

# Réflexologie plantaire et énergétique chinoise : quand la carte est le territoire.

Colette PALACIOS

réflexologue énergétique,

aide à la personne, association sans but lucratif PELLEAS, Pau, France,

Pierre BRICAGE

Systems Science, Guest Professor University of Sichuan, Chengdu, PR China,

santé et qualité de la vie, association sans but lucratif ALBA, Pau,

Maison Bouet, 9 route de Saint Armou, 64450 Lasclaveries, France,

<https://www.afscet.asso.fr/pagesperso/Bricage.html>

[pierre.bricage@univ-pau.fr](mailto:pierre.bricage@univ-pau.fr)

## résumé

Sur les 2 pieds sont inscrits les territoires réflexes du corps entier, à symétrie bilatérale (figure 1). Les 2 pieds sont **la carte énergétique réelle, sur laquelle sont lus l'équilibre ou le déséquilibre énergétique des organes du corps entier**. Celui qui sait lire cette carte biologique sur les pieds lit la carte physiologique du corps entier. Celui qui sait l'utiliser, énergétiquement, **à bon escient, avec le geste approprié, localement, au bon endroit, au bon moment**, peut préserver, voire soigner, préventivement, et traiter, curativement, localement et globalement, de nombreux dysfonctionnements énergétiques (figure 2).

Construire une carte énergétique symbolique (figure 3) permet d'enregistrer, de transmettre et d'analyser les résultats individuels des pratiques manipulatoires plantaires. Comme tout déterminisme physiologique, le fonctionnement mis en évidence obéit à des lois d'organisation temporelle : **temps de latence** (figure 4), **rythmes mono- ou bi-phasiques** (figures 8 et 9), avec des **corrélations** de ces rythmes (figures 5 et 6). Les femmes sont 5 fois plus nombreuses que les hommes dans la population des patients, mais la même rythmicité énergétique, de 28 jours (figure 8), est mise en évidence, **indépendamment du sexe**, masculin ou féminin.

La réflexothérapie énergétique chinoise [24] est **un outil de traitement** (figure 7), aussi bien à court terme (figure 4) qu'à long terme (figure 11). Des stratégies ago-antagonistes (figure 5) permettent une ré-équilibration de l'état énergétique (au sens de la médecine chinoise traditionnelle) [8, 14, 26], ce dans des situations où la médecine moderne est en échec : traitement, sans médicament, - des troubles énergétiques du sommeil, et de douleurs nerveuses, associés au syndrome pré-menstruel (figure 11), - de l'obésité, - d'allergies (figure 12), - de la défaillance globale de l'organisme (figure 13), et ce aussi bien pour des personnes jeunes que pour des personnes âgées (figure 12), voire très âgées (figure 13). La réflexologie plantaire est aussi **un outil diagnostic** qui permet de valider d'autres pratiques thérapeutiques, comme la lithothérapie (figure 10). Réflexothérapeute-énergéticien, c'est un métier, qui s'apprend, mais dans lequel sans motivation et sans don, il est difficile de soulager et d'améliorer l'état individuel des individus en souffrance physiologique. D'autant qu'aujourd'hui, la formation, validée, du praticien, son expérience, et la compétence de sa pratique, ne sont officiellement reconnues comme faisant partie des formations et des techniques de santé que dans très peu de pays.

**mots clés** : approche holistique, carte symbolique, chronobiologie longitudinale, énergétique chinoise, homéostasie, lithothérapie, réflexologie plantaire, *wu-li shi-li ren-li, wuxing, yin-yang*

**citation** : Palacios C. & P. Bricage, 2019, Réflexologie plantaire et énergétique chinoise : quand la carte est le territoire. Journées de l'AFSCET à Andé, "systémique-signé-sens", 14-16 juin 2019, 16 p. (CC Licence)

<http://www.afscet.asso.fr/Ande19/pbAnde19txt.pdf>

### Abstract

The core of the Taoism philosophy of the optimal **balance between Yin-Yang** is the same as the **meden agan** Antique Greek philosophy [4]. Both agreed that **sustainability** is obtained neither through a greater **efficiency** (yang excess) nor through a greater **resilience** (yin excess) but with an in-between optimal balance, a **window of viability**. From their experience of interactions between Man and Nature, particularly in agriculture and health, the Chinese ancestors pointed to the ethics of **the harmony and the order**. Confucius said: *"harmony is over all"*. To maintain the harmony between Man and Nature is the systemic way for sustainability and Societies have to respect the laws of Nature [7]. Taoism principles made their proofs in **ecology** [9], which is the economy of Nature: too little diversity (yang excess) leads towards breakage, too much (yin excess) leads to stagnation, and in **economy**: complementary currencies of diverse types enable economy to flow back towards greater sustainability [18]. Unless proved otherwise, every living system is rhythmic [3, 6, 7]. Biological rhythms are essential components of **homeostasis**, and **periodicity** is inherited [28]. Major pathologies result from **rhythm disruption**. Drugs show rhythmic variations in pharmacokinetics and pharmacodynamics [1]. Drugs abuse makes money but has triggered antibiotic resistances and environmental pollution [5]. Other ways for **quality-of-life restoration** are needed [8, 14]. Since 5000 years, with antique **Egyptian medicine and traditional Chinese medicine**, foot reflexotherapy was experimented and taught, with success. With time the energetic principles were forgotten and it was misapplied and rejected by modern occidental chemical medicine. But with the failure of more and more aggressive treatments it was re-discovered. Foot reflexotherapy [2] can be used for **diagnosis** and as a tool [10] for chronic pain, vascular flow and lung or breast cancer treatments [21]. In a study, with a significant number of patients, 100% improvement was found [15]. **How to summarize what the research knows? How to use reflexotherapy tools? How to prove their efficiency?** [8, 13]

Energetic reflexotherapy results of 12 years of monitoring, with 8 to 85 years old men and women, taking drugs or not, were randomized against foot massage or non-energetic reflexology results [11], as **'placebos'** [6, 12], and general practitioner, acupuncturist, physiotherapist, rheumatologist, endocrinologist, neurologist or osteopath, results, as **'controls'**. Improvements were **significant** for: -exhaustion, insomnia, night awakenings, anxiety, hypersensitivity, depression, stress, agitation, confusion, dizziness, ictus, memory loss, headaches, migraine, -cognitive or motor dysfunction, traumas; -anorexia, loss of appetite, excess weight, obesity, -sugar or tobacco addiction, perverted taste sensation; -diarrhea, constipation, intestinal obstruction, abdominal discomfort, flatulence, colitis, -stomach discomfort, irritation, ebb or ulcer, dysphagia or dyspepsia, nausea, vomiting; -too low or too high blood pressure, palpitation, -low blood flow, venous or lymphatic drain disorders, edemas, haemorrhoids, veins varicose, syndrome of Raynaud; -hormonal disorder, pineal, pituitary or hypothalamus disorders, libido disorders; -bone, muscle, nerve or vessel pains, cramps, sciatic pain, facial neuralgia; -allergy, inflammation, skin disorders, eczema, acne, lupus; -osteoporosis, osteoarthritis, rheumatism, fibromyalgia, hernia; -rhinitis, bronchitis, emphysema, asthma, -apnea, mucositis; -nephrite, cystitis, incontinence, -pancreatitis, diabetes; -kidney cysts, thyroid nodules.

Taking into account **chronobiology** [3], **reflexotherapy** not only get success in diagnosis and treatments but also can be used to evaluate the efficiency of other therapies like **lithotherapy** [6]. Periodicity [28] is a key component of therapy evolution and evaluation. Harmony preservation is governed by means of **the law and the order**. Our body is a living system of systems [4], a society of cell actors, that must be governed by the order, what allows to establish a hierarchy, a system of **energetic controls**, laws that govern physiological relations and survival rules [6, 7]. Every parts of our body are interacting together, for the best and for the worst. Only treating the right part, but **in the right way and at the right time** means to treat the whole body [8]: **'interaction is construction, construction is interaction'** [4, 14].

**keywords:** agoantagonism, energetics, ethics, harmony, health, homeostasis, interaction, longitudinal chronobiology, lithotherapy, reflexology, randomized controlled trials, rhythms, sustainability, systems science, wu-li shi-li ren-li, yin-yang

## Reflexología Podal y Energética China

**¿Qué es?** Es una medicina natural cuyo objetivo es restablecer la homeostasia del organismo, es decir un estado de equilibrio, de manera preventiva o curativa.

**¿Cual es su origen?** La existencia de zonas reflejas plantares y sus utilizaciones con finalidad terapéutica son conocidas desde hace aproximadamente 5000 años. Se vincula su origen a los maestros Taoistas, virtuosos en el arte de sanar. En el *NeiJing de HuangDi* (黃帝內經), libro de medicina chino (1000 a 400 a.C.), se encuentra textos que se refieren a la reflexología podal y a la acupuntura. La practica de la reflexología podal aparece en varias culturas durante la historia del ser humano. Pero la prueba indiscutible de su existencia viene de Egipto y está datada de 2330 a.C. En la tumba del faraón Ankmahor en Saqqarah se puede ver pinturas murales representando personas dándose masajes. Los reyes persas y sirios recurrían a los especialistas del valle del Nilo. Tradicionalmente, la mayoría de las tribus indias de America del norte curan haciendo presiones en los pies. En occidente, al final del siglo XIX, varios médicos, sea en Alemania, Inglaterra o Estados Unidos, desarrollaron una técnica de reflexología podal la cual desapareció con el descubrimiento de las moléculas químicas porque se pensaba que iban a resolver todos los problemas de salud. Sin embargo, estas búsquedas fueron retomadas por Eunice Ingham (1889-1974), kinesiterapeuta americana, la cual desarrollo un método que sigue siendo la base de todas las técnicas de reflexología podal actuales. [10, 20, 26]

**¿Como se procede?** Los pies son la representación en miniatura del cuerpo. Cada zona podal, llamada zona refleja, corresponde a una parte del organismo. Para calmar o estimular se trabaja en la zona correspondiente al dolor y en la zona metabólica de la que el depende. Pero siempre se empieza relajando a la persona.

