

Introduction	10
------------------------	----

PARTIE 1

Chapitre 1 : Médecine traditionnelle en Europe

1.1. Médecine traditionnelle au XXIe siècle.	14
1.2. L'approche holistique de la médecine traditionnelle	16

Chapitre 2 : Histoire

2.1. Résumé de l'histoire de la MTE	18
2.2. Médecine populaire	24

Chapitre 3 : Notions

3.1. Définition de la MTE	28
-------------------------------------	----

Chapitre 4 : Philosophie naturelle

4.1. Macrocosome – Microcosme.	32
--	----

Chapitre 5 : Théorie des principes

5.1. Principes	36
5.2. Principes qualitatifs.	37
5.3. Principes quantitatifs.	39
5.4. Les principes d'autres systèmes médicaux.	41

Chapitre 6 : Éléments fondamentaux de la MTE

6.1. L'énergie vitale	42
6.2. Théorie des stimuli	44
6.3. Principes de santé, de maladie et de guérison	48
6.4. Théorie des éléments.	56
6.5. Théorie des humeurs	59
6.6. Théorie des tempéraments	65
6.7. Théorie des constitutions	71
6.8. Alchimie.	78
6.9. Astromédecine	84
6.10 Théorie des signatures	88
6.11 Principe de l'ordre	91

Chapitre 7 : Diagnostic

7.1.	Diagnostic et vue d'ensemble en MTE	97
7.2.	Anamnèse	101
7.3.	Examen en MTE	103
7.4.	Diagnostic par la physionomie	111
7.5.	Diagnostic par l'iridologie.	113
7.6.	Diagnostic par le pouls.	118
7.7.	Diagnostic par l'examen de la langue	121
7.8.	Analyse des urines.	124
7.9.	Zones réflexes et somatotopies	127

Chapitre 8 : Prévention et traitement

8.1.	Mode de vie	133
8.2.	Traitement médicamenteux traditionnel	144
8.3.	Procédures de dérivation et de drainage.	149
8.4.	Thérapies manuelles	159
8.5.	Thérapie respiratoire	162
8.6.	Thérapies biophysiques	176

PARTIE 2

Chapitre 9 : Médecine humorale

9.1.	Importance de la théorie des humeurs pour la MTE.	182
9.2.	Notions	183
9.3.	Base empirique de la médecine humorale	184
9.4.	Adaptations nécessaires.	184
9.5.	Principes de base du modèle de pensée humorale	187
9.6.	Métamorphose des humeurs.	192
9.7.	Forces dynamiques	197
9.8.	Association des organes	198
9.9.	Physiopathologie en médecine humorale	201
9.10.	Aperçu des associations physiopathologiques	207
9.11.	Principaux mécanismes physiopathologiques	213
9.12.	Bases du traitement en médecine humorale.	218
9.13.	Théorie du pneuma ou du spiritus	219

Chapitre 10 : La maison de l'art de guérir selon Paracelse

10.1.	Une nouvelle théorie de l'art de guérir.	222
10.2.	Paracelse (1493–1541).	223
10.3.	Les 4 piliers de l'art de guérir.	225

10.4.	La théorie des entités	229
10.5.	Les cinq types de médecins	232
10.6.	L'importance de la théorie des entités et des médecins.	234

Chapitre 11 : L'astromédecine : une médecine en résonance avec les astres

11.1.	Introduction	236
11.2.	La notion du temps	238
11.3.	L'histoire de l'astromédecine	239
11.4.	L'astromédecine : une théorie de la résonance	241
11.5.	Les astres.	242
11.6.	Les signes du zodiaque	270
11.7.	L'horoscope	277
11.8.	L'importance actuelle de l'astromédecine	277

Chapitre 12 : Le rythme de l'année : au fil du temps

12.1.	L'être humain en tant qu'élément de la vision cosmologique du monde	278
12.2.	Les rythmes naturels	279
12.3.	Fêtes annuelles et coutumes	285
12.4.	Cycle annuel et signes du zodiaque	293
12.5.	Cycle annuel et médecine humorale	294

Chapitre 13 : Alimentation

13.1.	La nourriture comme bien de consommation	297
13.2.	L'histoire de l'alimentation humaine.	299
13.3.	Diététique	300
13.4.	Le corps a besoin de synergies	305
13.5.	Principes de l'alimentation en MTE.	306
13.6.	Les bases d'un métabolisme optimal.	324
13.7.	La qualité du sel : pas de vie sans sel	329
13.8.	L'importance de l'équilibre acido-basique	330
13.9.	Les autres formes d'alimentation en occident.	333

Chapitre 14 : Traitement médicamenteux traditionnel

14.1.	Introduction	339
14.2.	Plantes médicinales dans la MTE	340
14.3.	Spagyrie.	363
14.4.	Traitement par des médicaments dynamisés.	379

Chapitre 15 : Thérapie biophysique

15.1.	Culte du corps et maintien de la santé.	393
15.2.	Applications biophysiques et mode de vie sain	393

15.3.	Les traitements par inhalation : l'aérosolthérapie	404
15.4.	Les différentes couches du sol et la lithothérapie	405
15.5.	L'électricité et le son dans la thérapie biophysique.	406
15.6.	Balnéothérapie et climatothérapie.	407
15.7.	Luminothérapie et photothérapie.	410
15.8.	Infrathérapie/Thérapie infrarouge – thérapie par la chaleur	411
15.9.	Kinésithérapie.	412

Chapitre 16 : Thérapies manuelles

16.1.	Introduction	416
16.2.	Principes d'action	417
16.3.	Les méthodes de thérapies manuelles	418

Chapitre 17 : L'attitude intérieure de pleine conscience

17.1.	Rencontre.	424
17.2.	Résonance	428
17.3.	Pleine conscience	430
17.4.	Le développement personnel silencieux	433
17.5.	À l'écoute de son cœur	435

Chapitre 18 : Les capacités d'autoguérison

18.1.	Déclaration d'amour à la vie.	438
18.2.	Ressources	441
18.3.	Les capacités d'autoguérison	445
18.4.	Visualisation et imagination	448
18.5.	Intuition	452
18.6.	Le corps est sage.	453
18.7.	Comme s'il y avait un sourire intérieur.	456

