITRINE
VIDE



POITRINE
PLEINE

POITRINE VIDE : Les muscles longitudinaux sont sollicités.

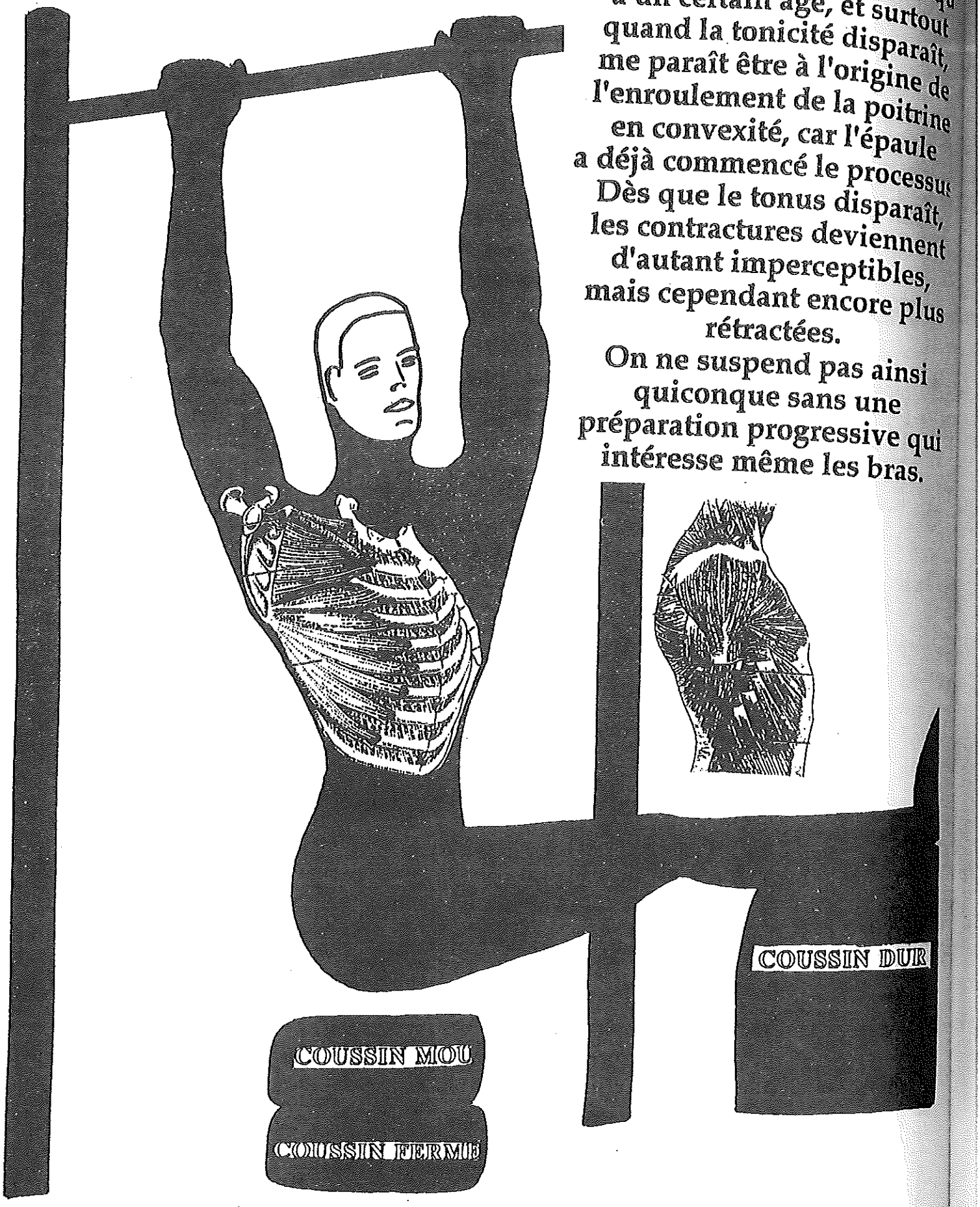
" PLEINE : Les muscles latéraux sont sollicités.

Les deux initiatives créent des réticences, parfois des douleurs. C'est dire combien l'on est gagnant à l'épreuve.

SUSPENSION

l'enchevêtrement sécuritaire du grand dentelé et des obliqu à un certain âge, et surtout quand la tonicité disparaît, me paraît être à l'origine de l'enroulement de la poitrine en convexité, car l'épaule a déjà commencé le processus Dès que le tonus disparaît, les contractures deviennent d'autant imperceptibles, mais cependant encore plus rétractées.

On ne suspend pas ainsi quiconque sans une préparation progressive qui intéresse même les bras.

