Caroline Damour

BIEN NAÎTRE

Les points d'acupuncture clés pour la grossesse, l'accouchement et après



Collection Zú Shān 84

Copyright 2022
Caroline Damour
Tous droits réservés

Avertissement
Cet ouvrage est un outil de travail, d'information et de transmission. L'auteur ne préconise pas une auto-médication et ne peut être tenu pour responsable des traitements donnés sur la base des informations contenues dans ce livre. Les personnes non informées et non qualifiées, intéressées par les traitements exposés dans cet ouvrage sont invitées à consulter un professionnel de la santé qualifié en Médecine Traditionnelle Chinoise.

BIEN NAÎTRE
Caroline Damour

Les points clés de l'acupuncture pour la grossesse, l'accouchement et après

Texte et photographies: Caroline Damour
Enseignement et calligraphie : Kar Fung WU
Dessin et trajet des méridiens: Laurent Mathelié

Au Centre du Souffle
12 rue Bellevue - 64200 Biarritz
arcalotchi@hotmail.com

Aiguilleur de Santé, Caroline Damour enseigne
la médecine traditionnelle chinoise et les arts martiaux internes
à Biarritz, Paris et tout autour du monde sur un voilier,
notamment en Grèce et en Italie.



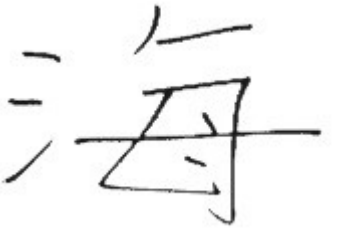
Je remercie du fond du cœur tous ceux qui ont contribué, de près ou de loin, à l'élaboration de ce livre. Tout d'abord, Kar Fung WU, mon maître enseignant en médecine traditionnelle chinoise et Madame Suzanne de Béarn, sage, très sage-femme qui a mis au monde ma fille et plus de 10 000 bébés dans le Périgord noir. Sa clinique parentale a été une exception française. Que cette exception, un jour, devienne la règle !

« Chaque enfant qui vient, c'est le premier matin du monde. »
Suzanne de Béarn – Sarlat mai 1997 - Photo Michel André

L'eau de vie



Traversée de l'océan Atlantique



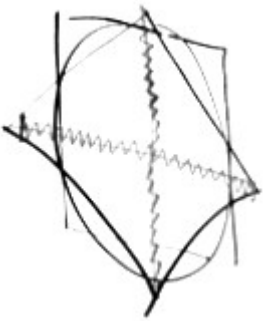
hăi = la mer
Un idéogramme en deux clés d'écriture : l'eau et la cellule souche divisée. Hăi vient de haïm qui est la vie en hébreu.

« *Vous êtes le sel de la terre.* »
Les larmes, la sueur, le liquide amniotique... les eaux du corps humain sont salées comme l'océan.



Quartz vert du Fleuve Jaune





La forme du périnée

« *Vous êtes la lumière du monde.*»
Une âme, qui s'apprête à s'incarner, va téléguider une rencontre entre un homme et une femme. Les cristaux d'hormone mâle, la testostérone, sont pointus comme des flèches de cristal tandis que les cristaux d'hormone féminine, l'œstrogène, prennent la forme du losange, la figure géométrique du périnée et de ses huit tendons d'attache.

Neuf mois – dix lunes - 280 jours



Nuit de pleine lune dans le ciel de Bodhgaya en Inde - 2007



Nuit de printemps dans le ciel de Biarritz en France - 2010

L'âme choisit sa mère. L'âme choisit son père. Trois mois avant l'acte de la conception, elle va tourner autour de sa future maman, attirée par la longueur d'onde de son utérus (l'ut-terre-us - l'ut de la note do – la terre où prendre racine – us comme le nous en anglais). Ainsi, le bébé qui vient au monde a déjà un an !
Aux premiers temps de la fécondation, l'âme fait des allers retours entre ciel et terre-mère. Ensuite, l'âme fait son nid et c'est le temps de la nidification. Puis elle accepte son incarnation, fait son premier geste et c'est le temps de la gestation. Alors, l'embryon, enfant de lumière devient fœtus, fils de chair, d'os et de sang.