**¿Que se puede curar?** La enfermedad es siempre la consecuencia de un desequilibrio, el cual es primero energético, luego funcional y al final orgánico. Sin embargo, casi todas las patologías pueden ser curadas. Algunas necesitaran mas tiempo como las enfermedades auto-inmunes, la diabetes de 2° tipo o la mayoría de los cánceres. Pero no se puede curar el cáncer de la sangre o de la linfa y tampoco las enfermedades genéticas. [22, 23, 24]

**¿Cuales son las contraindicaciones?** Pocas. En caso de flebitis aguda o de arteritis en la pantorrilla no se puede intervenir. Pero en caso de fiebre, de crisis aguda, de embarazo, bebes o personas mayores frágiles hay que estar atento : se trabaja menos tiempo y con mas suavidad.

**¿Como reacciona la gente?** Depende. Algunos pacientes estarán mas cansados, tristes o nerviosos. Otros harán lo que llamamos una crisis de curación, es decir que el dolor va aumentar antes de irse, pero son pocas. A veces, otros dolores anteriores aparecen, pero disminuidos. Se ve también a personas con la energía mejorada, eso es lo mas frecuente. Muy poca gente no reacciona. Pero, las energías del organismo siguen mejorándose sesión tras sesión, en todos los casos.

### RESULTADOS

En los 2 pies están inscritos los territorios reflejos del cuerpo (figura 1). Quien sabe leer este mapa lee el mapa fisiológico de todo el cuerpo. Quien sabe utilizarla, energéticamente, de manera correcta, con el gesto apropiado, localmente, en el lugar correcto, en el momento adecuado, puede preservar y tratar, localmente y globalmente, numerosas disfunciones energéticas (figura 2). Construir una tarjeta energética simbólica (figura 3) permite registrar, transmitir y analizar los resultados individuales de las prácticas de manipulación. Como todo determinismo fisiológico, el funcionamiento puesto en evidencia obedece a leyes de organización temporal: tiempo de latencia (figura 4), ritmos mono- o bi-fásicos (figuras 8, 9), con correlaciones de estos ritmos (figuras 5, 6) independientemente del sexo y dela edad. La reflexología podal y energética china es una herramienta de tratamiento (figura 7), a cortos y a largos terms (figuras 4, 11), en situaciones en las que la medicina moderna fracasa: -tratamiento de los trastornos energéticos del sueño, y de dolores nerviosos, asociados con el síndrome pre-menstrual (figura 11), - alergias, - deficiencia global del organismo (figura 13), tanto para las personas jóvenes como para las personas mayores (figuras 12, 13). También es una herramienta de diagnóstico que permite validar otras prácticas terapéuticas, como la litoterapia (figura 10).

## introduction

La réflexologie plantaire [20] a une origine universelle. En Égypte, dans de nombreuses tombes, des peintures murales représentent des pratiques de soins, par **acupression** [13], tant au niveau des pieds que des mains [16]. Elle était présente en Chine, il y a plus de 5000 ans, où elle a été pratiquée, et enseignée, par des maîtres taoïstes. Elle est mentionnée, au même titre que l'acupuncture, dans les plus anciens écrits de médecine chinoise, tel **le NeiJing** [26]. Au début du XX<sup>ème</sup> siècle, elle était toujours enseignée et pratiquée, en milieu familial, dans le monde rural traditionnel chinois. La réflexologie chinoise est liée à la réflexologie indienne, qui était utilisée dans un cadre raisonné, **systémique**, avec une **approche holistique** du corps, de l'esprit et de la maladie. La spécificité de la pratique chinoise réside dans l'énergétique (**WuXing<sup>1</sup>**, **yin-yang**) et la chronologie (des éléments), tant au niveau local (tissus, organes) que global (méridiens, corps entier).

On dit habituellement que « *La carte n'est pas le territoire.* ».

Mais, pour les systèmes vivants, la carte, structurale et fonctionnelle du système, pour celui qui sait en extraire l'information, y déchiffrer les signes cliniques, peut être le territoire.

### 1. La carte est le territoire spatial.

Dans la conception holistique de la réflexologie plantaire, **la partie** (les 2 pieds) **est dans le Tout** (le corps entier), **et réciproquement, le Tout est dans la partie**. Sur les 2 pieds sont inscrits les territoires réflexes du corps entier, à symétrie bilatérale. Les organes impairs sont localisés de leur seul côté, comme le foie et la vésicule biliaire (à droite, donc sur le seul pied droit), ou, à cheval sur les 2 pieds, comme pour le cœur et le tractus intestinal (colon ascendant à droite, colon descendant à gauche).

La carte spatiale des 2 pieds est la carte spatiale du corps entier (figures 1 et 2).

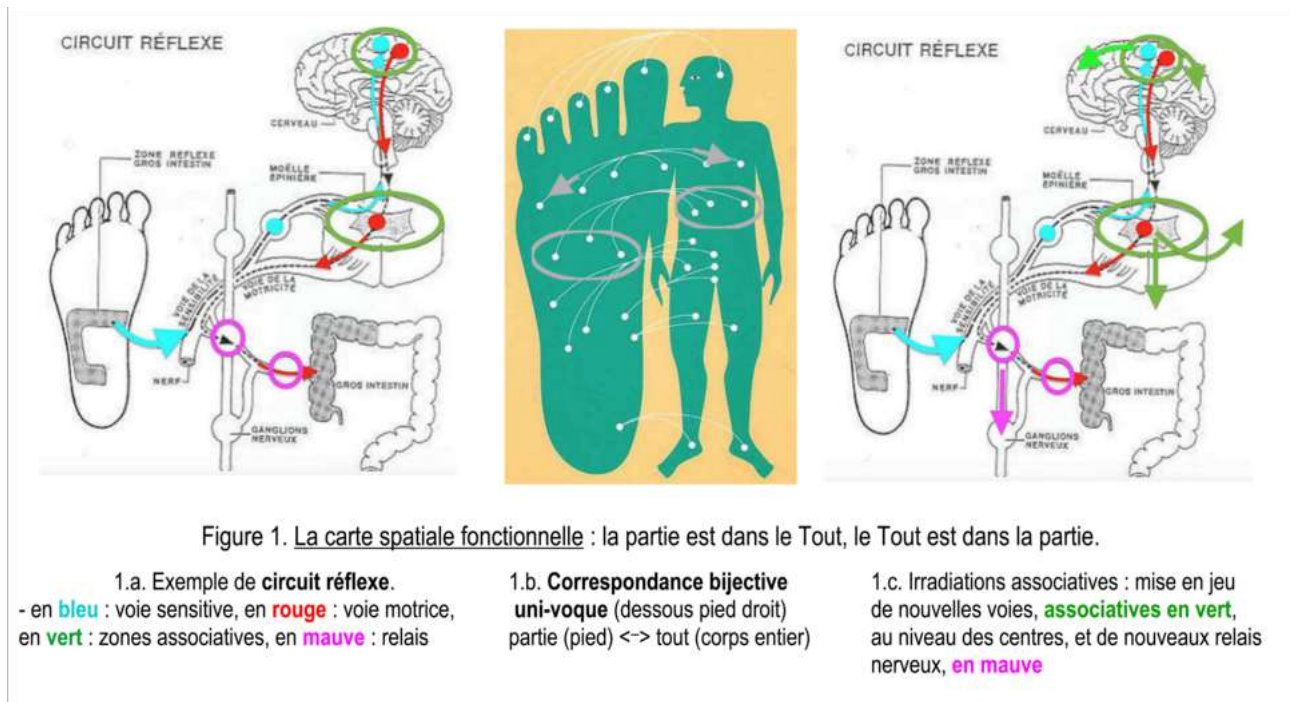
A.- À quoi correspond cette **bijection anatomique et physiologique** ? Comment l'expliquer ?

Le fonctionnement global du corps résulte de **flux nerveux** réflexes, inconscients, qui relie des territoires sensitifs (ou récepteurs), comme la peau des pieds, et des territoires moteurs (ou effecteurs), comme le muscle cardiaque ou la glande thyroïde, par l'intermédiaire d'une zone d'association (un centre nerveux, comme la moelle épinière, ou le cerveau). Ces voies sont à **sens unique**. Toutes les voies sensitives, de tous les territoires, externes et internes du corps, quelle que soit leur origine, à sens unique, convergent vers ces centres nerveux (moelle épinière et cerveau). Puis les voies motrices recrutées, quelle que soient les zones d'association impliquées, divergent vers tous les territoires du corps. Les pieds [20], comme les mains [16], ne font pas exception.

Dans les zones d'association, des voies sensitives (en bleu) se superposent, et, des interactions, des associations fonctionnelles (en vert), entre territoires sensitifs et moteurs (en rouge), peuvent être créées (**figure 1**), continuellement, tout au long de la vie, involontairement ou volontairement.

Celui qui sait lire la carte biologique des pieds lit la carte physiologique du corps entier. Celui qui sait l'utiliser, énergétiquement, à bon escient, avec le geste approprié, localement, peut préserver, voire soigner, préventivement, et traiter, curativement, localement et globalement, de nombreux dysfonctionnements énergétiques : maux de tête, troubles psychiques, troubles du sommeil, douleurs nerveuses, douleurs intestinales, obésité ou cachexie... [8, 24].

1 L'énergétique chinoise considère l'existence de 5 (**wu**) éléments (**xing**), dont la nomenclature imagée, littérale, n'est qu'une métaphore pour illustrer 5 états énergétiques potentiels. Tout élément est l'image, le signe, d'une phase énergétique qui peut être associée à une information structurale -un territoire anatomique- et fonctionnelle -un état physiologique-. [17, 22]



B.- Comment la partie, comme la sous-partie, ou le Tout, peuvent-ils être des territoires homologues fonctionnels, indépendamment de l'échelle ?