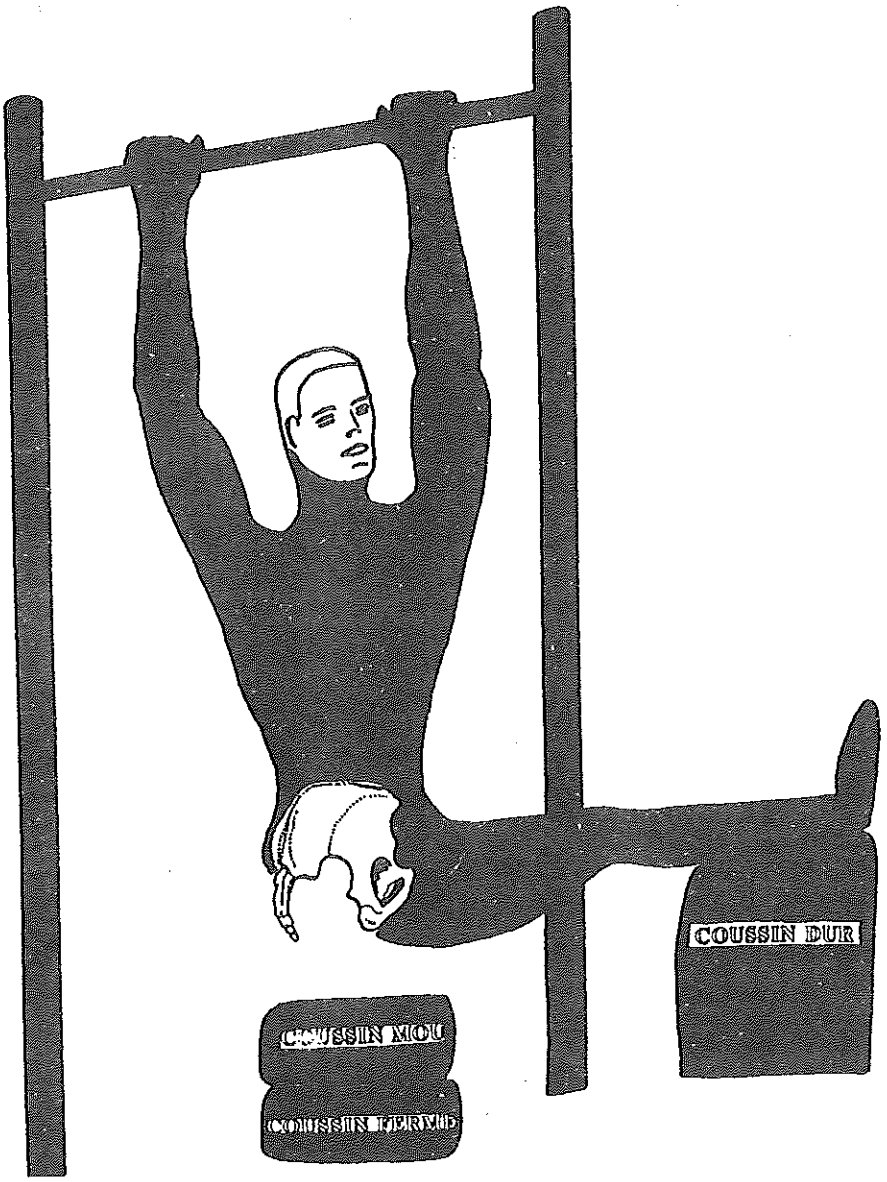


SUSPENSION

PASSIVE
PRESQUE DROIT.
On imagine bien que de toute sa longueur et de tout son poids suspendu jambe droite, le disque 5° lombaire serait sollicité dangereusement. Même dans cette position, avec une grande partie du corps soulagé, le disque bée quelque peu déjà. Nous avons dit que c'est sa tendance.

Mais nous pouvons commencer cette suspension quand les bras sont déjà assouplis puis déjà un peu remusclés, en se mettant accroupi, et en essayant nos limites.
Tous les dosages sont possibles.

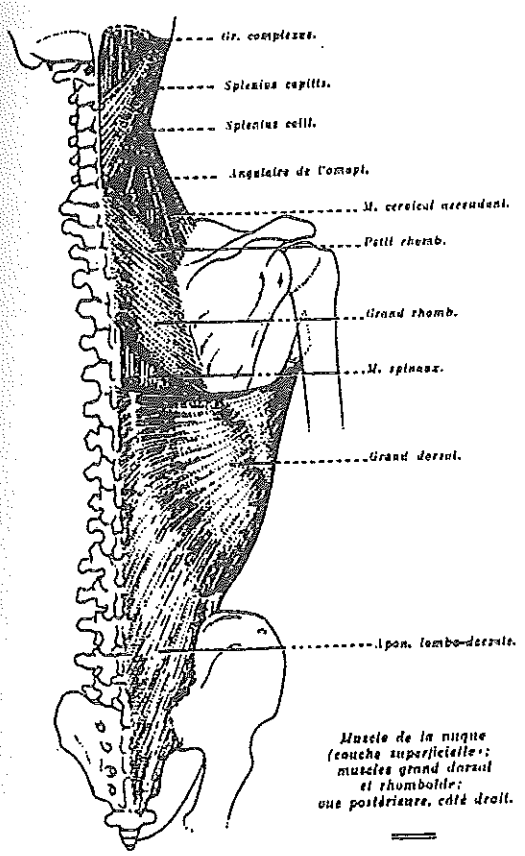
SUSPENSION



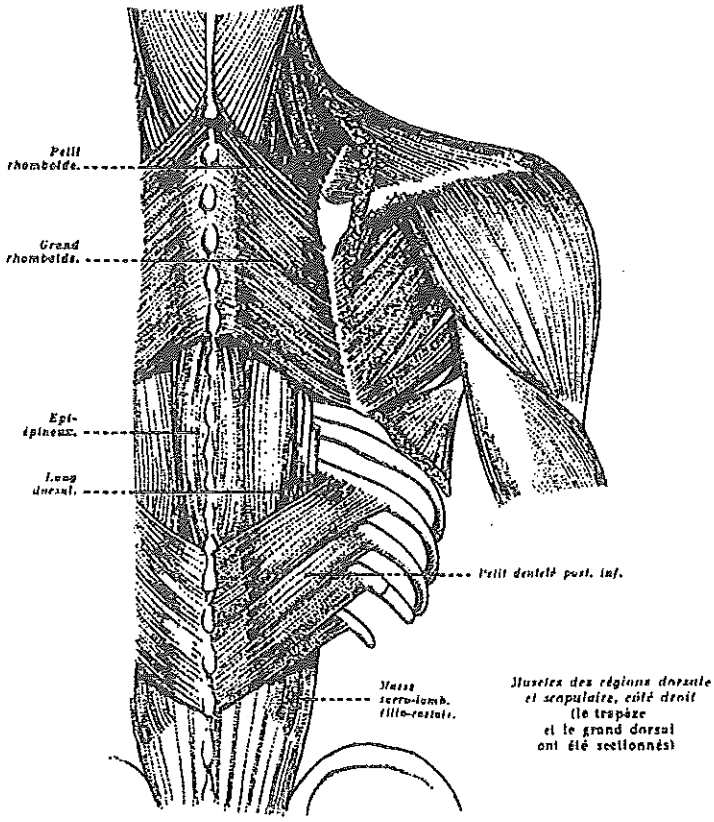
Dans la position "pendu à l'espalier", les muscles abdominaux sont détendus. Le bassin est décambré. La traction s'exerce jusqu'au niveau L2 - L3 qui s'en trouve bien. Mais au-delà, les lombaires sont cambrées par le poids du bassin et des jambes.
Le sacrum est projeté vers l'arrière, et, au bout du sacrum, le coccyx jamais comparable d'un individu à l'autre se trouve parfois vertical. Les fessiers étant détendus, alors qu'il est conseillé de se laisser tomber après la suspension, on risque un impact, et même la fracture des osselets extrêmement petits qui composent la fin du coccyx. D'où l'intérêt d'avoir des coussins.

