

Boîte à rythme

# Ce que révèlent vos pouls !

PAR FRÉDÉRIQUE DENIS

En Inde, en Chine, au Tibet, en Égypte et même en Europe, la lecture des pouls est employée comme technique de diagnostic holistique. Elle permet de soigner l'homme sur ses trois plans : organique, émotionnel et spirituel.

**E**n médecine traditionnelle chinoise, quatre éléments sont nécessaires pour établir un diagnostic de l'état de santé d'une personne : l'interrogatoire, l'examen visuel et le palper du corps, l'examen de la langue et la prise des pouls. Un traitement sera alors mis en place par le praticien en fonction du résultat de ces quatre examens. Conseils diététiques, phytothérapie, massage, pose de ventouse et moxas ou acupuncture. L'examen du pouls (battement d'une artère perceptible à travers la peau) a pour but de mesurer l'état de l'énergie interne du corps. Le pouls se prend essentiellement au poignet. C'est le pouls radial, le plus précis. Mais le praticien peut aussi prendre d'autres pouls. Au

dos du pied, derrière la cheville, sur les carotides (cou) et les coudes, et ce, pour compléter le diagnostic. La mesure du pouls est une mesure éphémère et complexe. Elle est prise à un moment précis et renseigne donc sur le niveau d'énergie à un instant donné. Il peut être complètement différent à un autre moment de la journée. Pour avoir le diagnostic le plus précis, on le prend au repos, la personne assise face au praticien, les coudes pliés, les poignets libres, sur un coussin ou allongée. *"La médecine chinoise est basée sur la théorie des opposés. Ils sont complémentaires. On compare les quantités et les qualités. Au repos, la lecture du pouls mesure les notions de yin et de yang (principe féminin et masculin), intérieur et extérieur,*