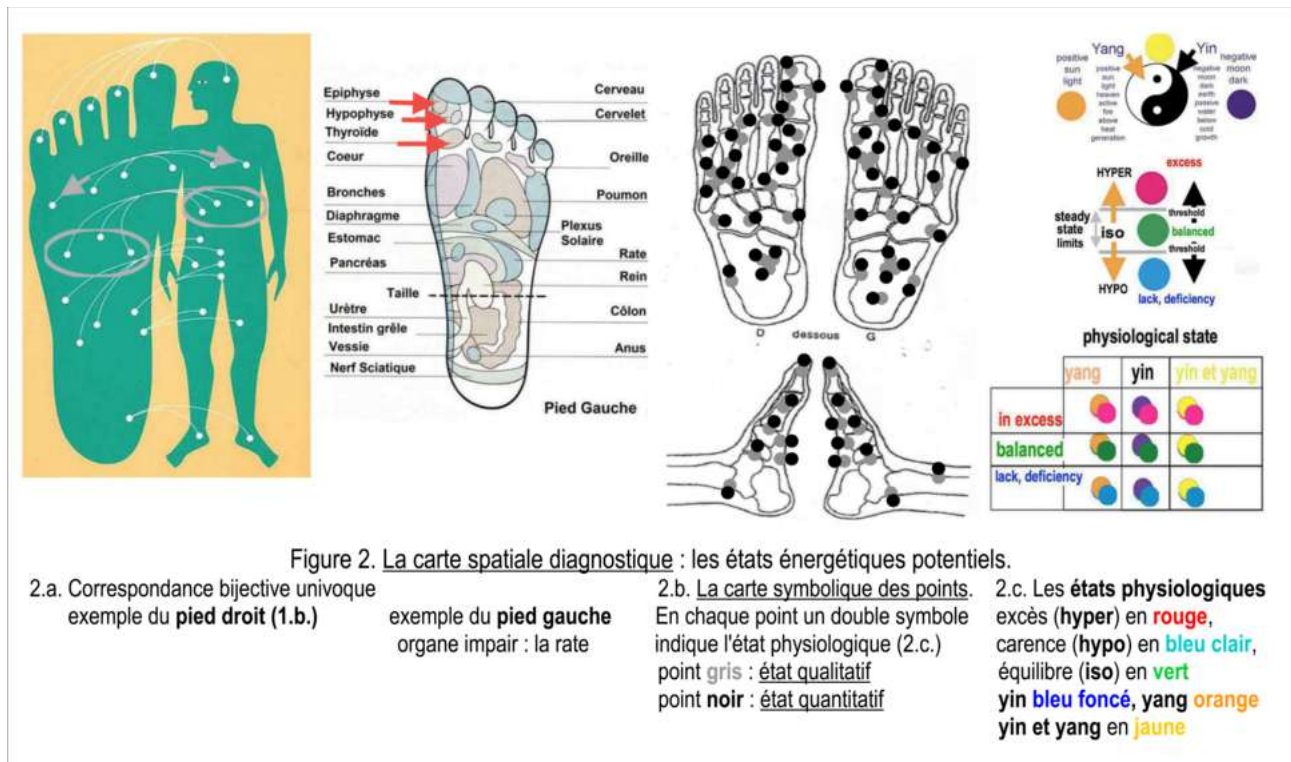
Dans la médecine énergétique chinoise, les points d'acupression [13, 24] sont, **localement**, des points de contrôle des flux énergétiques qui parcourent, **globalement**, le corps entier, en suivant **des routes répétitives**, à sens unique, les méridiens. Comme les fleuves naissent d'une source (*Jing*) avant de confluer et de se jeter dans la mer (*He*), ces flux suivent une route imposée mais inapparente, comme s'ils sautaient de point en point. Seuls les points sont perceptibles, au toucher. Au niveau des neurones, de la même façon, des flux nerveux, à sens unique, sautent le long des neurones, de point en point (les étranglements de Ranvier), et de neurone en neurone, au niveau des synapses neuro-neurales. Tout se passe comme si il existait un même processus, structural et fonctionnel, fractal, indépendant de l'échelle [7].

C.- "Le pied est la carte réactive vivante".

Le pied est la carte énergétique, sur laquelle sont lus l'équilibre ou le déséquilibre énergétique des organes du corps entier [24, 25]. Le pied est le territoire énergétique sur lequel sont appliqués les manipulations énergétiques nécessaires pour maintenir ou retrouver l'équilibre énergétique, localement et globalement. Le stimulus appliqué doit être contrôlé non seulement en intensité (quantité), mais d'abord en qualité, par le type de geste. Dans la zone d'association, l'influx, stimulateur ou inhibiteur, arrivant (afférent), doit être suffisant en intensité pour être efficace, mais pas trop fort pour éviter un phénomène d'irradiation imprécis : "ni trop, ni trop peu", "**meden agan**", au sein d'un intervalle d'intensité [4], le bon geste doit être appris et compris. C'est là le fondement de la philosophie ago-antagoniste taoïste du yin et du yang (**figure 2**) [5, 14, 26].

## 2. La carte est le territoire énergétique.

Pour le praticien, à chaque séance, **la carte est le territoire** (figure 2a). Mais, pour transmettre les résultats d'une pratique, pour conserver l'historique, le vécu, d'un patient, pour faire un suivi temporel d'un traitement, individuel, personnalisé, il convient d'élaborer des fiches. Le praticien doit aussi construire une carte symbolique, didactique, représentative de l'information structurale et fonctionnelle.



A.- De la carte biologique à la carte symbolique.

Chaque point plantaire d'acupression est indiqué par un double figuré (figure 2b), un double point coloré. Ce couple de points est représentatif de l'état énergétique, à la fois **en qualité** -yin, ou yang, ou yin et yang- **et en quantité** -excès, carence, équilibre-, état diagnostiqué, lu, en début de séance, avant traitement, et qui va déterminer les stimulations à appliquer : **où ? , quoi ? , comment ? , pour quoi ?**.

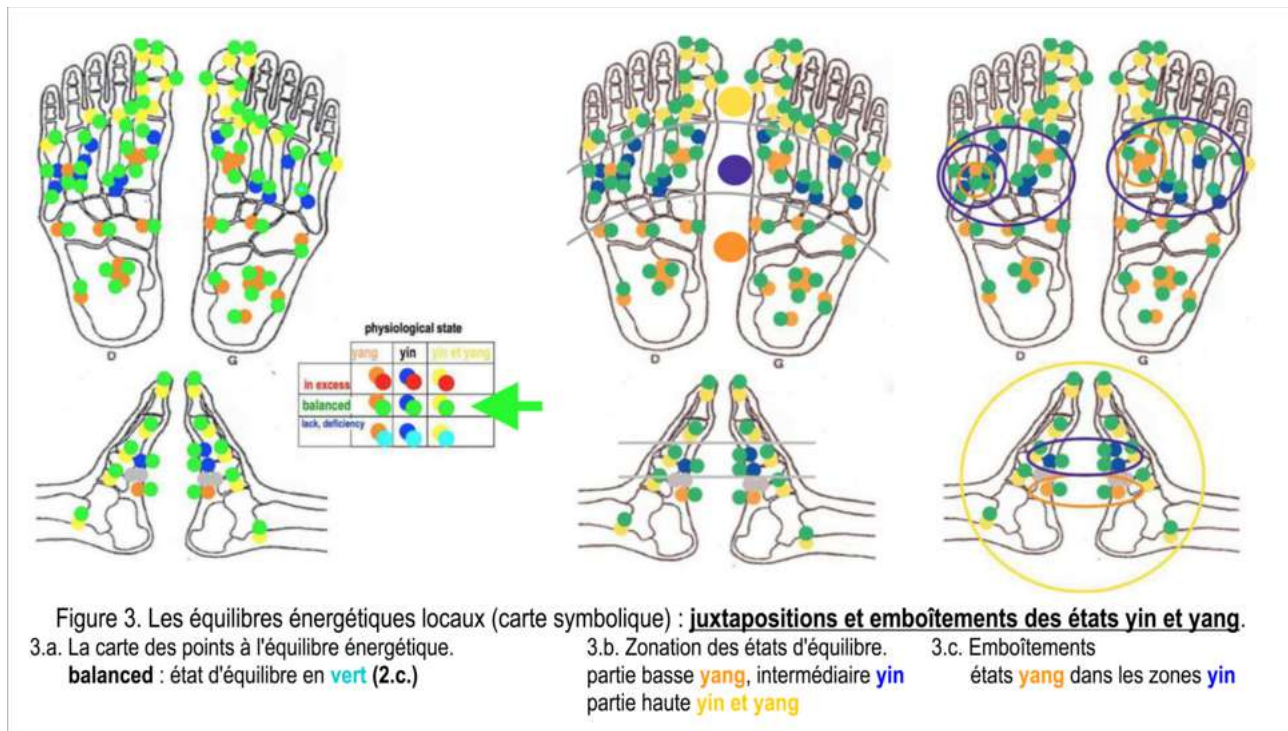
9 états physiologiques possibles sont lus sur le "pied-carte" (figure 2c) et ils sont indiqués conventionnellement sur la carte symbolique correspondante (**figures 3 et 4**).

B.- L'équilibre énergétique.

**L'énergie ne se répartit pas de façon aléatoire**, ni dans le corps, ni sur le pied [24]. Tout se passe comme si (figure 3b), **à l'équilibre**, le bas du corps (les fonctions végétatives de nutrition -1-, de croissance -2-, et de reproduction -7-) est énergétiquement de type yang. Le haut du corps (les fonctions de régulation -3-, d'organisation -5-, d'intégration -6-) est énergétiquement à la fois yin et yang. La zone intermédiaire (les fonctions d'échange et de circulation -4-) est globalement énergétiquement yin.<sup>2</sup> On retrouve la répartition (paradigme d'invariance de jauge [4]) des 7 caractéristiques fonctionnelles, mutuellement nécessaires et suffisantes, pour le maintien, la survie, de tout système vivant : -1- mobilisation de la matière et de l'énergie, -2- croissance en masse, -3- réactions aux stimulations, -4- mouvement, -5- organisation, spatiale et temporelle, -6- intégration de l'espace-temps interne (endophysiotope) dans un espace-temps externe de survie (écoexotope), -7- reproduction. L'organisation spatiale effectivement observée valide la philosophie chinoise **ago-antagoniste** : l'état d'équilibre peut être de type yin ou yang ou à la fois yin et yang (figure 3a), les états yin et yang sont **juxtaposés et emboîtés** (figures 3b et 3c), l'état yin peut contenir de l'état yang et inversement.

<sup>2</sup> En médecine traditionnelle chinoise, chaque élément comprend **1 organe et 1 viscère**. Les organes sont de type énergétique yin et les viscères de type yang. Par exemple, le foie, la rate et le pancréas sont dits de type yin, la vésicule biliaire et l'estomac sont dits de type yang.

L'énergie de type yin est assimilée à la structure, à la matière, tandis que l'énergie de type yang est assimilée à la fonction.