Du cosmos à la terre, de la lumière à la matière

Il était une fois une âme qui avait souhaité prendre un corps de chair. Pourquoi dit-on que les garçons naissent dans un choux et les filles au cœur d'une rose ? Pourquoi ces cigognes venant livrer un nourrisson à la pointe de leur bec ? Pourquoi l'Immaculée Conception ? Autant de contes et de traditions où on raconte l'histoire d'un enfant conçu par « l'ADN de la lumière ». Partout sur Terre, de Jésus à **弘仁,** Hong Ren, le troisième patriarche de la Chine, il existe de jeunes vierges qui enfantent et des bébés nés « par l'opération du Saint esprit ». La science peut bien tenter de compter le nombre exact de spermatozoïdes, il semble que la vie ne passe pas forcément par un rapport intime et une éjaculation.



« *L'embryologie*
est un big bang cellulaire. »
Docteur Olivier Soulier

L'eau de mer – L'eau de vie – Photo D.Feniès

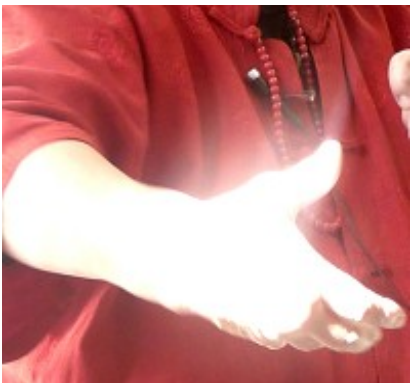
L'auto engendrement, l'inexplicable... il restera toujours ce que le grand maître chinois fondateur du Daoisme, **老子,** Lao Zi, nomme le **原氣**, yuán, le **氣**, qì, des origines, le mystère des mystères.

Retour à cette rencontre très sympathique orchestrée par une âme en quête d'un utérus (« le palais de l'enfant » en chinois). La trompe va se pencher sur l'ovaire pour le capter. L'ovule, prêt pour la fécondation, attend les candidats. Chaque éjaculation contient jusqu'à 400 millions de spermatozoïdes qui se précipitent dans la trompe en direction de l'énorme ovule. La centaine de spermatozoïdes qui parvient à franchir les premières étapes, cherche à percer la membrane de l'ovule, le faisant lentement tourner dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.

Six spermatozoïdes comme les six sens

Selon la vision énergétique de la conception, sur 100 000 spermatozoïdes seulement six peuvent traverser la membrane embryonnaire. Et c'est l'ovocyte qui va choisir un de ces six. En référence à ces « six spermatozoïdes comme les six sens », il existe, dans la tradition de la médecine bouddhique, un grand texte qui s'intitule « le sutra du cœur » et qui évoque cette âme artiste privilégiant un sens ; l'œil du peintre, l'oreille du musicien, le nez du parfumeur (ou du mathématicien), le palais du cuisinier, le toucher du masseur, le Yi des belles intentions du philosophe. A l'être humain pleinement incarné de développer son sens de naissance (le don de la clairvoyance ou de la claire-audiance...) puis de visiter, accueillir et creuser les cinq autres !

Quel élan pousse le spermatozoïde à faire sa ronde (il va tourner 27 fois!). Quelle force le conduit à déverrouiller « la porte sans porte », à pénétrer dans l'ovule, à y introduire son patrimoine génétique, à refermer la porte pour empêcher les autres candidats d'entrer? Quelle intuition donne à l'ovule la possibilité de créer une entrée, de s'ouvrir et d'accueillir tel ou tel spermatozoïde ?