Chapitre 19 : L'évolution actuelle de la MTE

19.1.	Énergie et matière.	460
19.2.	La MTE et la théorie des infections	466
19.3.	Écologie des muqueuses et reconstitution de la flore intestinale.	471
19.4.	Le système de la régulation de base selon Pischinger	475
19.5.	Le drainage lymphatique manuel (DLM).	477
19.6.	Le modèle à six phases de Reckeweg.	478
19.7.	Vaccins	481
19.8.	Diagnostic fonctionnel bioélectronique (DFB).	487
19.9.	L'hydrothérapie du côlon (HTC)	490
19.10.	Signification physiopathologique d'un foyer.	493

Chapitre 20 : Limites de la MTE

20.1.	Substitution	500
20.2.	Processus de feu excessif	500
20.3.	Médecine d'urgence	501
20.4.	Chirurgie	501
20.5.	Hypertension	501
20.6.	Troubles psychiatriques	502

PARTIE 3

Chapitre 21 : Liste de personnes	504
---	------------

Chapitre 22 : Documentation du / de la patient-e	507
---	------------

Chapitre 23 : Guide des méthodes d'investigation clinique

23.1	Anamnèse	510
23.2	Examen physique	510
23.3	Schéma d'examen pratique	513

Chapitre 24 : Glossaire	518
--	------------

Chapitre 25 : Répertoire d'adresses	530
--	------------

Chapitre 26 : Liste des sources	535
--	------------

Chapitre 27 : Registre	545
---	------------

Chapitre 28 : Auteur-e-s	559
---	------------

INTRODUCTION

À propos de ce livre

Ce livre est le résultat du travail commun d'un groupe de naturopathes qui, non seulement exercent quotidiennement la médecine traditionnelle européenne dans leur cabinet depuis de nombreuses années, mais l'enseignent aussi en intervenant dans le cadre de la formation initiale ou continue dans divers institutions, séminaires et congrès dans les pays germanophones et anglophones. Certains des auteurs ont déjà publié d'autres livres ainsi que divers ouvrages spécialisés.

Ce livre comble un vide littéraire en fournissant un résumé détaillé de la médecine traditionnelle européenne (MTE) dans son ensemble, pour laquelle il existe soit une excellente littérature contemporaine sur les sous-domaines (p. ex. la médecine de Paracelse ou constitutionnelle, l'herboristerie médicinale), soit des sources très anciennes qui ne sont généralement plus que disponibles sous forme de livres anciens ou livres numériques (p. ex. dans Google books). En conséquence, la MTE a été divisée en plusieurs sous-domaines, qui sont interprétés et appliqués comme des *méthodes* individuelles et personnalisées. Cependant, l'intégration de ces différentes méthodes dans le modèle de pensée et de travail adéquat, global et systémique de la MTE a été largement perdue.

Ce livre définit et décrit la MTE comme un système médical indépendant, qui ne se fie pas de manière dogmatique aux déclarations des sources « anciennes », mais qui intègre les modifications et les extensions nécessaires, dans la mesure où elles sont compatibles avec les caractéristiques propres à la MTE et, ce, dans l'intérêt d'un développement vivant conduisant à un système de guérison moderne. Le résultat donne une vue d'ensemble complexe de la MTE basée sur la théorie et la pratique, qui reflète le profil professionnel du naturopathe MTE et qui peut aussi servir de base pour concevoir les programmes de formation. Chaque chapitre du livre pourrait constituer un livre à lui seul et devrait être une source d'inspiration pour les futures publications.

Nous avons à cœur que le travail effectué à l'occasion de ce livre repose sur l'indépendance et soit fait par amour et par engagement pour cette forme fascinante d'art de guérir.

Dans le souci d'en faciliter la lecture, il n'est fait ici usage grammaticalement que de la forme masculine, mais le contenu de ce livre s'applique bien sûr aussi bien aux femmes qu'aux hommes.

Ce livre a été écrit au mieux de nos connaissances, de notre conscience et il a été testé tant en théorie qu'en pratique. Néanmoins, un livre ne peut jamais remplacer les conseils d'un professionnel de santé expérimenté (naturopathe, médecin de confiance). Les auteur·e·s et l'éditeur déclinent toute responsabilité pour les dommages ou les conséquences résultant de l'utilisation, de la mauvaise utilisation ou d'application incorrecte des informations publiées dans le présent livre.

Les thérapies, les remèdes et les préparations prêtes à l'emploi relevant de la naturopathie sont soumis à des réglementations et à des lois qui peuvent varier considérablement selon le pays ou la région. Ce livre n'a pas pour intention d'expliquer davantage cette situation juridique complexe.

Il convient également de souligner que les remèdes mentionnés dans ce livre peuvent ne plus être disponibles dans le futur ou l'être sous une forme différente en raison de l'évolution rapide du marché des médicaments et produits thérapeutiques.

Traduction française : La traduction d'un ouvrage aussi vaste n'a pas été sans difficulté et n'a été possible que grâce à l'énorme soutien de nombreuses personnes. Nous vous serions reconnaissants de bien vouloir nous faire part de vos suggestions d'optimisation ainsi que d'éventuels erreurs à l'adresse mail suivante : ch.raimann@gmx.ch