Chaque organe ou tissu, chaque structure, a son espace-temps fonctionnel énergétique (figures 2 et 3) : **un espace pour chaque organe, chaque organe dans son espace.**

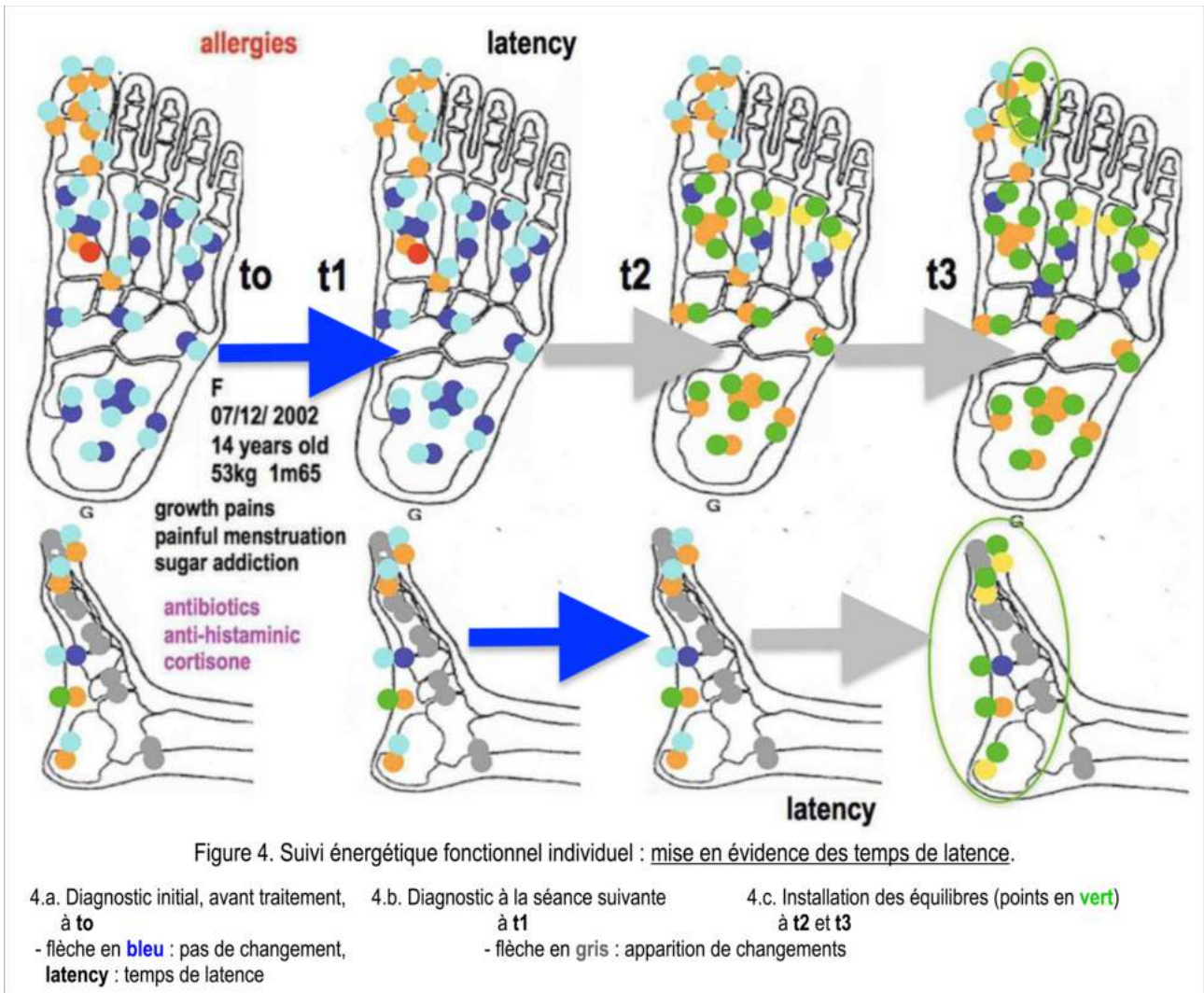
C.- De la physiologie locale à la physiologie globale, individualisé.

Sur cette fiche d'un patient (**figure 4**), tous les territoires sont en déséquilibre (figure 4a). Le temps  $t_0$  indique l'état de la carte du pied lors de la première consultation, avant tout traitement, au début de la première séance, pendant la phase d'anamnèse<sup>3</sup>. La lecture de l'état énergétique précède le récit du patient qui est toujours très surpris de la découverte effective de son passé, lors de la palpation, par le praticien de santé. Le temps  $t_1$  indique l'état observé en début de la deuxième séance, la semaine suivante (5 jours à 9 jours après). C'est l'état physiologique de départ qui renseigne sur la pertinence à la fois du diagnostic initial et du traitement appliqué lors de la séance précédente, et qui va guider la pratique thérapeutique lors de cette nouvelle séance. Dans ce cas, on n'observe pas de changement d'état avant la troisième séance. C'est seulement à  $t_2$  qu'on observe un changement. Comme on peut s'y attendre, pour tout phénomène biologique, il existe un temps de latence, ici d'au moins 1 séance, avant d'obtenir un effet. Suivant la zone du pied, ce temps de latence peut être plus long (figure 4b). Il est exceptionnel que tous les points reviennent à l'équilibre énergétique en 3 séances (figure 4c).

Habituellement les 3 premières séances (exceptionnellement les 5 premières), **traitement d'attaque**, sont espacées d'une semaine (7 jours), et toujours, si possible, sont placées le même jour de la semaine et dans le même créneau horaire [17]. Les suivantes, de la cinquième à la septième, sont espacées de 2 semaines (14 jours), **traitement de consolidation**. Ensuite, si encore nécessaire, pour un traitement d'entretien, toutes les 4 semaines, **traitement de suivi**. Après rétablissement de l'équilibre énergétique, les séances ont lieu, avec ou sans périodicité, **traitement à la demande** du patient.

Pour cet autre individu (**figure 5**), dans un premier temps on observe l'installation d'un déséquilibre énergétique (figure 5b), il faut parfois accentuer un déséquilibre pour rétablir un équilibre (**stratégie ago-antagoniste paradoxale**). Dans cet exemple, très lourd, d'empoisonnement par le radium, d'un personnel hospitalier, le retour à l'équilibre n'est obtenu qu'au bout de 13 séances. Chacun est un cas unique.

<sup>3</sup> L'anamnèse est l'exploration, par l'interrogation et le récit, de l'histoire d'un malade. Elle vise à retracer les antécédents médicaux et l'historique de la plainte, la douleur actuelle du patient, ainsi que les résultats des différentes explorations déjà faites et les traitements entrepris.