Le souffle, poussière d'étoiles

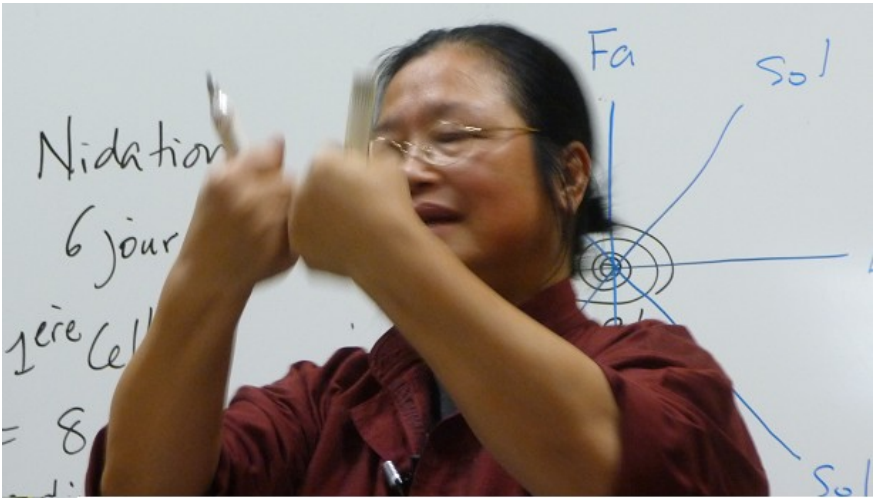
« Le souffle est le mouvement de l'âme, l'énergie est l'essence de toute vie. Le souffle énergétique est celui que reçoit l'embryon humain. Il génère notre construction corporelle dès la conception et gouverne notre vie intérieure pour nous relier directement aux souffles primordiaux de l'univers cosmique. » Kar Fung WU

Le papillon et la libellule

« Un battement d'ailes du papillon peut changer l'ordre du monde ». Le papillon est palpitation, vibration, le symbole de l'énergie d'amour. Le papillon bat des ailes, attiré par la fleur tandis que la libellule est attirée par l'eau.

La libellule est mouvement, élan vers l'autre, le symbole de la tendresse. Elle descend vers l'eau en piqué oblique. Quand elle arrive à quelques millimètres, l'eau rentre en vibration, elle l'effleure de la bouche et son souffle va créer un bouleversement, un tremblement de terre, une explosion. Ce qui se produira lors de la conception : un coup de foudre entre les énergies du père et de la mère, la concentration de deux molécules d'amour et de tendresse.
L'embryon est le réceptacle de ces énergies. L'énergie d'amour, en tant que molécule, est une énergie créatrice.
Avant sept semaines, c'est la danse des rubans, des 108 courants énergétiques, des 108 libellules. Après commence la gestation. L'amour a 365 points d'appui, 365 papillons sur ces 108 rubans. C'est le rôle de l'acupuncture de re-déclencher les énergies en ces points, de réveiller la mémoire embryonnaire. Le toucher est très important car il faut placer le bon doigt sur le point juste du corps qui est un instrument de musique.
Pendant les sept premières semaines, avant la formation du corps vital, les courants énergétiques dansent dans le bassin de la mère (qui compte six couches énergétiques parallèlement aux six niveaux du cerveau) selon des mouvements de spirales et d'ondulation, le souffle vital danse le grand huit : c'est le tohu-bohu sans structures et sans contenus. Ces semaines énergétiques sont nécessaires à la formation de l'embryon. Après un parcours terrestre, l'âme passe sept semaines dans le Bardo (le purgatoire chrétien) avant de rejoindre la lumière. L'énergie d'amour de la prière aide alors l'âme dans son ascension, comme elle l'a aidée dans son incarnation. ».
Extrait d'une conférence de Kar Fung WU La mémoire sonore embryonnaire et la vibration originelle de la vie

Le corps embryonnaire
Pendant neuf mois, le souffle vital creuse et trace, en long et en large, à travers les différentes couches tissulaires, son parcours en 108 canaux énergétiques. Parmi ces 108 canaux énergétiques (Jīng Luò), 26 sont tracés longitudinalement (Jīng). Ils assurent le travail d'équilibre neuro-psychique et bio-physiologique, tandis que les parcours (Luò), transversalement tracés, développent les qualités humaines et l'expression nuancée de l'être intérieur.