PARTIE 1

CHAPITRE 1

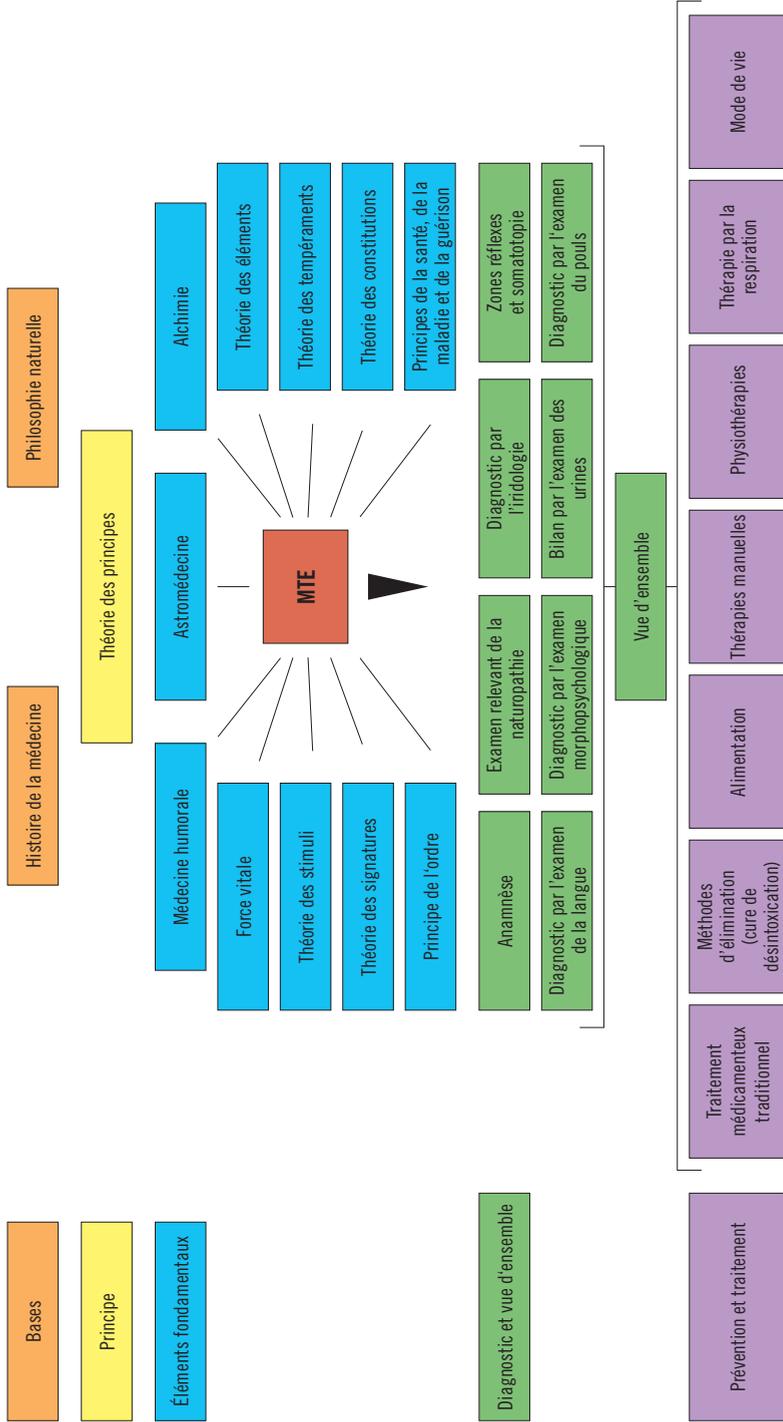
**MÉDECINE TRADITIONNELLE
EN EUROPE****1.1. Médecine traditionnelle au XXI^e siècle**

En ce début de XXI^e siècle, la médecine traditionnelle européenne se présente comme composée d'une multitude de fragments issus d'une tradition millénaire et enrichie d'un patchwork d'éléments provenant de la médecine et de la pharmacologie modernes. Pour des raisons historiques, politiques et économiques, elle ne constitue plus aujourd'hui un système médical cohérent et cherche à trouver son identité et sa place dans le monde actuel. Mais il existe également aujourd'hui des méthodes reconnues de soins traditionnels et holistiques, p. ex. la médecine chinoise et la médecine ayurvédique, qui représentent un ensemble de connaissances et de savoir-faire complet reposant sur une base philosophique et qui sont dotées de méthodes diagnostiques et de concepts thérapeutiques éprouvés.

La tradition occidentale possède également un tel système de connaissances avec une expérience très riche et des concepts thérapeutiques ciblés. Comme dans toutes les autres traditions médicales, l'art de guérir a une grande importance dans la culture européenne au quotidien. Cependant, au Moyen-Âge et pendant la révolution scientifique qui a suivi, ces « trésors » ont été interdits, brûlés, rejetés ou conservés comme de vieilles reliques dans les bibliothèques. La force de la tradition des soins prodigués dans le passé, telle qu'elle perdure depuis des siècles, réside dans sa vision holistique capable de concilier les aspects les plus divers : médecine, physique, chimie, botanique, philosophie, religion, théorie des humeurs, mythologie, théorie des signatures, astrologie, etc. Cette approche exige certes une connaissance et un engagement complets, mais elle permet aussi une compréhension approfondie de la santé, de la maladie et de la guérison. C'est précisément pour cette raison que la médecine naturelle traditionnelle n'est pas seulement une thérapie réparatrice et médicamenteuse purement matérielle. En plus de la prévention et de la guérison des maladies aiguës et chroniques, elle vise également à créer un équilibre dans le corps lui-même et, sur une plus grande échelle, avec le monde dans son ensemble.

Le schéma suivant montre les différentes sources et niveaux significatifs de la MTE avec leurs préceptes et méthodes typiques, tels qu'ils sont présentés dans ce livre. Pour orienter le lecteur, les pages du livre associées à un niveau donné sont identifiées par une même couleur figurant en haut à côté du numéro de page.

Médecine traditionnelle européenne, MTE



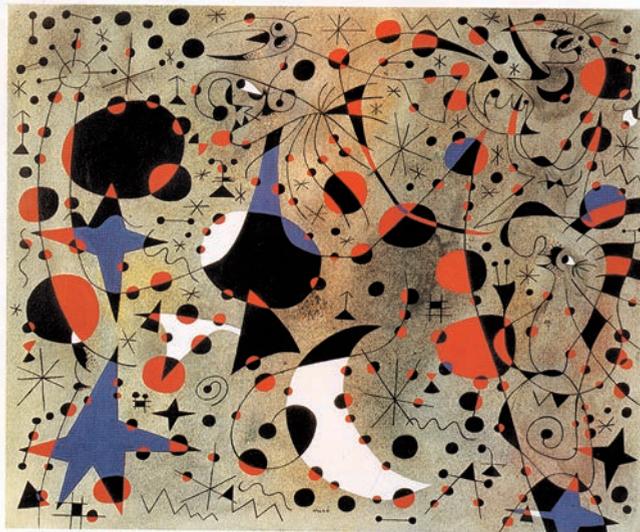
Le maintien de la santé selon des principes naturels est la base de la médecine. La médecine naturelle traditionnelle a accompagné les peuples du monde entier tout au long de leur histoire. Elle n'a été écartée que par la révolution industrielle des XVIIIe/XIXe siècles pour laisser place à la médecine conventionnelle moderne.

Cette dernière a évincé les connaissances médicales anciennes et exhaustives. Elle pense le corps humain et ses fonctions en pièces détachées, pouvant être restaurées et réparées par des interventions spécifiques.