Et même si le sacrum se trouve à l'horizontal , il reste encore exposé du fait que les fessiers sont passifs. Cette passivité (relative) était nécessaire au bienfait de la partie haute du dos.
Voila pourquoi on utilise les coussins mous, puis fermes.

SUSPENSION



Muscle de la nuque (couche superficielle): muscles grand dorsal et rhomboïde; vue postérieure, côté droit.



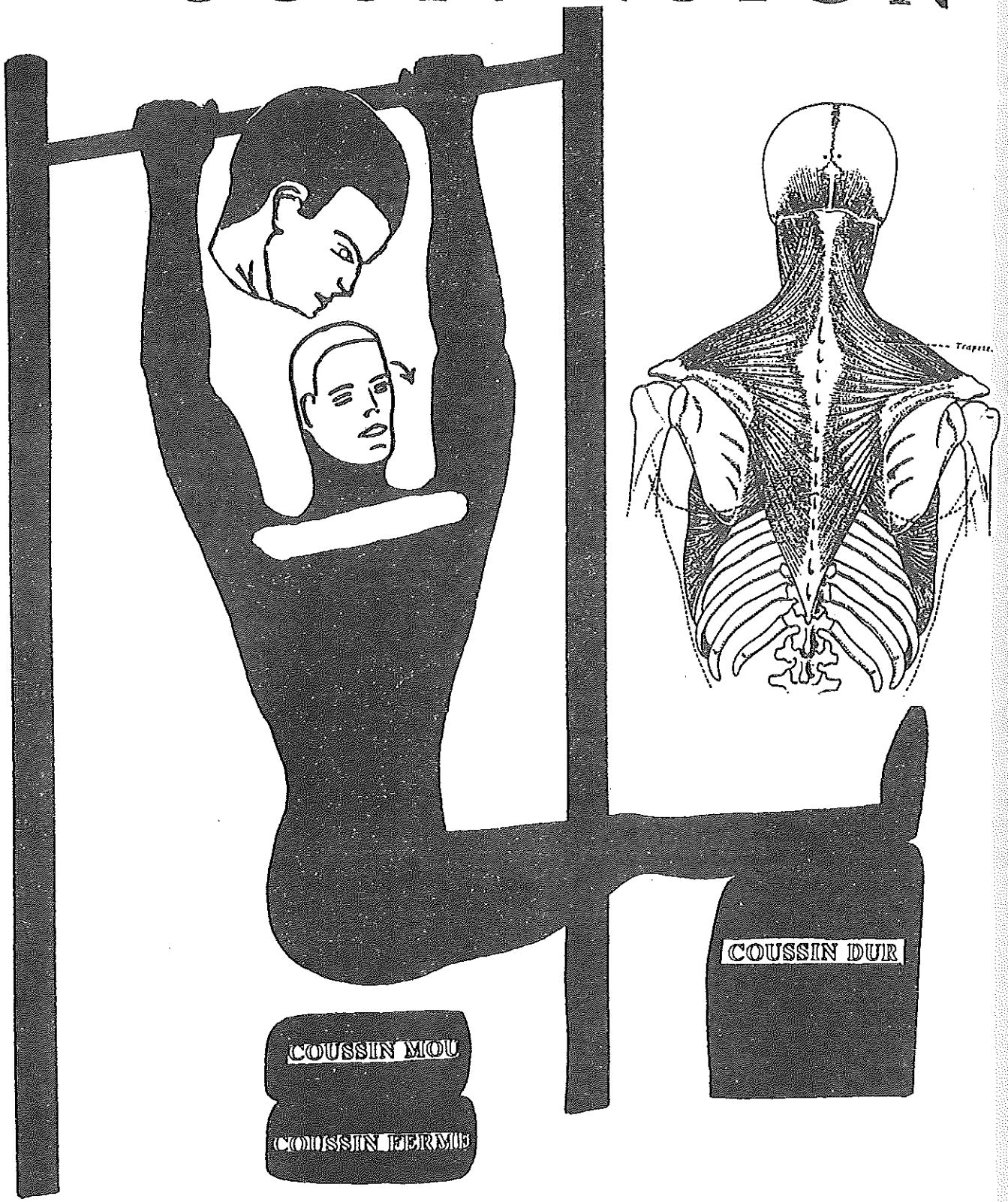
Muscles des régions dorsale et scapulaire, côté droit (le trapèze et le grand dorsal ont été sectionnés)

Sauf les côtes flottantes où le rapport d'opposition est indirect, les muscles latéraux de la cage thoracique (ici le petit dentelé postéro-inférieur) ouvrent les côtes latéralement surtout en bas, tandis que les muscles partant du cou les élèvent.

D'où la nécessité de gonfler la poitrine pendant la suspension. Mais rien n'est plus correctif que de la vider : le dos descend encore plus, ce qui tire sur les bras. Mais il y a une technique, un moyen pédagogique : un secret. Faites éclater de rire ces malades déjà habitués et bien préparés. Les secousses du diaphragme font vider les poumons, c'est là que l'on s'aperçoit que le diaphragme est le plus grand des descenseurs de la poitrine.