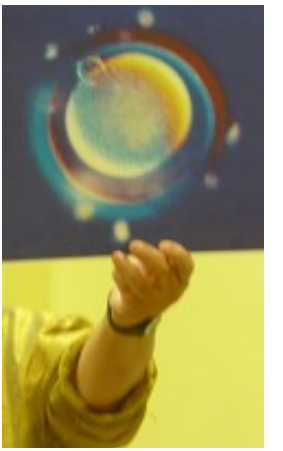


La première division cellulaire

Il existe « un fil d'or » entre l'ovule et le spermatozoïde. Ce fil, à la fois corde de lumière et onde vibratoire, est le premier des 8 Vaisseaux Merveilleux. Il se nomme **任 脉,** Rèn Mài ou Vaisseau Conception. Il tisse un lien entre le spermatozoïde et l'ovule, il participe à la fusion de leur noyau, une fusion qui va dégager de la chaleur et l'énergie suffisante pour orchestrer la division.
« *Après le Vaisseau Conception, couloir de l'âme et de la transparence du ciel, vient le Vaisseau Gouverneur. Il donne le premier tracé, une ligne primitive médiane sans la matière, le trait qui précède la matérialité, la trame où la matière va s'accrocher.* »
A ce stade, la vie reste invisible. Les peintres chinois ont cette nostalgie, ils tracent des contours pour faire émerger la plénitude.
Retour au premier jour. L'ovule fécondé reste 24 h sans se diviser. Il double en densité avant de se dédoubler. Le temps pour la ligne médiane de devenir ligne de gravitation. Le temps d'une dilatation pour individualiser les deux premiers tracés (devant le Vaisseau Conception, derrière le Vaisseau Gouverneur). Le temps d'installer une circulation énergétique, le premier mouvement de vie, le premier mouvement respiratoire ou respiration ovoïde destinée à préserver ces deux premiers vaisseaux.
Au deuxième jour de la cellule souche, il y a un craquement du noyau profond et une première division cellulaire qui s'opère, à partir d'un point d'appui qui n'est autre que le noyau de la cellule.

Le noyau va laisser une trace physique entre la deuxième et la troisième vertèbre lombaire. C'est le nœud de Hensen (du nom du docteur Hensen qui l'a découvert) et un grand point d'acupuncture :

命門, mìng mén, 4 Vaisseau Gouverneur.
La porte de l'axe de la vie,
la mémoire de la cellule souche



La cellule souche

La cellule se divise en deux, en quatre, en huit, en seize, en trente-deux, en soixante quatre (tandis qu'une cellule cancéreuse se multiplie). Cette division est à l'origine des 60 premiers points d'acupuncture et de l'étape de la morula. Les cellules vont se diviser puis les organes vont se former par la concentration des molécules d'énergie au point de rencontre des courants.

L'ovaire, l'ovule et la division cellulaire

Une femme « en règle » ovule au quatorzième jour de son cycle. Ce précieux jour de l'ovulation, soit la femme décide d'enfanter soit elle réalise « une œuvre de beauté », peindre, écrire un poème, jouer du piano, faire un bouquet... En anatomie énergétique, l'ovule est sacré. Pas question alors de prendre un contraceptif ou de supprimer l'ovulation qui donne à la femme la capacité de renouveler ses cellules et lui offre, chaque mois, la possibilité de se rappeler qu'elle a été conçu, qu'elle a choisi de s'incarner, qu'elle est vivante.

Avant de tomber enceinte, une femme qui a pris la pilule, va faire un nettoyage physique avec des plantes, le champignon **灵芝**, líng zhī, en particulier, pour retrouver l'alchimie d'un corps sans chimie. La future maman pourra aussi réaliser un rituel de « pardon » pour toutes les années où l'ovulation a été empêché par la pilule. Autre sujet de réflexion : la péridurale est l'injection d'un anesthésique local, au niveau de la colonne vertébrale (souvent au précieux mìng mén, 4 VG).



lǔan, l'ovaire la mémoire de l'éternité

Au commencement, il y a la voie du juste milieu.
La conscience spirituelle et la voie du juste milieu étaient ensemble.
La voie du juste milieu est la conscience spirituelle.

