



## Formation : mise au point

# Les *jingjin* 經筋, Méridiens Tendino-Musculaires ou Muscles des Méridiens

Jean-Marc Stéphan

Note : les caractères chinois afférents aux mots sont en caractères traditionnels. Ceux entre crochets sont en caractères simplifiés. Tous les mots chinois sont en *pinyin* excepté pour les citations. Les points *shu* antiques sont retranscrits aussi en *pinyin* mais aussi entre parenthèses selon l'Ecole Française d'Extrême Orient (EFEO) chère à George Soulié de Morant.

### OBJECTIF

Connaître à la lumière des Textes classiques le trajet, la structure et l'utilisation thérapeutique des *jingjin*.

Les *jingjin* [經筋] font partie des Vaisseaux Secondaires. Il s'agit de comprendre leur apparition dans la Médecine Traditionnelle Chinoise de manière épistémologique ; de connaître leur trajet ainsi que la symptomatologie occasionnée par leur atteinte ; enfin de savoir les utiliser dans des pathologies courantes.

La médecine traditionnelle chinoise considère que l'Energie (*qi* 氣 [气]) et le Sang (*xue* 血) circulent à travers un réseau reliant les régions superficielles et les régions profondes du corps : ce sont les méridiens (*jingmai* 經脈 [经脉]) et les vaisseaux secondaires (*luomai* 絡脈 [络脉]), le tout formant un système énergétique le *jingluo* 經絡 [经络].

Les méridiens sont les troncs principaux dont le *qi* et le *xue* circulent longitudinalement. Ils sont en relation avec différents méridiens secondaires leur appartenant pour former une entité en rapport en profondeur avec les organes-entrailles (*zangfu* 臟腑 [脏腑]), mais aussi en superficie avec les zones cutanées ou les zones tendino-musculaires, ou reliant un méridien *yin* à un méridien *yang* ou vice-versa.

Les Méridiens Principaux peuvent être classés en deux groupes :

- les méridiens réguliers (les douze Méridiens : *jingmai*)
- et les méridiens extraordinaires (les huit Méridiens Extraordinaires : *qijing bamai* 奇經八脈) encore appelés Merveilleux Vaisseaux, Méridiens Curieux ou Méridiens Singuliers selon les différents auteurs ;

- les Méridiens secondaires (*luomai*) : les *jingjin* (Méridiens Tendino-Musculaires, MTM, aujourd'hui traduits par Muscles des Méridiens) ; les *jingbie* 經別 (Méridien distincts) ; les *luomai* transversaux ; les *luomai* longitudinaux.

### À la source des Textes Classiques et problématiques

Encore appelés méridiens tendino-musculaires, Muscles des Méridiens » ou « Zone tendino-musculaire des méridiens », les *jingjin* représentent une notion diversement interprétée par les auteurs occidentaux.

Notons d'ailleurs que les *jingjin* ne sont pas couramment utilisés en Chine, ni en Extrême-Orient. C'est une notion théorique apportée par Nguyen Van Nghi [1,2]. Cependant, notons que l'institut de médecine traditionnelle chinoise de Shanghai traduit par Roustan en fait état [19].

Revenons donc aux textes de base : le chapitre XIII du *Lingshu*. La traduction du titre par Chamfrault est : « Les méridiens et les muscles » ; par Schnorrenberger : « Les méridiens et les tendons » ; et pour Milsky et André : « Les tendons des méridiens » (traduction du

titre du chapitre VI du *Zhenjiu Jiayijing* qui reprend le chapitre XIII du *Lingshu*.

Selon Lara, le caractère chinois « *Tsing Tsing* » représente la notion de muscle traversé par un méridien [3]. Pour Lafont, Giraud et Taillandier, le concept de méridien tendino-musculaire est impropre car il sous-entend un système de méridiens identique au système des méridiens principaux. Ils préfèrent parler de « zone tendino-musculaire des méridiens ». En effet, ils considèrent que le méridien tendino-musculaire (MTM) correspond aux muscles squelettiques placés sous la dépendance des méridiens principaux [4,5].

De la même façon, Auteroche et Navailh précisent que les MTM représentent les muscles répartis le long des méridiens. « *Leur fonction est de relier le squelette, de maintenir la cohésion de l'ensemble du corps et de commander le mouvement des articulations* ». Pour eux, il n'existe que trois catégories de méridiens : les principaux (*jingmai*), les méridiens extraordinaires (*qjing bamai*) et enfin les méridiens distincts (*jingbie*). Les *jingjin* ne sont donc pas des méridiens [6].