Il y a des interdits : particulièrement les personnes opérées du ventre, et celles susceptibles de présenter des hernies. Et naturellement : femme enceinte, descente de matrice. Nous parlons dans une rhétorique de kinésithérapie.

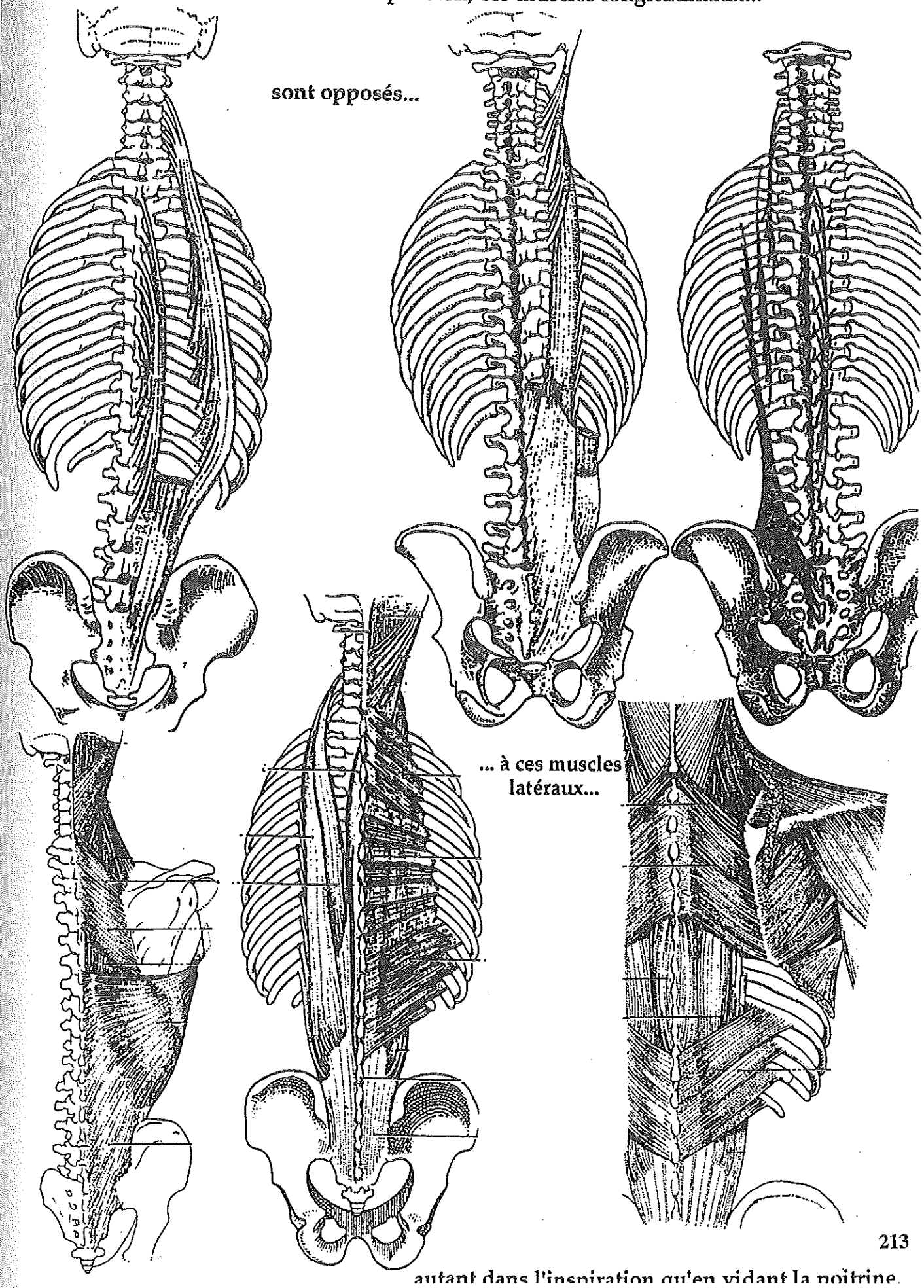
SUSPENSION



Ainsi suspendu, il y a d'une part une forte tension, il faut dire une sollicitation dans le sens de l'élongation vers le bas. Si les bras engagent leur système loco-moteur, encore quelque peu, la tête est libre sur le socle représenté par la ceinture scapulo-claviculaire. Autant le bas du dos présente une courbure exagérée, et quelques corrections obligatoires, autant le cou au-dessus de cette ceinture est libre. Ainsi, baissez donc la tête en double menton. C'est d'un apport considérable, vous étirez votre colonne cervicale par en-haut.

SUSPENSION

Pendant la suspension, ces muscles longitudinaux...



sont opposés...

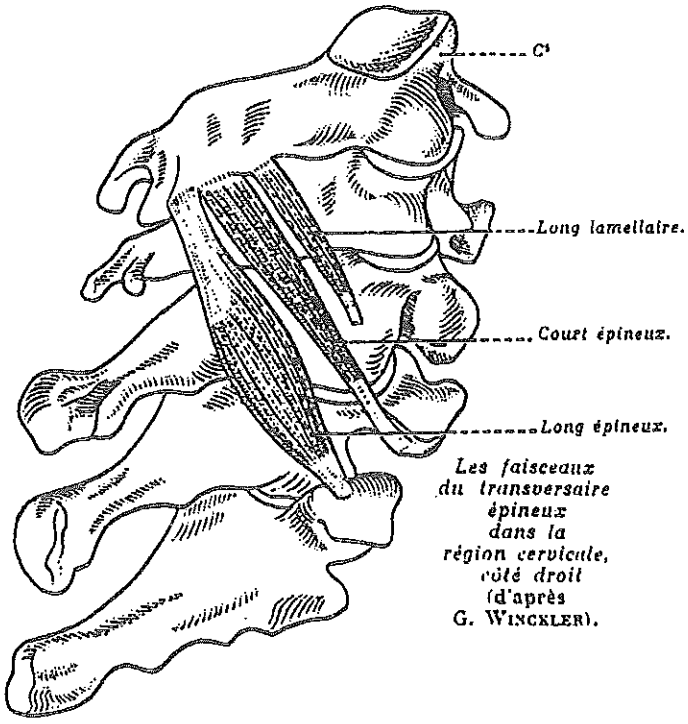
... à ces muscles latéraux...

autant dans l'inspiration qu'en vidant la poitrine.