Au commencement, ce fut le logos.
Le logos était avec Dieu. Le logos était Dieu.

La pathologie énergétique et l'écoute rythmique

L'acupuncture ne travaille que sur l'embryon et la vie intra-utérine.
Toutes les pathologies incurables remontent à l'étape embryonnaire. Il faut pouvoir remonter à l'origine de la conception. La mémoire de l'âme est dans l'inscription embryonnaire. La perfection cosmique du commencement reste dans le tracé embryonnaire. « Nous avons été dessiné parfait ». Il est essentiel de toucher cette perfection, l'éternité (du **陽**, yáng) et la plénitude (du **陰**, yīn), avec le **氣功,** qì gōng, la méditation.
Si au sixième jour de la vie prénatale, maman vit un événement traumatique, ce traumatisme va casser la rythmicité initiale et l'onde de choc transmise à l'enfant en devenir va inscrire une fragilité sur les cellules en formation à l'instant même. Plus tard, ce bébé développera peut être une maladie auto immune.
Toute maladie traduit une faille du rythme. Une micro-coupure, une rayure sur le disque. Comment aborder une pathologie prénatale issue d'une cassure rythmique ? Pour traiter une telle lésion, un lieu défectueux, une rupture psychique ou mentale, l'acupuncteur a ses capteurs, des points d'écoute et de pulsation. Seule une oreille fine, un œil ouvert peut remonter vers l'origine d'une pathologie intra-utérine et réparer « la prime ressource initiale » de maman. « Quand le fils est malade, on soigne la mère ». C'est une grande règle de la médecine traditionnelle chinoise. Ponctuer un point, retracer des lignes, proposer à maman des cours de chants pré-nataux, d'éveil musical, de **氣功,** qì gōng, pour ne pas avoir, un jour, à donner à un enfant handicapé des médicaments chimiques.
C'est la magie de cette médecine et son mystère. Elle sait empêcher que les choses n'arrivent, elle propose à chacun de reprendre le fil de son histoire comme s'il n'avait jamais été brisé ou dévié.

De la formation embryonnaire à la construction du fœtus

A partir du sixième jour, l'embryon tourne en spirale autour de son centre. Il s'oriente en tourbillonnant. C'est le grand mouvement spiralé des transformations et des permutations évoqué dans le livre du **易 經,** Yi Jing. Ce jeu céleste a donné naissance au **八卦掌** , bā guà zhǎng, l'art martial de la main ouverte dans les 8 directions. Le pratiquant, dos au sud, va s'orienter vers le sud-est, l'est, le nord-est puis fait volte-face, remonte vers sud-ouest, l'ouest, le nord-ouest et enfin au point le plus nord, il retourne plein sud.

Le voyage spiralé se décompose en trois temps. L'embryon est solaire, lumière, attiré par le soleil et l'or de l'orient. L'embryon opère un premier retournement. L'embryon s'oriente vers l'ouest, l'occident et son soleil couchant parce que la lumière lunaire façonne la matière corporelle. Aller, virer (de bord), venir... la médecine traditionnelle compte en trois dimensions-trois temps (le tempo allegro plein d'allégresse, l'andante paisible, le rondo qui revient toujours à son sud), six couches énergétiques (yáng míng – tài yáng – shào yáng – tài yīn – shào yīn – jué yīn) et six fréquences vibratoires (*do – mi – sol - ré – fa – la*).

Au septième jour selon la Bible, « Dieu se repose », l'embryon stabilise sa course et ses élans d'allégresse. Au septième jour, c'est aussi la septième note, le si, note si sensible qu'elle est partout et même au cœur du trou noir.