Il est indéniable que la médecine moderne nous a apporté des progrès notables en éliminant certaines des maladies terribles d'autrefois. Cependant, surtout au cours des dernières décennies, on constate un regain d'intérêt et de volonté de la part des patients et des soignants à recourir davantage aux méthodes naturelles. Il s'agit maintenant de réactiver les anciennes médecines traditionnelles et de les faire progresser. Cette optique nous conduit à la recherche enrichissante de nos racines et nous offre la possibilité d'intégrer les connaissances empiriques dans un système moderne de guérison holistique.

1 .2. L'approche holistique de la médecine traditionnelle

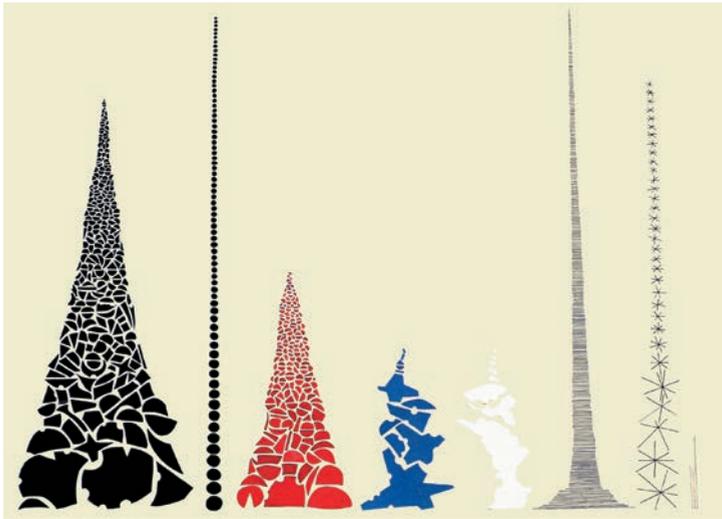
Ce tableau bien connu de Miró s'appelle le « Chant du rossignol ». Il capture artistiquement ce beau chant et le transforme en une œuvre d'art. La vue d'ensemble réalisée par Miró nous permet de regarder librement l'image et de percevoir le son.



« Le chant du rossignol » de Joan Miró

Miró, Joan: « Le chant du rossignol à minuit et la pluie matinale », © Bildrecht, Vienne 2013

L'analyse et la quantification des détails selon des critères spécifiques, ci-dessous selon les couleurs et les formes de chaque pièce, empêchent le spectateur de contempler l'œuvre d'art dans son ensemble et d'y reconnaître le chant du rossignol. Urs Wehrli a rangé et trié les éléments du tableau de manière analytique et ordonnée. Il est ainsi possible de connaître le nombre de pièces rouges et noires ainsi que le nombre d'étoiles et de traits présents dans le tableau original. Cependant, la peinture perd son message et sa force en raison de la réorganisation. L'œuvre d'art n'est plus reconnaissable sous sa forme ordonnée, comme si le rossignol s'était tu parce que nous n'entendions plus son chant en considérant uniquement les pièces séparément.



« Mirós Chant du Rossignol aufräumen » d'Ursus Wehrli

Wehrli, Ursus: Chant du Rossignol aufräumen

Publié dans « Ursus Wehrli, Kunst aufräumen », © 2002 by Kein & Aber Verlag AG, Zürich/Berlin

Pour la naturopathie, il est fondamental de comprendre l'être humain dans son intégralité comme le rappelle la contemplation de l'œuvre d'art ci-dessus. En effet, la focalisation sur les valeurs des analyses de laboratoire, sur les fonctions cellulaires individuelles et sur les symptômes isolés a conduit à la perte de cette merveilleuse image globale. L'être humain n'est plus visible en tant qu'œuvre d'art entière.

Du point de vue des sciences naturelles modernes, la naturopathie capture une image relativement « floue » de la situation anatomique et pathologique de l'être humain, mais sait exactement ce que cela signifie pour l'humain et comment l'influencer. La naturopathie tire précisément sa force de ce flou. La connaissance des détails passe au second plan ; c'est l'image globale qui donne le ton.

L'être humain est perçu comme un être vivant dans son intégralité.

CHAPITRE 2

HISTOIRE

2.1. Résumé de l'histoire de la MTE

L'histoire de la médecine commence en même temps que celle de l'humanité. Le développement du mode de vie des hommes se reflète dans la confrontation des deux pôles opposés que sont la santé et la maladie. Les matières premières naturelles d'origine végétale, minérale, animale et humaine sont utilisées par chaque culture pour la fabrication de remèdes et leur utilisation dans le processus de guérison selon leur propre vision du monde.

C'est la pensée magique archaïque qui caractérise la culture des chasseurs-cueilleurs, des bergers et des nomades. L'être humain est totalement connecté à la nature. Il vit au sein de la communauté et se considère comme faisant partie d'un tout. Les rituels organisent la vie commune dans le clan. La vie est un cycle. Le rythme et la relation avec la nature sont des aspects déterminants. La cause et la nature d'une maladie sont considérées comme une perte de l'âme, une punition pour avoir violé un tabou, un message envoyé par les dieux et les esprits ou encore comme une malédiction ou un mauvais sort imposée par la jalousie. Le chaman est le guérisseur de la tribu. Ses outils sont les rituels, la magie, l'imaginaire et l'état de transe. Les plantes sont utilisées comme des amulettes, brûlées

pour produire de la fumée, placées sur le corps ou encore ingérées.

Si les dieux et les esprits ont longtemps été des divinités de la nature, le regard de l'être humain s'est aussi tourné vers les astres au fil de son développement. L'être humain commence alors à chercher des modèles métaphoriques pour expliquer son existence. Avec la conscience mythique, il obtient des images, qui lui fournissent des explications sur les phénomènes naturels.



La vision magique et archaïque du monde qu'a l'être humain façonne sa perception.

En ce sens, les civilisations anciennes les plus avancées utilisaient les principes élémentaires et leurs interactions pour expliquer les processus naturels. Les maladies sont alors attribuées à un déséquilibre de ces forces.

Les systèmes médicaux les plus anciens comprennent l'Ayurveda (créé vers 3000 av. J.-C.) et la médecine traditionnelle chinoise (créée vers 2000 av. J.-C.).

La naturopathie MTE tire son origine de la civilisation mésopotamienne (2000–1000 av. J.-C.). Les premiers textes cunéiformes parlant de remèdes à base de plantes datent de cette époque. Dans les civilisations babylonienne et assyrienne (2000–1000 av. J.-C.), la maladie est chassée par des rituels de purification. L'art de la médecine était associé à un Dieu unique et considérait l'homme comme étant détaché de la nature. Les traditions juives, chrétiennes et islamiques qui en découlent ont façonné la médecine jusqu'au Moyen-Âge et ne perdent leur importance que par la sécularisation et la diffusion croissante des sciences dans la société.