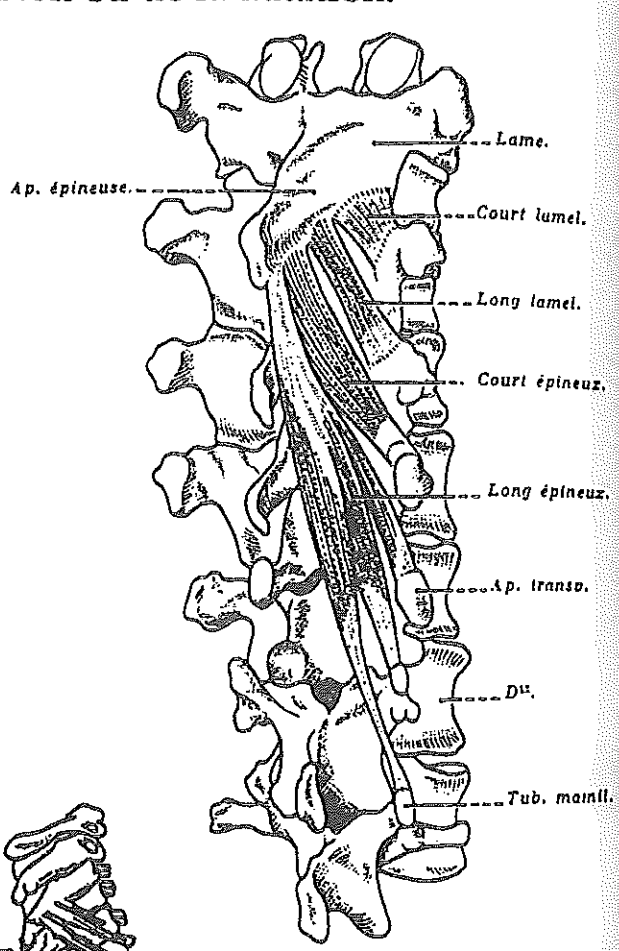
SUSPENSION

(Annexes)

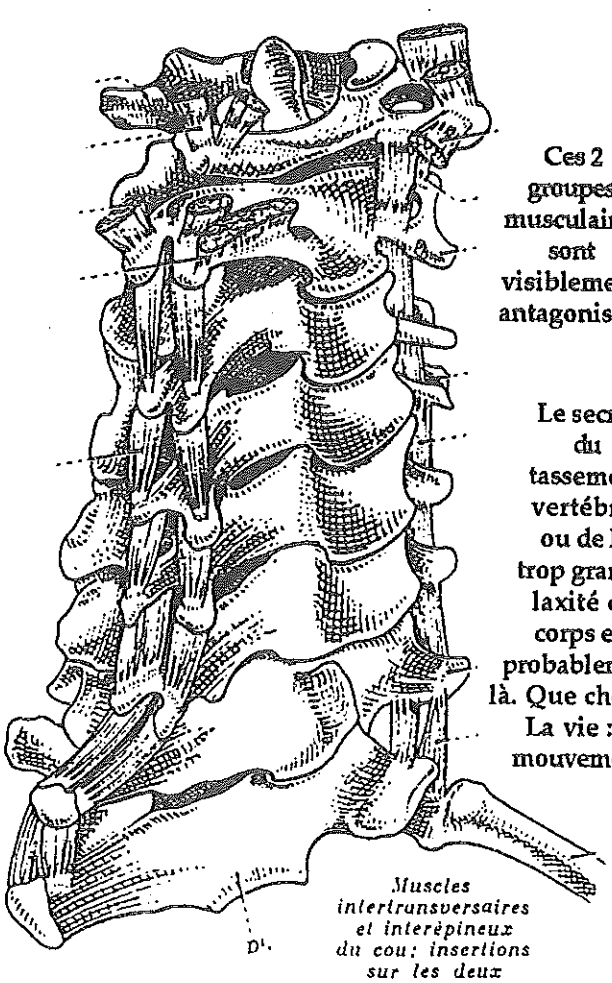
Ces petits muscles souvent inaccessibles aux doigts sont une cible particulière de la suspension ou de la natation.



Les faisceaux du transversaire épineux dans la région cervicale, côté droit (d'après G. Winckler).



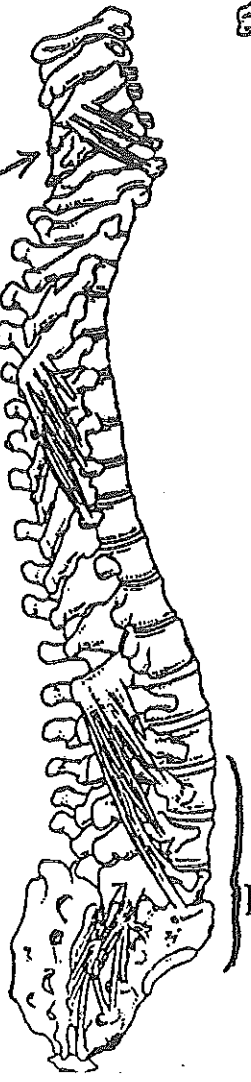
Les faisceaux du transversaire épineux dans la région dorso-lombaire; côté droit (d'après G. Winckler).