En fait, le voyage entre la trompe de Fallope et l'utérus est initié dès le cinquième jour par des cils vibratoires qui poussent le zygote à avancer. Pour quitter la trompe de Fallope (du nom de leur découvreur, Gabriele Fallopio) l'œuf doit se dépouiller de sa capsule. Quitter sa maison, accepter de perdre sa protection et s'implanter sur la paroi utérine. Si on étalait l'utérus maternel, comme un précieux tissu, on pourrait trouver le petit creux initial de l'implantation, le lieu du premier battement de vie à deux temps.

Au huitième jour, la nidation commence. L'utérus devient la grotte cosmique de l'embryon. Le placenta devient sa terre nourricière, le « quatre quart » de la mère relié au futur bébé par un cordon. A ce stade, certains signes peuvent déjà faire dire à la maman qu'elle est enceinte : nausées, seins tendus... la sensation d'être deux.



Acupuncteur à l'écoute des pulsations

« Le placenta est la boite à rythme du battement à deux temps. Il donne au sang sa rythmicité. La musique est la discipline la plus proche du placenta. »

L'acupuncture est basée sur la ponctuation rythmique du placenta et la régularité des battements.

Un acupuncteur possède une variété rythmique du sang et de l'organisme vital. Il va compter les mesures du temps, retisser quand il y a un silence, disperser les trop-pleins et les agitations.

L'âme est une tisserande et l'embryon se tisse en trois foyers qui vont donner les trois niveaux de conscience du méridien Triple Réchauffeur :l'abdomen, le sternum, le crâne et les trois couches : la couche externe ou ectoderme (les organes du système sensoriel, le cerveau, la peau, les nerfs... et le Hún, l'âme lumineuse), la couche centrale ou mésoderme (les os du squelette, les muscles, le système circulatoire, le cœur et le Shén = l'esprit d'éveil) et la couche interne ou endoderme (les organes qui respirent et digèrent soit « le corps qui cherche à se reproduire » ou le Pò, en chinois, l'âme animale).

Comment l'esprit souffle sa puissance et donne la force au petit être de faire « le sacrifice de son ciel », d'oser « mourir à la lumière », de ne pas hésiter, de ne pas renoncer. Comment s'anime une âme ? Oui au tout début, il y a des ratés, des rendez-vous manqués, des abonnés absents et des fausses-couches.

Le corps physique vit dans le temps événementiel des secondes, des heures, des jours, des semaines. L'âme vit dans l'éternité, dans le temps de la construction énergétique. En qì gōng, une heure de pratique égale un mois de temps physique. Le temps intra-utérin s'écoule au même rythme. Ainsi, le bébé qui naît a 540 ans et un visage tout fripé de vieux sage !!!

Au trente-sixième jour, apparaissent l'oreille interne et la colonne d'air. Ce couloir transparent, du coccyx à la fontanelle, va constituer l'axe central, la voie de l'âme/ la voix de l'être. Son inscription prend cinq jours, le temps d'orchestrer le passage de la lumière à la matière. L'embryon tournait autour de son centre (la colonne adossée à une direction), il va dorénavant se déployer et œuvrer chaque geste (face à une direction). Au commencement d'une séance de qì gōng, on s'installe dans le recul, on prend appui dans ses talons avant de faire un geste. Au fil d'une séquence de tài jí quán, on se déplace, dans un monde où les points cardinaux existent grâce au point central et à l'attraction du pôle magnétique.

Durant neuf mois, l'utérus se transforme en grotte, en précieux refuge. La lumière de l'embryon. La matière du fœtus. Les forces fondamentales qui ont permis la création de l'univers fondent aussi les lois d'équilibre de la cellule et de la division cellulaire. L'astrophysique, l'embryologie et la Bible racontent ces étapes. L'astrologie aussi qui peut dresser notre carte du ciel, nos signes distinctifs et constellations.