Zone d'influence de la naturopathie MTE et de ses sources. De plus, au cours de la colonisation, de nombreux échanges mutuels avec d'autres continents et cultures ont eu lieu.

Une autre branche de la MTE s'est développée dans l'Égypte ancienne (à partir de 2500 av. J.-C.). Les prêtres y pratiquaient la médecine en utilisant des plantes médicinales et des rituels de purification. Grâce à l'héritage des Égyptiens et à l'influence des philosophes Pythagore, Socrate et Platon ainsi qu'à l'école de médecine de l'île de Kos, l'art de guérir de la Grèce antique est fortement influencé par l'éthique et la philosophie. Dans la Grèce antique, vers 600 av. J.-C., les temples d'Asclépios sont construits comme des lieux de pèlerinage, mais ils constituent aussi les premiers hôpitaux. Le bâton d'Esculape avec le serpent est encore aujourd'hui un symbole pour les médecins et les pharmacies. Il symbolise la polarité avec le serpent, qui se déplace horizontalement (symbole du subconscient et du féminin) et se positionne en même temps à la verticale le long du bâton (symbole de la conscience et du masculin).

La philosophie de la Grèce antique a ouvert la voie à une vision mentale ou rationnelle du monde. De même, les éléments eau, terre, air et feu sont également perçus et décrits de ce point de vue. Ils se valent et sont présents dans chaque chose en pro-

Esculape (du grec ancien: Asclépios), le dieu de la guérison doté d'un bâton et d'un serpent, Musée de la pharmacie de l'Université de Bâle



portion différente. Au Ve siècle av. J.-C., le médecin et philosophe naturaliste Empédocle d'Agrigente formule sa doctrine des quatre éléments. Elle est encore étroitement liée au monde des dieux.

Une théorie des éléments sans interaction avec les dieux a été introduite pour la première fois par Hippocrate vers 400 av. J.-C. Celui-ci se présentait comme un médecin et non plus comme un médecin-prêtre. Il est considéré comme étant le fondateur de la médecine basée sur les sciences naturelles et est également appelé le « père de la médecine ». Il considérait la guérison comme un art et a démystifié la médecine en distinguant le médecin compétent pour les maladies du corps et le prêtre pour les maladies de l'âme. Il a postulé ce qui suit :

« Ce que les éléments sont au macrocosme, les humeurs le sont au microcosme. »

Avec l'avènement de la théorie des quatre humeurs (médecine humorale), la physiologie et la physiopathologie humaines ont pu être expliquées pour la première fois de manière systémique et, sur cette base, une théorie des maladies a pu être développée. Être en santé exige d'atteindre « l'eucrasie », à savoir le bon équilibre des quatre humeurs : le sanguis, le flegme, la bile jaune et la bile noire. Les premiers Romains ont un système médical moins différencié que les Grecs. Ce n'est qu'avec le retour des médecins formés en Grèce que les connaissances sont parvenues à l'Empire romain. Vers 60 ap. J.-C., Pedanius Dioscoride a publié son ouvrage complet « De materia medica », considéré comme le premier inventaire européen des remèdes et qui est resté l'ouvrage de référence de la pharmacologie pendant les 1500 années suivantes.

Le médecin grec Claude Galien, qui a longtemps exercé comme médecin à la cour impériale de Rome, est considéré comme le médecin le plus important de l'Antiquité après Hippocrate. Au IIe siècle apr. J.-C., il consigne les théories de la médecine humorale sous une forme écrite et définitive. Il a laissé derrière lui de nombreux écrits sur la médecine, la philosophie et l'éthique. Galien a mis l'accent sur les soins du corps et de l'esprit, la responsabilité individuelle et la prévention des maladies. Il a établi pour la première fois un

lien rationnel entre les plantes et leurs effets pharmacologiques. Le terme « galénique » désignant « l'enseignement des formes pharmaceutiques » (aujourd'hui appelé « technologie pharmaceutique ») honore Galien encore aujourd'hui. À la fin du IIe siècle apr. J.-C., des médecins grecs bien formés, qui soignaient et traitaient les patients selon les règles de la médecine humorale, ont pris en charge les soins de santé. Ils utilisaient leurs



Mort par la peste, gravure sur bois du XIXe siècle, artiste inconnu

connaissances des plantes médicinales en combinaison avec l'hydrothérapie dans les bains publics, les massages et la chiropraxie (« rebouteux »).

L'épidémie de peste européenne en 543 a contribué à détruire complètement le système médical de l'époque.

Après l'effondrement de l'Empire romain, la médecine a été reprise et développée dans la région arabe (qui s'étend de l'Afrique du Nord à l'Ouzbékistan) par les Syriens, les Perses et les Arabes. L'apogée de la médecine arabe orientale est attribué à Avicenne, qui était considéré comme un génie universel et un philosophe de la médecine en Perse et en Europe. Son œuvre, rédigée en l'an 1000 apr. J.-C., couvre l'ensemble du savoir médical de l'époque et traite de l'anatomie, de la médecine interne, de la chirurgie, de l'obstétrique, des maladies générales (traité sur les fièvres) et de la pharmacologie. L'expansion du christianisme en Europe est allée de pair avec le déclin de la civilisation gréco-romaine, qui était une civilisation avancée. En plus de fournir des soins à la population, les monastères du Moyen-Âge copiaient et traduisaient les ouvrages anciens. Les moines linguistes travaillaient sur les textes étrangers qui parvenaient en Europe par les Templiers ou via les routes commerciales. C'est grâce à eux que ces écrits anciens n'ont pas été perdus. Les mythes celtiques et germaniques ont perdu de l'importance avec la christianisation : les bosquets sacrés, les sources et les rochers ne devaient plus être vénérés et les arbres sacrés ont été abattus. Les décrets impériaux de Charlemagne vers 800 apr. J.-C., prescrivant la culture des plantes médicinales méditerranéennes par les monastères et les paysans, ont supplanté les connaissances médicales des Celtes et des Germains qui étaient liées aux plantes locales.

Il est à peine question des femmes dans toute l'histoire de la médecine. La célèbre abbesse Hildegarde de Bingen fait exception. Au XIIe siècle, elle intègre les connaissances celtiques et germaniques ainsi que les idées d'éléments et de qualités dans ses œuvres.