### 3. La carte est le territoire temporel.

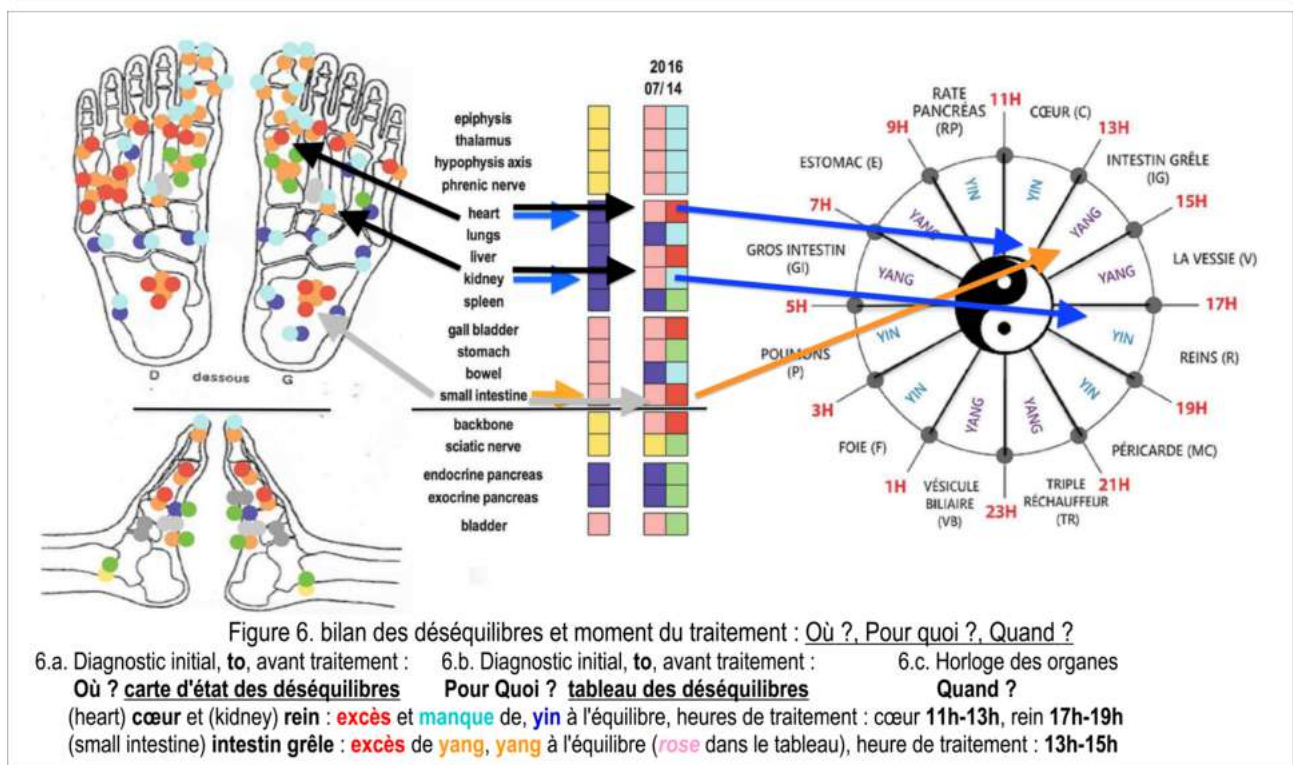
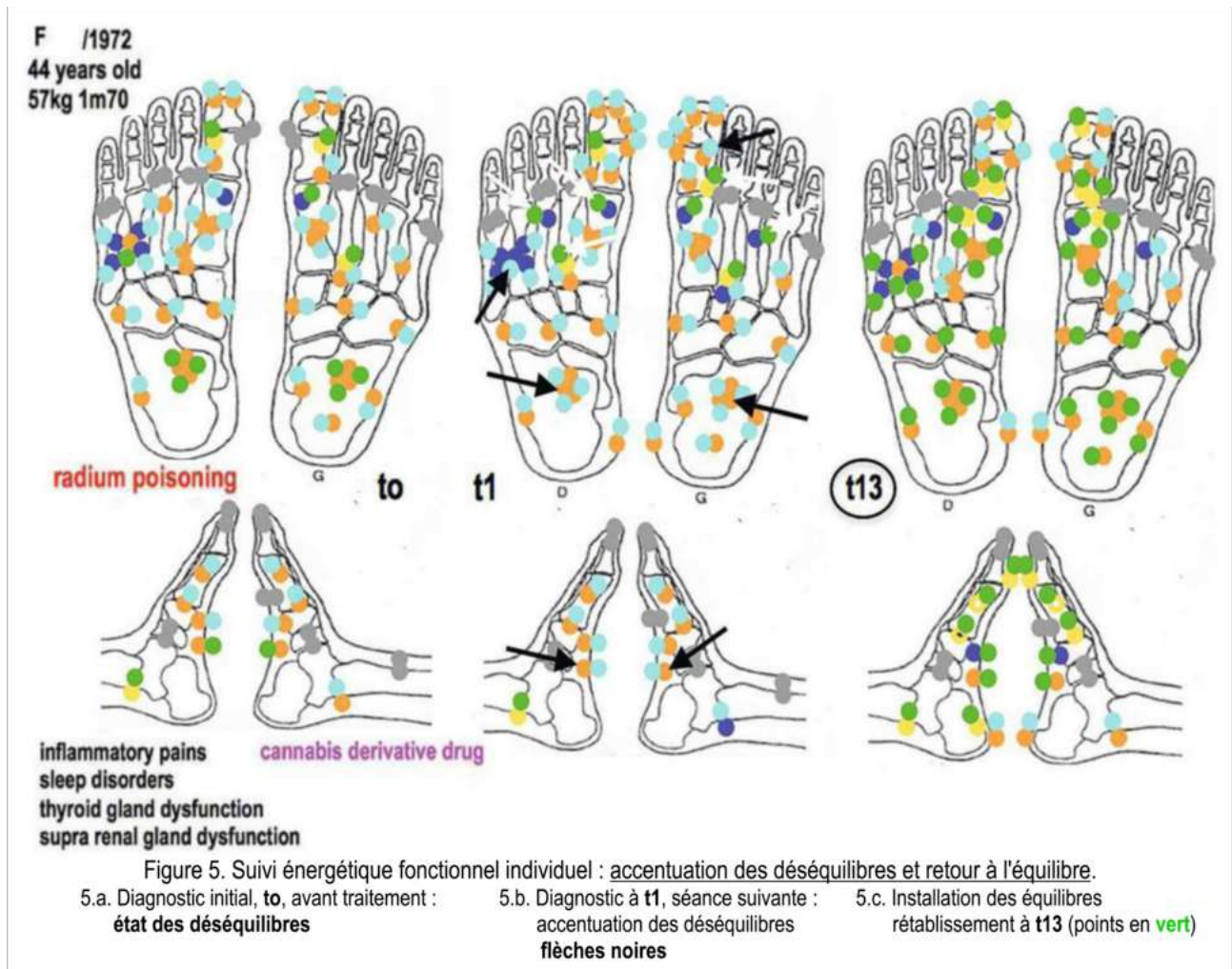
Tous les phénomènes biologiques obéissent à des rythmes [28], d'origine externe [3] et interne [6]. La médecine traditionnelle chinoise en a identifié, depuis des millénaires, sous des vocables imagés [14, 17, 22]. Une horloge des organes représente les rythmes circadiens des structures organiques. Et c'est une raison pour laquelle chaque séance, compte tenu des organes à traiter, est "placée" dans cette trame circadienne (**figure 6**), "autant que possible" : il ne faut pas agir n'importe comment (énergétiquement), sur n'importe quel organe (spatialement), et pas n'importe quand (temporellement). Suivant la pathologie identifiée, l'horaire du traitement doit être approprié. La carte doit être non seulement le territoire de l'organisation spatiale des états énergétiques mais aussi le territoire de l'organisation temporelle des changements d'états [6, 8].

#### A.- Un temps pour chaque chose, chaque chose en son temps.

On peut remplacer les cartes symboliques (figure 6a) successives du pied par un bilan-résumé graphique sous forme d'un tableau (figure 6b), où les lignes sont les organes associés à leur territoire, classés selon leur type énergétique, et les colonnes l'ordre des séances (**figure 7**). Chaque séance est représentée par une double colonne, qui indique, localement et globalement, l'état énergétique, qualitatif et quantitatif, de chaque point d'acupression. On peut ainsi mettre en évidence une rythmicité endogène (**figure 8**), à condition de pouvoir suivre un patient longtemps (sur plusieurs années) et régulièrement (équidistance temporelle).

La figure 8a met en évidence une rythmicité circa-mensuelle (période de 28 jours) du territoire de la vésicule biliaire, pour des patients suivis pendant au moins 3 ans (**plus de 30 cycles**).





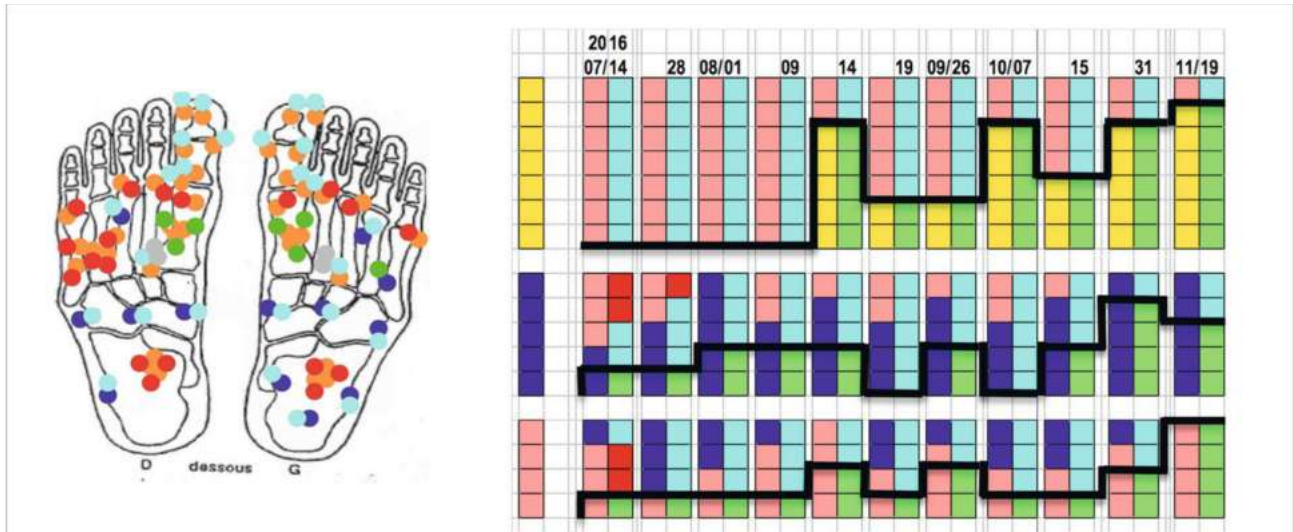


Figure 7. Evolution graduelle vers l'atteinte de l'équilibre.

7a. État initial à t0.

7b. Évolution des territoires regroupés par classe énergétique.

Les territoires sont regroupés en fonction du zonage énergétique plantaire (figure 3b). La double colonne (7b) donne d'abord l'aspect qualitatif : yin et yang **jaune**, yin **bleu foncé**, yang **orange** sur la carte podale (7a), en **rose** dans le "tableau-bilan" (7b), puis l'aspect quantitatif : **carence**, **excès**, **équilibre**. L'ordre des séances est l'ordre des dates (7b).

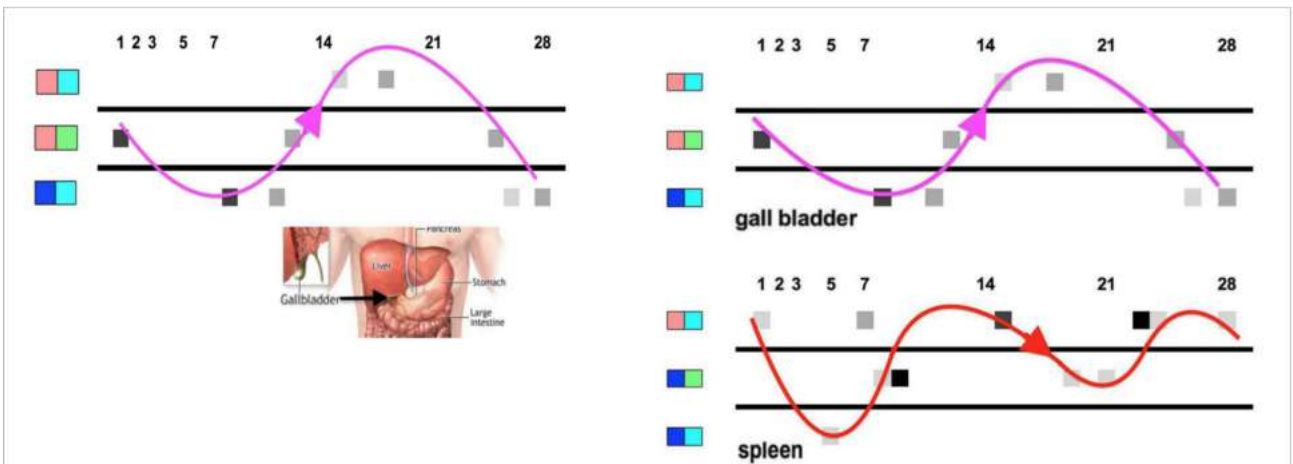


Figure 8. Mise en évidence d'une rythmicité circa-mensuelle de l'état énergétique de territoires podaux.

8.a. Rythmicité de l'état énergétique de la vésicule biliaire.

8.b. Comparaison de la rythmicité d'organes impairs.