Muscles intertransversaires et interépineux du cou; insertions sur les deux premières vertèbres cervicales des muscles profonds de la nuque,

Ces 2 groupes musculaires sont visiblement antagonistes

Le secret du tassement vertébral ou de la trop grande laxité du corps est probablement là. Que choisir? La vie : le mouvement.



Faisceaux constitutifs du transversaire épineux dans les segments cervical, dorsal, lombaire et sacré du rachis; côté droit (demi-schématique).

Il n'y a pas de court lamellaire dans la région cervicale, ni dans la région lombaire.

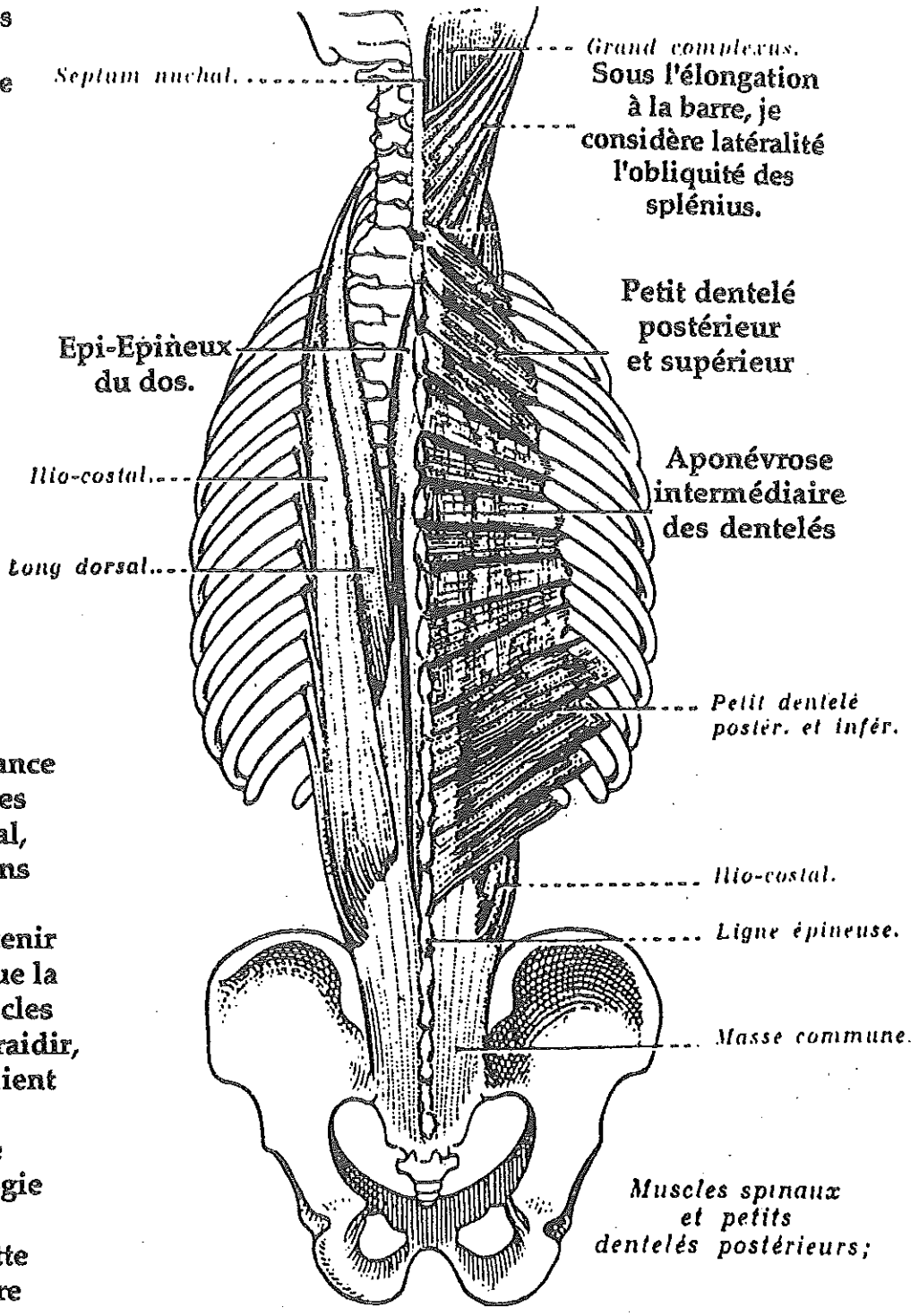
LE SERPENT HUMAIN

LES MUSCLES LATERAUX S'OPPOSENT ET SE COMPLEMENTENT AVEC LES MUSCLES LONGITUDINAUX

dans certaines situations de GESTE, POSTURE et SUSPENSION, comme ils doivent d'ailleurs le faire dans les situations de respiration forcée, de tout effort prolongé.