Milsky et Andrès décrivent également les trajets des *jingjin* en parlant des tendons des méridiens : « *Quand le tendon de taiyang de pied est malade, on souffre de tiraillements et de douleurs au petit orteil et au talon, de spasmes et de contractions...* » [7].

« *Les méridiens ont sous leur influence les muscles qui se trouvent sur leur trajet et envoient des ramifications aux muscles environnants* » (*Lingshu*). La traduction de Chamfrault est donc à cet égard très explicite. Il ne parle absolument pas d'un nouveau réseau de méridiens. Et pourtant Chamfrault, dans son tome VI, reprend avec Nguyen Van Nghi ce système des méridiens tendino-musculaires et y développe une théorie énergétique intéressant la circulation de l'énergie *wei* 衛 [卫], les attaques par les énergies perverses *xie* et le traitement des MTM [8]. D'autres auteurs (Faubert, Guillaume, Ming Wong, Lebarbier, etc.) utilisent également ce système des MTM selon la conception de Chamfrault et Nguyen Van Nghi [9-13]. Esposito [21], plus récemment, considère que le système des *jingjin* représente « *le dispositif énergétique chargé de la transformation de*

*l'énergie trophique (rong qi - ying qi) en énergie mécanique* » pour le travail musculaire.

## Trajet et structures

### Points jing (ting) 井

Les 12 *jingjin* constituent un système circulatoire interconnecté situé dans l'espace dermo-musculaire de la couche superficielle externe des 12 *jingmai*. Tous débutent à l'extrémité des doigts et des orteils au niveau des points *jing*, longent les 4 membres, et suivent en général le trajet des méridiens principaux dont ils dépendent. Les figures 1 et 2 illustrent les trajets des *jingjin* du *shoushaoyang* 手少陽 et du *zujueyin* 足厥陰. Les trajets des différents *jingjin* ont été décrits de façon détaillée par Nguyen Van Nghi [2].

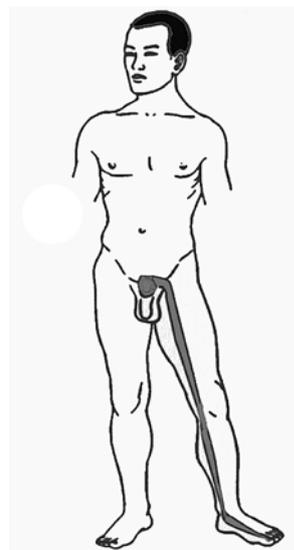


Figure 1. Trajet du *jingjin*



Figure 2. Trajet du *jingjin*

### Les points d'union des *jingjin*

En effet, les *jingjin* sont reliés par le point ou zone de réunion ou d'union, selon leur nature et leur topographie.

Ainsi la réunion des trois *jingjin* des méridiens *yang* des membres inférieurs est située au niveau de l'os malaire, au point 18IG (*quanliao*).

La réunion des trois *jingjin* des méridiens *yang* des membres supérieurs est le 13VB (*benshen*).

Le 3VC (*zhongji*) est la réunion des *jingjin* des méridiens *yin* des membres inférieurs.

Enfin, le 22VB (*yuanye*) est celui des trois *yin* des membres supérieurs.

Le *Lingshu* [6] ne parle pas de ces zones d'union. On peut alors se référer au *Zhenjiu Jiayijing* de Huangfu Mi : « *Le tendon du taiyang de pied commence au petit orteil... et descend se nouer à la pommette...* » ; « *Le tendon du shaoyang de pied commence sur le quatrième orteil... et monte se nouer à la pommette...* » ; « *Le tendon du yangming du pied commence au troisième orteil... arrive au creux sus claviculaire et s'y noue, monte au cou et des deux côtés de la bouche, s'unit aux pommettes...* » [7].

On remarque qu'à chaque *jingjin* d'un méridien *yang* du membre inférieur, correspond une intersection commune avec les deux autres *jingjin* de la même catégorie, dans le cas présent, la pommette avec le point 18IG. Notons pour être exhaustif qu'il peut exister des divergences au niveau de certains points. Par exemple certains auteurs considèrent que le 8ES (*touwei*) est le point d'union des trois *jingjin* des méridiens *yang* des membres inférieurs à la place du 13VB [2,21], et que, à la place du 3VC, le 2VC (*qugu*) est celui des *jingjin* des méridiens *yin* des membres inférieurs [21]. D'où l'intérêt de parler des zones d'union. Effectivement on constate que les points en question sont proches l'un de l'autre, tout en sachant que certains auteurs doutent même de l'existence des ces points d'union. Néanmoins, Esposito expose bien qu'il est difficile de les nier à la vue de la biomécanique moderne [21].