Femmes enceintes et arbres de vie

Livre de la Genèse - Création du ciel et de la terre

Au commencement, Dieu créa le ciel et la terre. Il y avait des ténèbres à la surface de l'abîme et l'Esprit de Dieu planait au-dessus de l'eau... Séparer la lumière des ténèbres, créer le soir et le matin au premier jour. Séparer les eaux d'en haut (les nuages) et les eaux d'en bas (l'eau de mer), créer l'étendue céleste au deuxième jour. Séparer le sec de l'eau, créer la terre, les arbres, la verdure au troisième jour. Séparer le jour de la nuit, créer les luminaires, la lune, le soleil au quatrième jour. Séparer le vivant, les poissons dans l'eau, les oiseaux dans le ciel, les animaux terrestres au cinquième jour. Séparer le divin de l'humain, créer l'homme puis la femme au sixième jour. Se reposer au septième jour.

Un parcours en neuf mois
La gestation est une visitation des étapes de la vie terrestre. L'utérus est le réceptacle de la connaissance sacrée et de toute l'évolution de la mémoire de l'univers.
Le fœtus est au courant de ce qu'il va vivre (mâcher, faire ses dents, marcher...). La vie prénatale est une programmation concrète. Tout semble pré-écrit y compris le nombre d'enfants que nous allons ou nous n'allons pas avoir. L'âme sait déjà comment elle va traverser son incarnation. Elle a toutes les données avant son arrivée. Elle fixe ses rendez-vous, organise les rencontres et les séparations...

L'embryon est un musicien. Le fœtus est un danseur.
Au quarante-deuxième jour, c'est le premier geste du claveciniste, les deux bras en se soulevant vont forger les deux poumons. La construction de chaque organe, chaque viscère va s'opérer selon un geste donné à un rythme déterminé.
Il y a aussi tous les incidents que peut vivre la maman lors de sa grossesse. Le tsunami d'une intoxication alimentaire ou l'annonce d'un décès dans la famille qui vont nous façonner différemment avec des micro-coupures, des fragilités. Il y a enfin, au quarante-deuxième jour, l'inscription du code génétique et des acquis de la lignée. On vient avec un prénom, l'embryon, le projet de vie personnel. On vient avec un nom de famille, le fœtus, le karma familial et transgénérationnel.

Rendre l'émotion consciente
Certains faits nous marquent tout en restant invisibles dans notre dān tián. Maman vit une grande joie au 39ème jour embryonnaire, l'enfant ne le sait plus, mais son corps en garde l'inscription. Parfois, la joie liée à cet événement réapparaît. Il n'y a pas encore la conscience de l'événement mais la conscience de la sensation qui provoque une émotion. Pour mettre des mots, on peut se mettre dans une posture de méditation, respirer en profondeur et revivre l'événement sur son écran mental… voir le visage de ma mère qui s'éclate de rire. Puis, on peut demander à sa mère de réfléchir au tout début de sa grossesse et l'entendre dire : Ah oui, c'est le jour où j'ai retrouvé la trace de mon père que j'avais perdu de vue et qui vivait au Canada. ». Cette « *émotion psychisée* » peut dorénavant intégrer notre équilibre profond.

SOMMAIRE



Accompagner la gestation

18. La musique
21. Le qì gōng
22. Le bā guà zhǎng
23. Les mudras
24. La respiration
25. L'acupuncture

Le quatuor de points hebdomadaires

26. Écouter la demande du bébé
27. Amplifier le souffle ventral – Nausées
28. Développement du fœtus
29. Construire l'amitié

Le duo de la tonification au fil de la grossesse

30. Tonifier le souffle
31. Tonifier le sang

Des points au fil des mois et des maux

32. Troubles gynécologiques - Troubles du transit
33. Coups de blues - Fatigue
34. Douleur abdominale – Douleur dorsale
35. Spasmes de l'utérus, contractions
36. Douleur et troubles du système gynécologique
37. Douleur génitale, incontinence - Coups de blues
38. Troubles du ventre - Douleur de la nuque, début de rhume
39. Douleur du squelette - Coups de blues
40. Mal de tête, vertige - Douleur des lombaires, spasme

Préparer l'allaitement

41. Lactation maternelle - Abcès et douleur du sein
42. Mastite, affection mammaire, insuffisance de lait