La médecine monastique prend fin brusquement lorsque les moines et les nonnes se voient interdire toute activité de soin par les dirigeants de l'église en 1130. La médecine est alors enseignée comme « médecine scolastique » dans les écoles de Bologne, d'Oxford, de Padoue et de Paris. Les femmes n'ont alors pas accès aux universités. Comme toujours, elles sont les représentantes de la médecine populaire. Des femmes (et des hommes) possédant une grande connaissance de la médecine et ayant des dons de médium ont perpétué la pensée magique et mythique en tout temps. La transmission orale au sein de la famille ou d'un cercle d'initiés a permis de transmettre le savoir de façon pérenne. Ancrées dans la médecine populaire, ces femmes (et ces hommes) doivent exercer leurs activités en secret avec l'avènement du christianisme. L'Église décrit alors leur art de guérir comme de la sorcellerie hostile à Dieu et la qualifie d'œuvre du diable. Elle tente de l'éradiquer en brûlant les « sorcières ».

Au XVIe siècle, Paracelse, fervent critique de la médecine galénique pratiquée à l'époque, a fait bouger le paysage médical. Il s'est battu avec acharnement contre la méthode d'apprentissage consistant à apprendre par cœur, qui était enseignée dans les universités. Déçu par la médecine universitaire de l'époque, Paracelse était ouvert aux méthodes de médecine non conventionnelles et convaincu que le soignant devait passer par l'examen de la nature. Au fil de ses nombreux voyages, il a rassemblé les connaissances

des sages-femmes, des herboristes et des paysans. Il a ensuite développé la théorie des signatures, un constituant majeur de la médecine populaire. La théorie des éléments était très importante pour lui, mais il appelait les éléments des forces et ne parlait plus des humeurs. Paracelse définissait une force vitale comme une « archée », une force vivante, spirituelle et créatrice, inhérente à toutes les choses vivantes et qui permettait à l'être humain de façonner sa vie.

Paracelse a formulé un principe d'interaction entre le microcosme (être humain) et le macrocosme (environnement). Il a décrit la manière dont un médicament était lié à la maladie qu'il traitait. Il est également considéré comme le fondateur de la chimie. Sa déclaration la plus connue, qui est toujours valable aujourd'hui, est la suivante :

« Tout est poison, rien n'est sans poison. C'est la dose qui fait le poison. »

La diffusion de la distillation à la fin du XVI^e siècle a ouvert de nouvelles possibilités pour la fabrication de médicaments. C'est la pensée mystique qui anime l'alchimie. Il en résulte le développement de la spagyrie qui, avec ses étapes de division, de purification et d'unification, veut préserver non seulement les aspects matériels, mais aussi l'esprit représenté par la plante et son essence dans le remède.

Avec l'avènement du siècle des Lumières (XVIII^e siècle) et la révolution scientifique, la naturopathie a perdu de son importance. Ce qu'on ne peut pas expliquer rationnellement n'existe pas. C'est l'esprit qui a le pouvoir. La pensée s'est réduite de plus en plus aux aspects matériels. Avec l'industrialisation, l'exploitation et la pollution de la nature ont pris une nouvelle dimension. L'air vicié, la dénaturation de l'alimentation et le manque d'espace ont rendu la vie difficile à la population urbaine. Les individus ont commencé à se rappeler des vertus de la nature. Les différents mouvements de transformation de la



La Macrobiotique par C. W. Hufelandici, livre connu également sous le titre «L'Art de prolonger la vie», extrait de la page de titre, impression de 1860

vie (p. ex. Monte Verità) ont émergé et se sont exprimés, d'une part en politique (mouvement ouvrier, mode de vie naturel, coopératives) et, d'autre part, dans les soins de santé et la médecine. Le terme naturopathie remonte à cette époque. Un de ses représentants importants s'appelait Christian Wilhelm Hufeland. Il exerçait la médecine humorale et était réceptif aux nouvelles disciplines médicales (homéopathie, acupuncture, etc.). Il considérait le naturopathe comme un serviteur de la nature et mettait la force vitale au premier plan (vitalisme). À la fin du XVIIIe siècle, il a écrit son ouvrage « La Macrobiotique ou l'art de prolonger la vie ». Il réintroduisit également l'explication selon laquelle le déséquilibre des humeurs et leur pollution étaient à l'origine de la maladie. Le concept de désintoxication repose sur l'idée selon laquelle l'élimination des déchets et des toxines favoriserait le processus de guérison individuel et activerait les forces d'autoguérison. Jusqu'à aujourd'hui, la désintoxication jouit d'une longue tradition dans notre culture. Samuel Hahnemann, disciple de Hufeland, a établi la règle de similitude « Similia similibus curentur » et fondé la théorie de l'homéopathie sur ce principe.

Le passage définitif de la médecine humorale à la médecine moderne s'est produit au XIXe siècle. En 1858, Rudolf Virchow formule son principe de pathologie cellulaire, qui ne place plus les fonctions corporelles au premier plan, mais y place plutôt les aspects matériels des organes corporels. La maladie et son traitement ont lieu exclusivement au niveau des cellules et des tissus du corps.

Grâce à la nouvelle vision de la médecine et du corps, la science est capable d'isoler individuellement les ingrédients curatifs des plantes médicinales. Elle peut aussi expliquer leurs effets au niveau du métabolisme et même les reproduire de manière synthétique. À l'inverse, les connaissances empiriques, l'intuition et la pensée holistique perdent en importance.

La naturopathie a été relancée par les réflexions naturalistes de Johann Wolfgang von Goethe au XIXe siècle. Des personnalités exceptionnelles telles que Vincenz Priessnitz, Sebastian Kneipp, Emanuel Felke, l'herboriste Künzle et le nutritionniste Maximilian Bircher-Benner marquent encore aujourd'hui la naturopathie. Rudolf Steiner a repris la théorie des principes, la théorie des signatures, l'astromédecine et développé l'anthroposophie. La thérapie par les fleurs de Bach est basée sur les perceptions intuitives du Dr Edward Bach.