1, 2, 3,..., 14, 21... temps en jours, **gall bladder** : vésicule biliaire, **spleen** : rate

**gall bladder** : rythme **monophasique**

**spleen** : rythme **biphasique**

états énergétiques : **bleu foncé** yin, **orange** yang, **vert** équilibre fonctionnel, **bleu clair** carence (hypofonctionnalité) (figure 2c)

le poids des points temporels est indiqué en noir et blanc : **gris clair** au moins 1 événement, **gris foncé** entre 3 et 5, **noir** plus de 5, **plus de 20 cycles circa-mensuels et plus de 100 points de mesure par individu.**

Les femmes sont 5 fois plus nombreuses que les hommes dans la population des patients, mais la même rythmicité, de 28 jours (**figure 8**), est mise en évidence pour l'énergétique rénale (**figure 9**) et biliaire ; indépendamment du sexe, masculin ou féminin; cependant, le rythme est mono-phasique, symétrique, pour ce qui est de la vésicule biliaire (figure 8a) et dissymétrique, bi-phasique, pour ce qui est des reins (figure 9a). La même rythmicité de 28 jours suit le même décours pour l'énergétique rénale et l'énergétique associée aux douleurs sciatiques postérieures (figure 9a) dont les évolutions temporelles sont synchrones (figure 9b).

Les interactions entre territoires peuvent révéler des corrélations fonctionnelles, des liens sous-jacents éventuels, de cause à effet (figure 9b) ou pas, et sans que l'on sache quelle en est la cause ou quel en est l'effet (**figure 10**). Mais l'effet peut être validé objectivement (figures 7 et 10). En énergétique chinoise, la cause est habituellement attribuée à la zone plantaire réflexe la plus sensible.

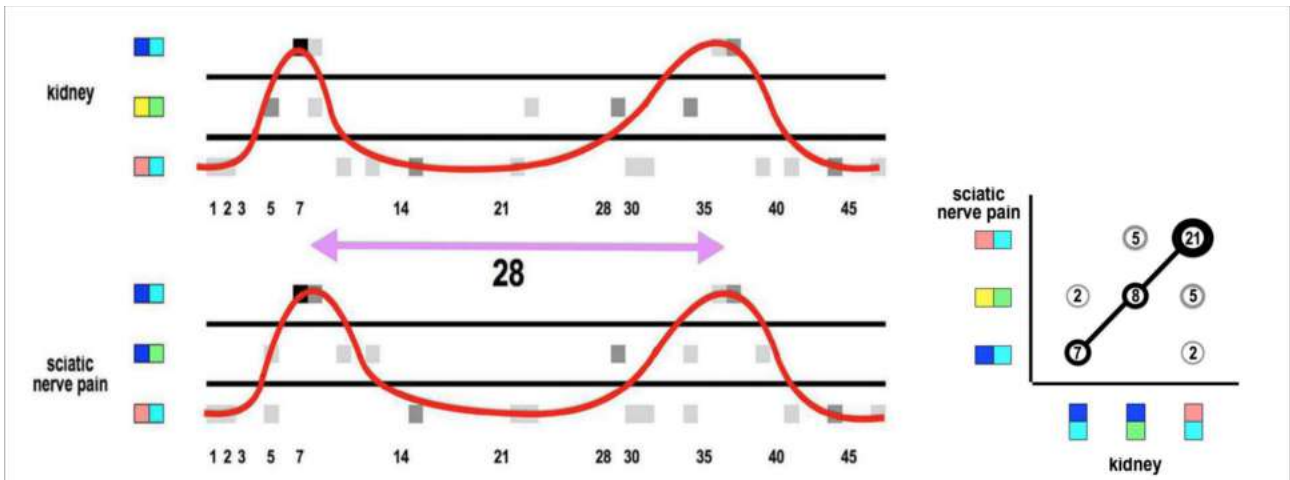


Figure 9. Mise en évidence d'une corrélation entre rythmes circa-mensuels de l'état énergétique de territoires podaux.  
 9.a. Rythmicité de l'état énergétique du rein et de la douleur nerveuse sciatique. 9.b. Corrélation entre états énergétiques.  
 1, 2, 3,..., 14, 21... temps en jours, **kidney**: rein, **sciatic nerve pain**: douleur sciatique latérale, rythmes monophasiques synchrones  
 états énergétiques : **bleu foncé** yin, **orange** yang, **jaune** yin et yang, **vert** équilibre fonctionnel, **bleu clair** hypofonctionnalité (figure 2c).  
 poids des points temporels (figure 7) 2, 5, 7, 8, 21 poids des points de relation, mêmes rythmes, synchrones, indépendamment du sexe.

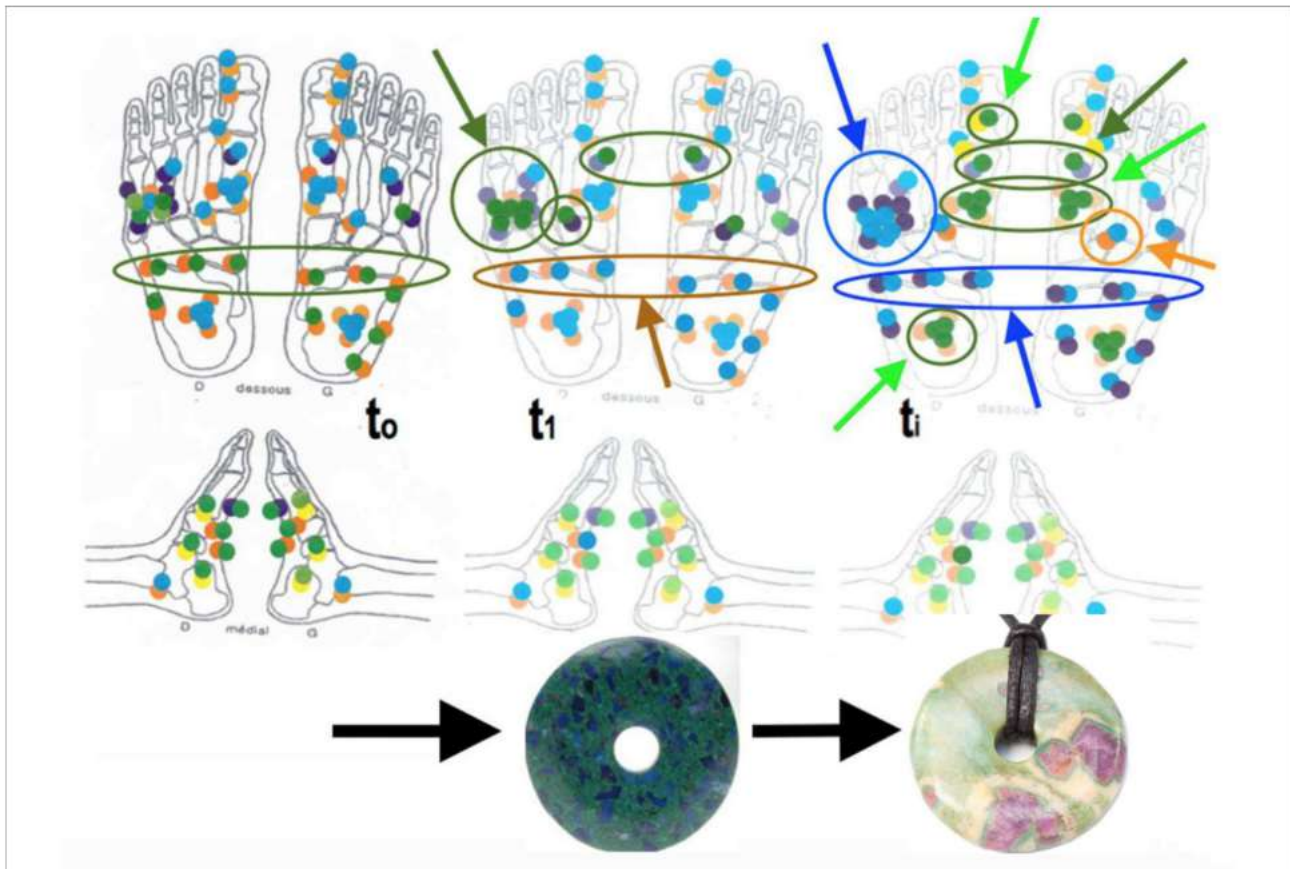


Figure 10. La réflexologie plantaire est **un outil diagnostic** pour valider la lithothérapie [6, 8].  
 Avant le traitement de lithothérapie, à **t<sub>0</sub>**, un diagnostic montre que de nombreux territoires sont en équilibre énergétique, mais pas les territoires objets du soin à venir (poumons). Après 3 mois (plus de 3 cycles de 28 jours) du traitement litho-thérapeutique (azurite-malachite), le territoire objet du soin est à l'équilibre (flèche verte), mais d'autres territoires sont maintenant déséquilibrés (flèche marron). Un second traitement (rubis sur zoïsite), de même durée, améliore l'équilibre global (flèches vertes), mais sans revenir à l'équilibre initial (flèches bleues).

## DISCUSSION

Avant de constater une amélioration, quel que soit le territoire manipulé, on observe toujours un **temps de latence** d'au moins 1 séance, 7 jours (figure 4), 2 séances (pour l'état d'équilibre yin (figure 7b)), ou plus, 4 séances (pour l'état d'équilibre yang (figure 7b)). L'apparition d'un déséquilibre est malheureusement plus rapide (figure 5b), en moins de 7 jours. Atteindre l'équilibre énergétique individuel optimal peut être très long, 13 séances (figure 5). En raison de la rythmicité endogène (figures 8 et 9), il est illusoire de chercher à obtenir tous les territoires à l'équilibre en même temps; c'est possible, mais il faut le plus souvent se contenter de trouver **le meilleur compromis** temporel compte tenu du résultat recherché (figures 7b et 11). **“Trop d'interactions cela peut nuire à l'interaction nécessaire et suffisante”**<sup>4</sup>. En outre, il existe des atteintes, physiologiques ou structurelles, liées à l'âge ou à l'histoire individuelle, auxquelles il n'est pas possible de remédier complètement.

A priori, les interactions entre territoires peuvent être soit la conséquence soit l'origine de liens fonctionnels (figure 9b), sans que l'on sache ce qui en est la cause ou ce qui en est l'effet, comme dans le cas du lien entre l'état fonctionnel des reins et la présence d'une douleur sciatique. Mais le déséquilibre énergétique des reins peut engendrer d'autres symptômes. **Toute cause peut donner naissance à un effet qui devient ensuite cause d'un autre effet**, qui peut être (feed back), ou non, la cause initiale (loi systémique constructale) [7].