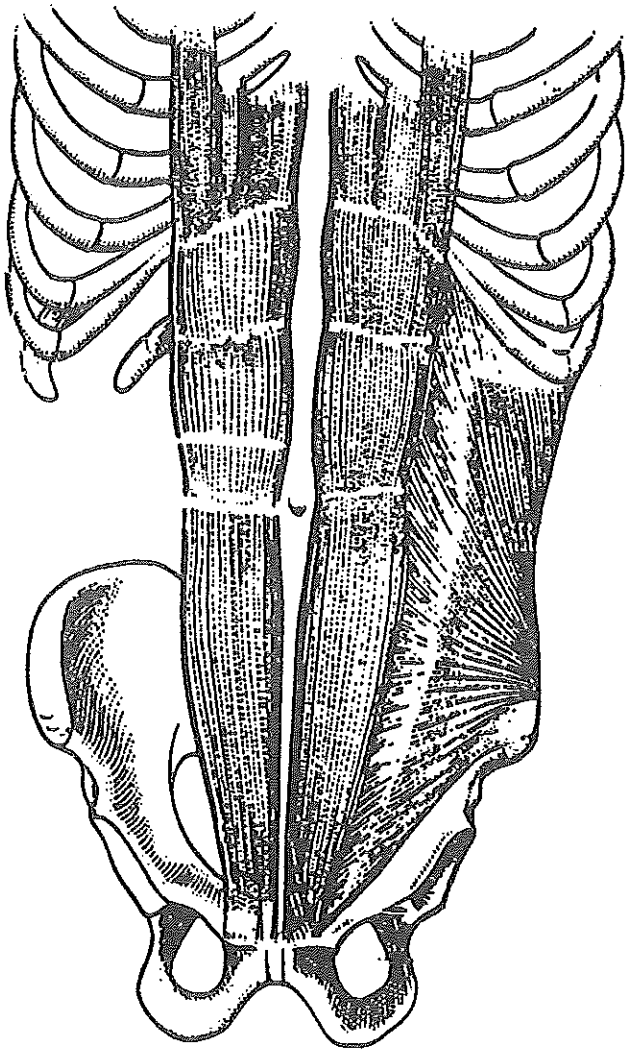
Le trajet des muscles dentelés est dans un axe qui recherche l'horizontalité activement. Particulièrement des mouvements d'inspiration ou les côtes basses sont soulevées, ce qui ouvre le gril costal.

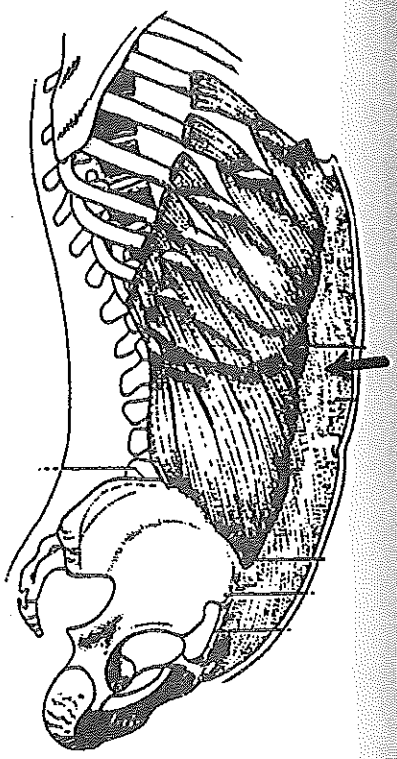
(On teint en bleu les tendons en vert les aponévroses). Que ce soit ce septum nucal, les aponévroses intermédiaires des dentelés, la toute puissance " masse commune " des tensons du long dorsal, l'ilio-costal tous tendons et aponévroses confondus, il faut en retenir qu'ils ont plus encore que la partie charnue des muscles une forte tendance à s'enraidir, quelques-uns même iraient jusqu'à se calcifier. Est-ce vraiment une maladie ou la physiologie normale du muscle subissant l'inertie, cette violence contradictoire à la vie. Si la fonction entretient l'organe, le contraire est sa logique.

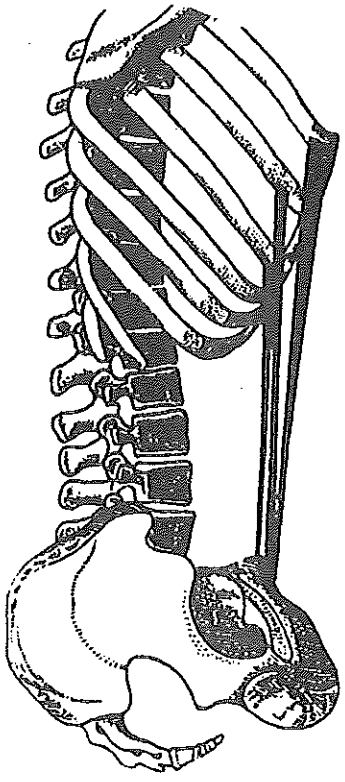


De tout cet entrecroisement, on remarque visiblement la propension à s'opposer ou s'aider, se complémenter ou se freiner des grands muscles longitudinaux verticaux avec les muscles horizontaux.

LE GRAND DROIT DE L'ABDOMEN

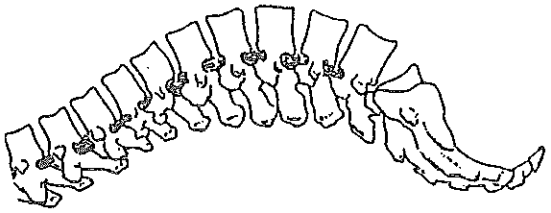






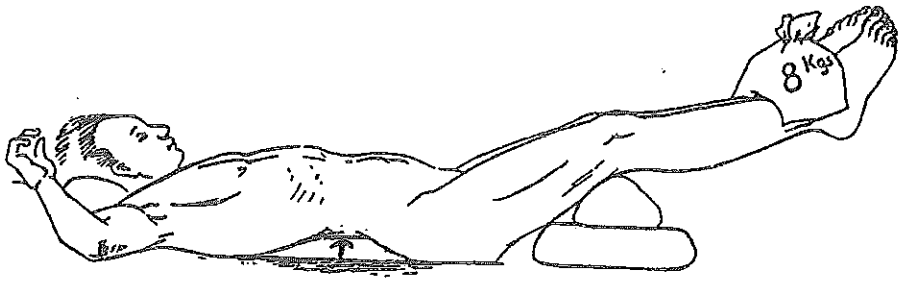
LE MUSCLE GRAND DROIT DE L'ABDOMEN PARTICIPE LUI AUSSI A LA SUSPENSION, SURTOUT LORQUE L'ON VIDE LA POITRINE. MAIS IL COMPTE SURTOUT GRACE A SON FONCTIONNEMENT SYNERGIQUE AU MUSCLE STERNO-CLEIDO-MASTOIDIEN (DU COU) QUI FAIT LEVER LA TETE VERS LE VENTRE QUAND ON EST COUCHE, ET DANS L'EFFORT DE REEDUCATION DU DOS.