Au XXe siècle, la médecine et la pharmacie ont connu de grands succès en médecine d'urgence et en chirurgie. Cependant, du point de vue de la MTE, en raison de leur approche linéaire et analytique des causes, elles favorisent des problèmes systémiques de plus en plus importants (p. ex. les allergies, les maladies dégénératives chroniques, le cancer, les maladies auto-immunes et les maladies nerveuses). En raison de la spécialisation et de la distance prise par rapport à la vie quotidienne, la médecine d'aujourd'hui a perdu son âme. Ainsi, au cours des dernières décennies, encouragée par les progrès de la médecine, la population a cru que la santé pouvait s'acheter comme une marchandise et que le corps pouvait être réparé comme une machine. La médecine de la transplantation reflète ces aspirations démesurées. Les limites et les problèmes de ce développement sont désormais évidents au XXIe siècle. En conséquence, de nombreuses personnes aspirent aujourd'hui à retourner à des moyens plus humains pour être en santé et se maintenir dans cet état.

2.2. Médecine populaire

Histoire de la médecine populaire

A l'époque, les médecins étaient souvent inaccessibles pour la population rurale et leurs services étaient généralement trop onéreux. Le traitement des gens et des animaux reposait donc sur les guérisseurs locaux et les connaissances transmises de génération en génération au sein de la famille. Les guérisseurs (bergers, herboristes, rebouteux, barbiers, médecins paysans, etc.) n'apprenaient pas leurs connaissances et leurs méthodes dans le cadre d'une formation académique, mais grâce à la tradition et à leurs propres expériences. Ils étaient enracinés dans la culture régionale, dans la société, dans les coutumes et dans les légendes locales.

Avec l'invention de l'imprimerie, des manuels de médecine populaire se sont ajoutés à la tradition orale et à la pratique traditionnelle, ce qui a permis de diffuser davantage les connaissances, p. ex. « Chrut und Uchrut » (Bonnes et mauvaises herbes) du curé-herboriste Künzle en 1911.

Méthodes de traitement populaires

L'élément le plus connu de la médecine populaire est l'utilisation de plantes médicinales. Cependant, des minéraux, des substances animales et humaines ou des aliments ainsi que diverses méthodes diaphorétiques ou purgatives, ainsi que l'hydrothérapie, le secret, l'imposition des mains, le pendule, le port d'amulette, etc. sont également utilisés. De nombreuses méthodes de guérison religieuses et magiques proviennent de l'ancienne médecine des semblables (en allemand : Sympathiemedizin), qui perçoit le monde en analogie et avec le ressenti. Le guérisseur entre en contact avec les forces à l'origine des phénomènes naturels afin de pouvoir les utiliser et les influencer. Le monde et l'univers tout entier sont interconnectés ; l'être humain en fait partie à l'instar de chaque pierre ou plante (Natura magica).



Le médecin de campagne prend le pouls de la patiente et examine les urines. Egbert de Heemskerck (1634–1704), Musée de la Pharmacie de l'université de Bâle



Timbres du Sanctuaire d'Einsiedeln, Suisse.

Ces petites images à avaler étaient consommées jusqu'au XXe siècle en cas de problèmes de santé ou dans d'autres situations d'urgence pour obtenir le soutien des saints. Musée de la pharmacie de l'Université de Bâle

La médecine populaire comprend également, aujourd'hui encore, des éléments de la médecine humorale (p. ex. le concept de « purification du sang »). La tradition des soins de santé, l'utilisation de plantes médicinales sous forme de tisane ou de compresses, les mesures thérapeutiques telles que les bains et les enveloppements sont naturellement encore présents dans la vie quotidienne. Ces connaissances en matière de naturopathie sont beaucoup plus anciennes que les aspects scientifiques de la médecine. Dans la tradition de la médecine populaire, ce n'est pas (seulement) la composition chimique d'une plante ou les processus biochimiques du métabolisme humain qui sont déterminants, c'est aussi la manière dont un remède est choisi, fabriqué et utilisé.

« De nombreux peuples ont l'habitude de passer des heures à secouer, froter, fouetter, prier et effectuer d'autres traitements rituels pour éveiller l'esprit en médecine. (...) C'est toujours l'esprit de la plante qui guérit, pas la substance, comme le pensent les scientifiques. Paracelse parle de préparer la quintessence du remède, le principe spirituel invisible, au-delà des éléments tangibles. »¹

Comme ses effets ne peuvent pas être prouvés ou expliqués d'un point de vue scientifique, la médecine populaire est aujourd'hui souvent classée dans la catégorie de la magie, de l'ésotérisme, de la superstition ou du charlatanisme. Elle se trouve dévalorisée comme relevant de la « pure question de croyance ». Cependant, si nous considérons l'importance des connaissances de la médecine populaire, par exemple s'agissant des théories de Paracelse, il est évident que celle-ci se nourrit précisément du mélange de croyances archaïques, du lien avec la nature, de la religion et de rituels magiques. Paracelse n'hésitait pas à interroger les herboristes, les sorcières, les bergers et les paysans.

La maladie du point de vue de la médecine populaire

La médecine populaire ne considère pas la maladie comme une modification des processus anatomiques ou biochimiques dans le corps, mais comme la présence d'une grande ouverture sur un monde surnaturel et incompréhensible. Elle porte en elle des connaissances intuitives de la nature. Toute personne qui tombe malade doit réactiver son lien avec la Terre-Mère. L'art de guérir ne concerne pas seulement son propre corps, mais également le macrocosme auquel l'être humain fait partie. Chaque être vivant dépend du cycle de la nature, qui rend la vie humaine possible, mais qui entraîne aussi la décomposition et le caractère éphémère de la vie. Toute personne qui veut rester en santé doit respecter les lois de la nature. La maladie est interprétée comme une perturbation de l'équilibre naturel entre les forces terrestres et célestes que les guérisseurs, les chamans, les sorcières et les herboristes peuvent influencer.

Les maladies sont souvent perçues comme la manifestation de démons. Ces derniers se nourrissent de la force vitale des personnes malades et ils ne peuvent pas être simplement détruits, car ils réapparaissent alors sous la forme d'autres maladies ou chez

1 Wolf-Dieter Storl, Mechthild Scheffer : Les plantes de l'âme d'Edward Bach, Irisana Verlag 2007

d'autres personnes. Les démons doivent être chassés du corps à l'aide de différents rituels. Par exemple, le démon de la maladie est chassé par des chants, chassé dans un trou d'arbre ou happé par les branches d'une haie à travers laquelle la personne malade a rampé.

Une plante, administrée comme un médicament approprié, incite la maladie à quitter le corps. Par exemple, la personne malade boit une tisane qui fait transpirer et la maladie est éliminée par transpiration.