Le diagnostic d'un réflexologue plantaire en énergétique chinoise peut être utile pour mettre en évidence l'effet, ou le non-effet, d'une autre thérapeutique, comme la lithothérapie (figure 10) [6]. Un traitement peut à la fois améliorer l'état de certains territoires et en détériorer d'autres, tant que l'équilibre énergétique n'est pas trouvé. D'où l'importance de prendre en compte, dans une pratique systémique, holistique, à la fois les acquis de l'expérience traditionnelle du passé, l'horloge des organes (figure 6c), et les résultats de la pratique moderne, la chronobiologie (figures 8 et 9). [8, 25]

Il est démontré, dans le cas de patients traités en chimiothérapie anticancéreuse que la pratique énergétique réflexologique [19] permet d'élever la tolérance à la douleur, mesurée par les variations circadiennes du seuil de tolérance à la douleur [11, 12, 15].

## conclusion

Même si l'aspect des courbes est différent, courbe uni-modale (rein) ou bi-modale (rate), des organes différents, pairs (nerfs sciatiques, poumons, reins)<sup>5</sup> ou impairs (foie, rate, vésicule biliaire) suivent la même périodicité énergétique de 28 jours, ce indépendamment du sexe. De proche en proche (figures 7 et 10), le diagnostic énergétique permet de valider à la fois l'effet de la pratique réflexologique énergétique (figures 7, 11, 12 et 13) ou/et l'effet d'une autre pratique thérapeutique non-conventionnelle (figure 10).

Dans certains pays, la réflexothérapie fait partie de la médecine conventionnelle (Chine, Inde), elle est même remboursée par certaines assurances (Espagne) ou prise en charge par les mutuelles de santé (Canada). En France, le soin n'est considéré que comme un soin alternatif de bien-être, au mieux d'aide à la personne, et non pas comme une pratique thérapeutique de santé. Les séances, payantes, ne sont ni prises en charge, ni remboursées. Le praticien est donc soumis à un critère d'efficacité auquel n'est pas sujette la pratique médicale ordinaire. Pour que le patient revienne, à ses frais, il faut qu'il constate un progrès, sinon il ne revient pas. On peut donc croire qu'une fois rétabli il ne reviendra plus. C'est le cas. Mais dès qu'il a un souci qui n'est pas résolu par la médecine officielle, il revient... (figure 14) !

L'organisme est un Tout, dont les changements de l'état fonctionnel peuvent être diagnostiqués au niveau de la carte plantaire individuelle. Les traitements locaux des territoires podaux agissent globalement sur ce Tout.<sup>6</sup> La réflexologie énergétique est un outil, lent mais efficient, qui, comme l'acupuncture, permet de rétablir et d'entretenir un bien-être individuel objectivable (figures 11, 12 et 13).

4 “meden agan”, “ni trop, ni trop peu”, “interaction is construction, construction is interaction” [5, 6, 7]

5 Tous les résultats ne sont pas présentés. Les plus complets statistiquement (figure 11) et les plus didactiques pour la pratique (figures 12 et 13), ont été choisis pour illustrer les réussites ou les échecs (figure 14) de la réflexologie énergétique podale.

6 “Harmony preservation is governed by means of the law and the order.”  
précepte de l'éthique traditionnelle chinoise, ago-antagoniste, typique du taoïsme [7, 8]

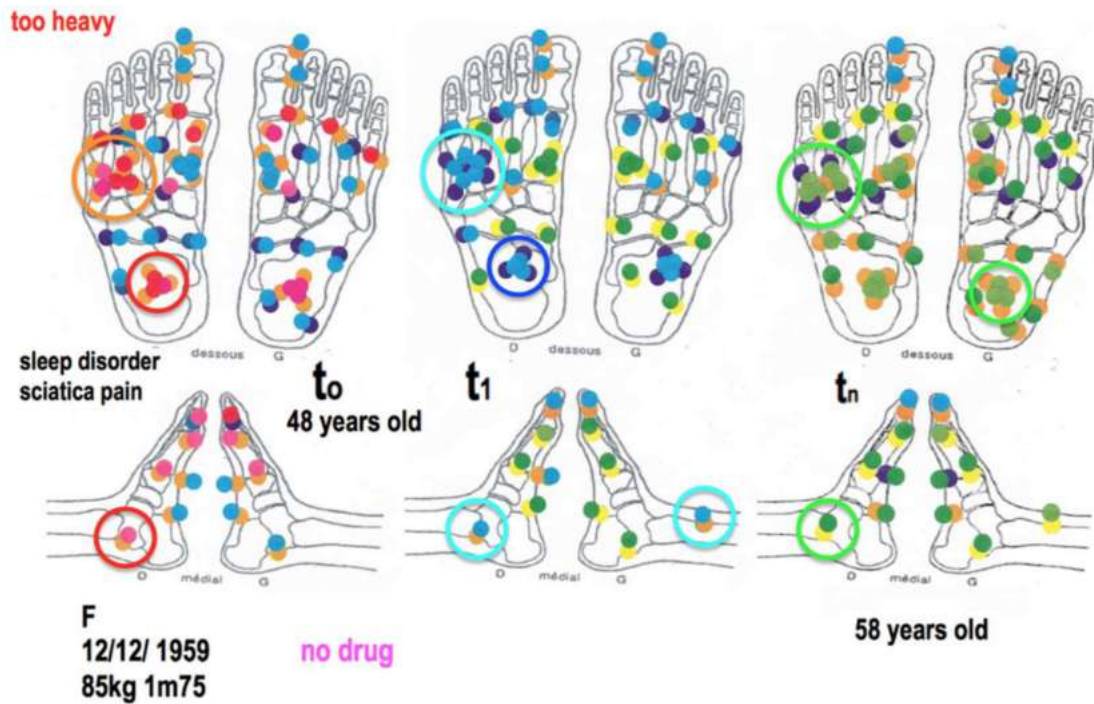


Figure 11. Traitement des troubles énergétiques du sommeil, et de douleurs nerveuses, associés au syndrome pré-menstruel, avec contrôle et régularisation de la prise de poids. Patiente suivie pendant plus de 10 ans (t<sub>n</sub>).

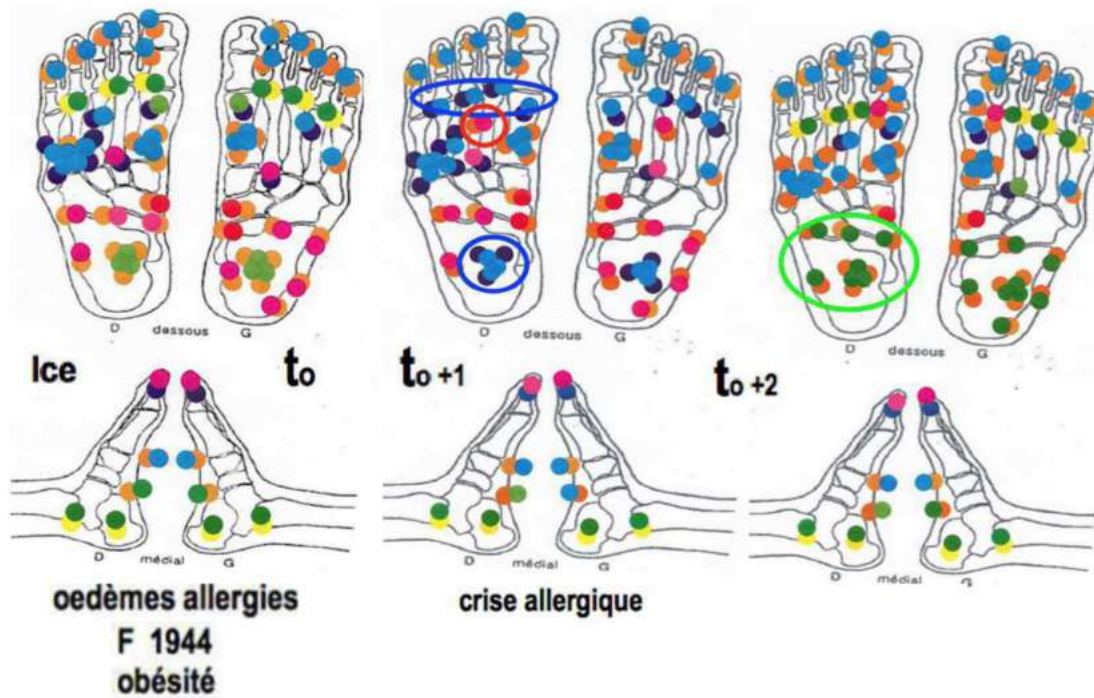


Figure 12. Traitement simultané de l'obésité et d'un terrain allergique. Des résultats sont obtenus dès le deuxième séance : réduction, à l'état anecdotique, des éternuements et des écoulements du nez.

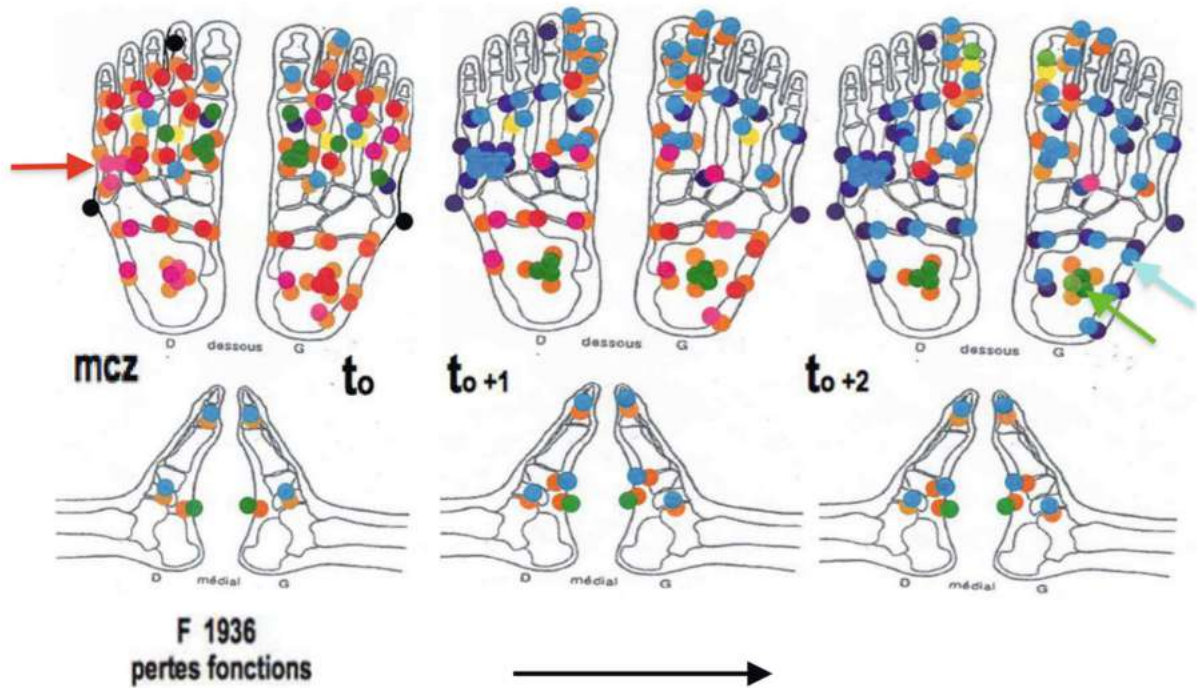


Figure 13. Personne âgée, de sexe féminin, en état de détresse vitale. Elle abandonne sa canne et retrouve une respiration aisée après la deuxième séance.