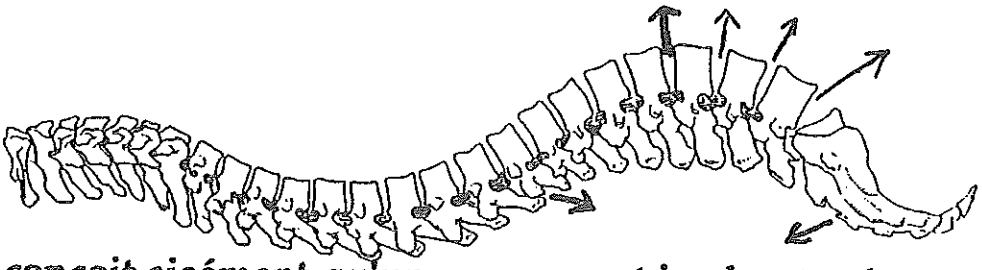
SUSPENSION



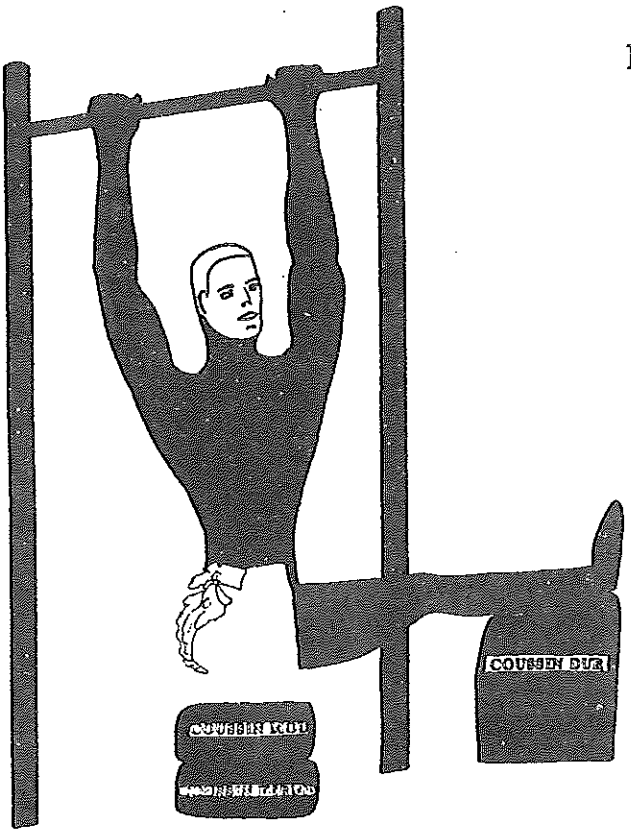
La tendance d'origine Darwinienne est de retourner à la saillie du disque 5° lombaire 1ère sacrée vers l'avant.

C'est pourquoi tous les mouvements jambes tendues, même sans poids, cambrent le dos et exposent aux sciatiques. D'autre part, il n'y a pas de muscles abdominaux sur les jambes. Leur musculation n'est donc pas directe.





On conçoit aisément qu'un mouvement jambes tendues expose la cambrure du dos lombaire, parce que les jambes tirent de tout leur poids.



Mais n'est-ce pas la même chose dans ce mouvement à l'espalier? Je me méfie des mouvements pendus de toute sa hauteur à l'espalier.
Autant c'est favorable à la partie dorsale, autant je reste réservé pour le bas.
Mais le travail dorsal étirant la partie inférieure de l'appareil cou est considérable. S'il est observé très progressivement, c'est-à-dire peu à peu, en augmentant le poids du corps, que l'on peut doser en se mettant accroupi sur la cuisse, ce mouvement est le plus correctif que je connaisse avec la natation.
A CONDITION DE NE PAS SE SERVIR DES JAMBES.
Car vous seriez alors dans le cas de la gymnastique jambes tendues...

SUSPENSION A LA BARRE

Deux traitements : soigner les résultantes, c'est soigner.
Soigner les résultantes et l'origine c'est plus probablement guérir.
J'ai d'autres moyens pour le faire que la chiropractique. Les chiropracteurs valent mieux que cette analyse un peu simpliste que je fais de leur métier.
Je me défie surtout de ceux qui veulent simplifier la nature et qui ne sont pas chiropracteurs.

Que l'on juge de l'action de la suspension à la barre : c'est lorsqu'on vide à fond les poumons qu'une sorte de poids semble se rajouter aux bras. Déduction : c'est probablement dû aux muscles expirateurs qui n'exhalent pas, n'éliminent pas l'air résiduel. C'est dire si la sollicitation hébertique (essoufflement impliquant muscles inspirateurs et expirateurs) est correcte et bienfaisante. Le sang, ainsi oxygéné, sera plus clair, moins lourd aux efforts du coeur.

Et pardon pour le raccourci envers l'esprit scientifique plus précis. La course reste toujours aussi efficace préventivement. Et toujours pour les efforts du coeur, comme de l'irrigation du cerveau : le réajustement du coëfficient respiratoire même involontaire, rectifiera la servitude des muscles du cou à l'énorme effort de soulever des côtes aux muscles et tendons enraidis. Beaucoup de douleurs des personnes âgées, proviennent du fait qu'elles ne courent plus. Elles ont des douleurs bien avant que d'avoir l'arthrose.
Quoi qu'on en dise, une part de l'arthrose mème dégénérative des cervicales, procède de l'intense rétraction et raccourcissement des muscles inemployés.

L'arthrose cervicale pour d'autres raisons : oui.
Mais de plus, toute arthrose cervicale entraîne ce processus. C'est ce qui a étayé mon non-conformisme, et le fait que je ne me sois jamais résigné à des diagnostics définitifs. Il faut donc se confier à des soigneurs compétents, confiants, croyant en leur action majeure et ne jamais désespérer. J'ai une très haute idée du métier.