*« En cas de goutte, au printemps, on saisit de la main droite la branche d'un arbre vert, souvent le sureau (*Sambucus nigra*) et on prononce la phrase suivante : Je te sais, branche verte, éloigne de moi le lourd fardeau, la déchirure, l'affaiblissement et la goutte, à toi d'avoir tout cela et pas moi. »²*



Chapelle Saint-Maurice de Schötz, Suisse.

En cas de douleurs aux jambes, la personne souffrante met le membre atteint dans un trou situé derrière l'autel et sollicite l'aide de saint Maurice.

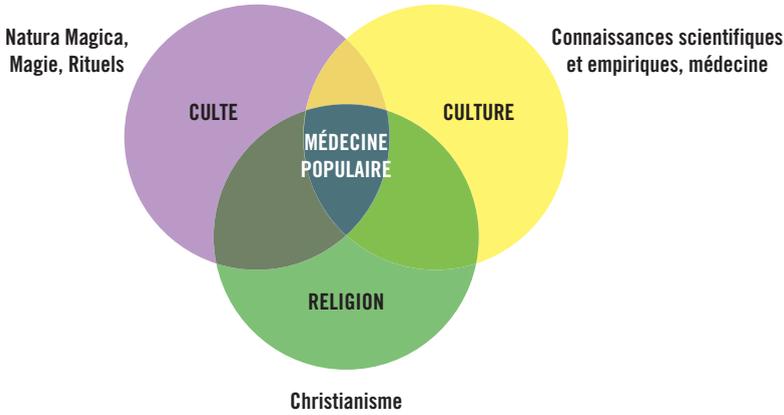
Rythmes de la vie

Cette façon de voir implique également une prise de conscience accrue des cycles que nos vies suivent. Les différents rythmes de la vie, le déroulement de la journée et de l'année, l'alternance de l'activité et du repos, la tension et la détente, le cycle physique de veille et du sommeil, sont autant de rythmes qui marquent le chemin vers le maintien de la santé et la guérison.

Avec les fêtes annuelles, les gens célèbrent ces cycles et leur intégration dans la nature, tout en satisfaisant leur besoin humain de rituels. Les signes du zodiaque et l'orientation d'après les phases de la lune, par exemple la lune croissante et la lune décroissante, ont également une grande importance.

Les guérisseurs connaissent les herbes et les racines qui poussent localement, leur emplacement et leur rythme de croissance. Ils connaissent également les propriétés pharmacologiques et les aspects énergétiques des végétaux. Ils savent comment soulager les contractions, redonner de l'énergie aux femmes affaiblies après l'accouchement ou prévenir une grossesse non désirée. Ils savent aussi comment préparer des potions magiques, d'amour notamment, et comment utiliser les plantes enivrantes ou toxiques.

² Denz-Tschaikner, Magie au quotidien, croyance dans les sorcières et naturopathie dans la forêt de Bregenz, livre d'accompagnement de l'exposition Déesse – Sorcière – Guérisseuse, Contributions d'Innsbruck aux sciences culturelles, Innsbruck 2004



Positionnement de la médecine populaire, impactée par la culture, la religion et les cultes

Ils récoltent des herbes médicinales dans la forêt, les mélangent dans des chaudrons fumants et créent dans leur cuisine de puissants remèdes à base de plantes. Ils sont les gardiens et les gardiennes des secrets de la guérison. Les connaissances des femmes, qui sont souvent décrites comme des sorcières, représentent également la sensualité et la spiritualité féminines et comprennent le traitement des aspects obscurs de la vie. Des éléments magiques, des allusions mystérieuses et des oracles relevant de la culture des sorcières sont intégrés à la médecine populaire.

Les femmes avec des dons de médium et une grande connaissance de la médecine étaient qualifiées de sorcières (surtout au Moyen-Âge). Leur pensée découlait de la religion de la nature issue de Gaïa, la généreuse Terre-Mère. L'ancienne recette des femmes herboristes, tirée des cultures celtique et germanique, est de faire corps avec la nature. Si cette unité est perturbée, la personne concernée tombe malade. Les techniques chamaniques que l'on connaît aujourd'hui en Sibérie, au Mexique ou dans la culture amérindienne, relèvent naturellement de cette tradition de guérisseuses.

Ces connaissances et cette attitude face à la vie sont incompatibles avec les théories de l'Église et ont donc constamment été persécutées et réprimées. Néanmoins, beaucoup de choses ont pu être conservées, notamment parce que la population rurale a perpétué ces connaissances jusqu'à aujourd'hui.

CHAPITRE 3

NOTIONS

3.1. Définition de la MTE

« La naturopathie est l'art de guérir selon les lois et avec les moyens de la nature. Elle se définit moins par ses méthodes que par son mode de pensée sous-jacent. »

FRIEDEMANN GARVELMANN

La dénomination *médecine traditionnelle européenne (MTE)* n'est pas utilisée dans la littérature ancienne relative à la naturopathie. Cette dénomination a été inventée dans les années 1990 par des naturopathes qui, en plus de leur activité thérapeutique, travaillaient également en tant qu'enseignants au titre de la formation initiale et de la formation continue pour former des naturopathes et des médecins. L'appellation sert tout d'abord à différencier la MTE des disciplines du champ de la naturopathie déjà bien définies et structurées comme la médecine traditionnelle chinoise (MTC), l'Ayurveda ou l'homéopathie. Elle montre ensuite l'ambition d'intégrer les connaissances millénaires de notre culture médicale dans la médecine naturelle moderne des XXe et XXIe siècles. Le vaste champ couvert par les thérapies relevant de la naturopathie est aujourd'hui ingérable et déroutant pour de nombreux patients. En conséquence, il existe un fort désir d'un concept médical global et holistique, qui intègre la richesse des connaissances et l'expérience accumulée à une base philosophique tout en associant les méthodes de diagnostic et les concepts thérapeutiques appropriés. Un tel concept a aussi existé en Europe pendant plus de 2000 ans. Il n'a été remplacé qu'au cours des 200 dernières années par le modèle de pensée et de travail de la médecine conventionnelle d'aujourd'hui.

La MTE n'est pas une médecine complémentaire

Le terme MTE³, désormais établi dans l'espace germanophone, désigne un système médical compris et enseigné rationnellement ; il associe les racines traditionnelles de la médecine avec les connaissances et les modèles de pensée « modernes ». Il intègre les procédés diagnostiques et thérapeutiques compatibles avec la MTE.

3 Les termes synonymes sont NTE (naturopathie traditionnelle européenne) ou MOT (médecine occidentale traditionnelle).