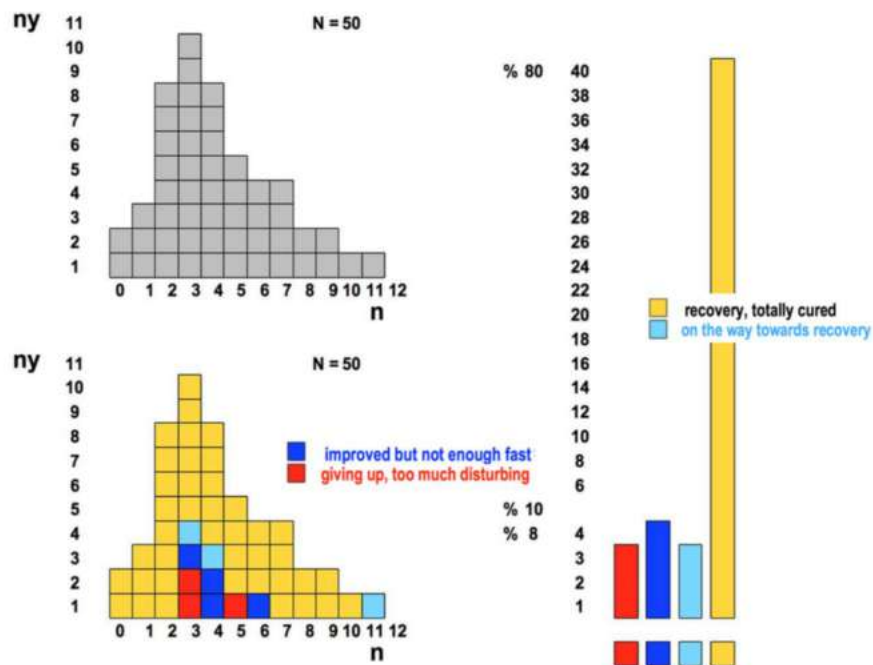


Figure 14. Profil sociologique de santé de la population des 50 derniers patients.

En orange les individus totalement "remis sur pied", en bleu clair ceux qui abandonnent avant la fin parce qu'ils se sentent bien, mais qui ne sont pas allés au bout du processus de "remise sur pied", en bleu foncé ceux qui abandonnent parce que leur remise sur pied ne va pas assez vite à leur goût, en rouge ceux qui abandonnent parce qu'ils ne supportent pas le trouble physiologique perçu. Chaque case représente 1 individu, ny nombre d'individus, n nombre de séances avant la fin ou l'abandon.

Réflexothérapeute-énergéticien, c'est un métier, qui s'apprend, et, comme dans tout métier, il y a toute une gamme de plus ou moins bons professionnels. Mais c'est plus qu'un métier... C'est une motivation et c'est souvent un don, il faut posséder un toucher particulier pour lire l'état énergétique des territoires podaux et pour les manipuler, à bon escient, au bon endroit, au bon moment. La formation est longue et n'est pas gratuite.<sup>7</sup>

### References

- [1] Arendt J., 1998, Biological rhythms: the science of chronobiology., *J. R. Coll. Physicians London*, 32(1): 27-35.
- [2] Blunt E., 2006, Foot reflexology. *Holist Nurs. Pract.*, 20(5): 257-259.
- [3] Bricage P., 1993, Are the lunar, radiative and position, cycles responsible for the entrainment of the periodic awakenings of the man night sleep?, *In Biological Rhythms: from cell to man*. Polytechnica, Paris, France, pp. 183-190.
- [4] Bricage P., 2010, Bio-systemics., *In Teaching Systems & Cybernetic Sciences in Higher Education. IASCYS Proceedings*, Chengdu, Sichuan, PR China, Gu JF. & JP. Xu eds, pp. 1-14. <http://www.armsada.eu/files/pbricageChengdu2010txt.pdf>
- [5] Bricage P., 2011, The Social and Environmental Responsibility of Mankind. 1. About Man Interventions in the Living Networks., 25p. UES-EUS, Bruxelles, Belgique, Europe, **IASCYS workshop**, <http://www.armsada.eu/files/pbManSERqash.pdf>
- [6] Bricage P., 2017, Use of Chronolithotherapy for Better Individual Healthcare and Welfare., *J. Syst. Sci. Syst. Eng.*, 26(3): 336-358. <http://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01211365> (05 October 2015)
- [7] Bricage P., 2018, Cyber-Systemics Laws of Living Systems Evolution., Journées annuelles AFSCET, Andé, France, 38 p., <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-01807065>
- [8] Bricage P., 2019, Foot Reflexotherapy and Energetic Chronotherapy. Tools for Better Individual Healthcare and Welfare? *Amer. J. BioMed. Sci. & Res.*, 2(2): 309-310.
- [9] Bricage P. et al., 1990, Appraisalment of the defoliator Lepidoptera associations in a hardwood forest., *Acta Entomologica Vasconae*, 1: 5-26.
- [10] Byers D., 2001, Better Health with Foot Reflexology., Ingham Publishing Inc., Revised Edition, Saint Petersburg, USA, 182 p.
- [11] Cherkin D. C. et al., 2011, A Comparison of the Effects of 2 Types of Massage and Usual Care on Chronic Low Back Pain: A Randomized, Controlled Trial., *Annals of Internal Medicine*, 155(1): 1-9.
- [12] Clervoy P., 2018, Les pouvoirs de l'esprit sur le corps. Odile Jacob, Paris, 352 p.
- [13] Dune L., 2006, Integrating tuina acupressure and traditional Chinese medicine concepts into a holistic nursing practice. *Explore (NY)*, 2(6): 543-546.
- [14] Gu JF. & Zhu ZC., 1995, Wu-li Shi-li Ren-li Approach (WSR): an Oriental Systems Methodology., *In Systems Methodology*. Midgley G. L., J. Wiley eds., University of Hull, UK, I: Possibilities for Cross-Cultural Learning and Integration., pp. 29-38.
- [15] Hodgson H., 2000, Does reflexology impact on cancer patients' quality of life?, *Nursing Standard*, 14(31): 33-38.
- [16] Kunz B. & Kunz K., 2014, Handreflexzonenmassage: Wohltat für Körper und Geist. Dorling Kindersley GmbH, Berlin, Deutschland, 260 p.
- [17] Li W. & Lamote C., 2016, L'horloge des organes. Nouvelle pistes thérapeutiques. Macro Editions, Paris, 116 p.
- [18] Lietaer B. et al., 2009, Options for Managing a Systemic Bank Crisis., *S.A.P.I.E.N.S.*, 2(1): 15 p. <http://journals.openedition.org/sapiens/747>

7 **Holistic Health Practitioner Diploma Program**. Global Academy for Energetic Education, Columbus, Ohio, USA, 1050 h, 24 months, 10,290 US\$ (2015)

**Reflexología podal y holística**. Centro Terapéutico Corporal, Madrid, Espagne.

15 jours, 500 US\$ (2014), stage pratique 5 mois.

- [19] Mackey B.T., 2001, Massage therapy and reflexology awareness. *Nurs Clin North Am.*, 36(1): 159-170.
- [20] Marquardt H., 2016, Reflexotherapy of the Feet. BILD-bestseller, Thieme, Berlin, Deutschland, 240 p.
- [21] Mei Y. et al., 2012, Health-Related Quality-of-Life Outcomes: A Reflexology Trial With Patients With Advanced-Stage Breast Cancer., *Oncology Nursing Forum*, 39(6): 568-577.
- [22] Meunier M., 2012, L'énergétique chinoise appliquée à la réflexologie plantaire. Trédaniel Éditions, Paris, 287 p.
- [23] Meunier M., 2013, Manuel approfondie de réflexologie plantaire. Trédaniel Éditions, Paris, 253 p.
- [24] Palacios C., 2008, Soins de bien-être en Milieu Hospitalier. Stage pratique d'Habilitation en réflexologie plantaire et énergétique chinoise. Action Reflexo Formation, Bordeaux, Toulouse, Paris, Lausanne, 110 p.
- [25] Palacios C. & Bricage P., 2019, Better Individual Healthcare and Welfare with Foot Reflexotherapy and Energetic Chronotherapy. The Academy of Mathematics and System Sciences of China, **IASCYS meeting**, Beijing, PR China, Research, Development and Education in Systems Science and Cybernetics: paradigms, models and applications, pp. 19-20.
- [26] Su W. & Shu L., 2009, Medicina tradicional china. El Neijing. Aplicaciones clínicas del canon de medicina interna de Huang Di. Casa del Libro, Berbera, Mexico, 266 p.
- [27] Suhrabi Z. & Taghinejad H., 2014, Effect of acupressure on pain intensity in intramuscular injections. *Iran J Nurs Midwifery Res*, 19(1): 24-27.
- [28] Wolverson M., 2013, Living by the clock. The science of chronobiology. MedicalXpress, Medical Research, 7 p. <https://medicalxpress.com/news/2013-06-clock-science-chronobiology.html>

**citation** : Palacios C. & P. Bricage, 2019, Réflexologie plantaire et énergétique chinoise : quand la carte est le territoire. Journées de l'AFSCET à Andé, "systémique-signe-sens", 14-16 juin 2019, 16 p. (CC Licence)  
<http://www.afscet.asso.fr/Ande19/pbAnde19txt.pdf>