## Utilisation thérapeutique

Selon Nguyen Van Nghi : « *En cas d'atteinte par l'énergie perverse, celle-ci emprunte les capillaires pour atteindre les méridiens tendino-musculaires. Lorsque l'énergie Oé (défensive) n'est pas assez puissante, c'est-à-dire lorsqu'elle se trouve en état de vide, l'énergie perverse pénètre dans les méridiens principaux et gagne les organes* » .

Les troubles des *jingjin* ont pour symptômes caractéristiques la contracture et la douleur sur leur trajet.

Les énergies perverses (*xie* 邪), (le vent, le froid, l'humidité, la chaleur) pénètrent tout d'abord dans

les *jingjin* et vont entraîner un état de plénitude énergétique alors que le méridien principal se trouve en état de vide.

Ensuite le *xie*, dans un second temps et après avoir séjourné dans le *jingjin*, passe dans le méridien principal en y provoquant la plénitude tout en laissant le *jingjin* en vide.

En cas de plénitude du MTM, on disperse l'énergie perverse au niveau des points douloureux du MTM et tonifie le méridien principal.

« *Tous les méridiens ont des vaisseaux secondaires qui les relient à l'épiderme. Quand on est atteint par l'énergie perverse, celle-ci passe d'abord dans les vaisseaux secondaires pour pénétrer ensuite dans les méridiens, les organes, ou pour séjourner dans les muscles et les os... Quand les vaisseaux secondaires sont en plénitude et le méridien en vide, il faut faire des moxas au inn (au méridien) et puncturer le yang (aux vaisseaux secondaires). Quand le méridien est en plénitude et les vaisseaux secondaires en vide, il faut puncturer le Inn (le méridien) et faire des moxas au yang...* » (*Suwen* chapitre LVI, « l'épiderme ») [14].

« *L'énergie perverse pénètre en premier lieu dans les méridiens tendino-musculaires qui sont les plus superficiels des méridiens. Elle gagne ensuite des points ting (jing 井), qui sont des points de Grande Réunion des Énergies inn et yang (Nei King) sur les méridiens Principaux. Elle passe ensuite aux points iu (shu 輸 [輸]) qui correspondent à l'énergie extérieure. C'est à ces points iu que l'on peut toucher l'Énergie perverse...* » [8].

Ainsi donc, de nombreux auteurs préconisent de puncturer les points *jing* (*ting*) et *shu* (*iu*) dans toutes les atteintes par le *xie*.

## Point de tonification du méridien principal

On utilise la règle Mère-Fils. Cette théorie permet ainsi de déterminer des points de tonification et de dispersion en fonction de la saison. Les points de tonification et de dispersion habituellement utilisés ne le sont qu'en fonction de leur mouvement et sont en relation directe avec le point racine *ben* (*penn*) qui représente le point élément dans le mouvement même. La mère tonifie, le fils disperse. De ce fait, ces points sembleraient n'être

réellement efficaces que dans leur mouvement. Intérêt donc de la théorie des points saisonniers qui montre que l'activité énergétique des points varie selon la saison au cours de laquelle le patient est traité [15,20].

Ainsi prenons l'exemple d'une plénitude de Rein (mouvement eau) à traiter en hiver (mouvement eau). Il faut disperser le Fils. Le Fils de l'élément eau est l'élément bois. D'où le point dispersant du Rein en hiver est le point *jing (ting)* soit le 1Rn ; point tonifiant la Mère : 7Rn (figure 3).

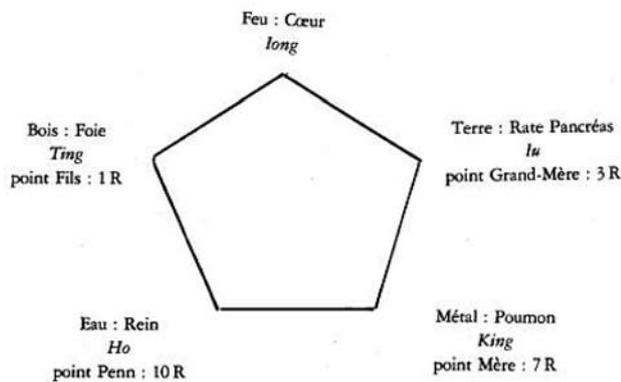


Figure 3. Règle mère-fils dans la recherche du point de tonification du Rein en hiver.

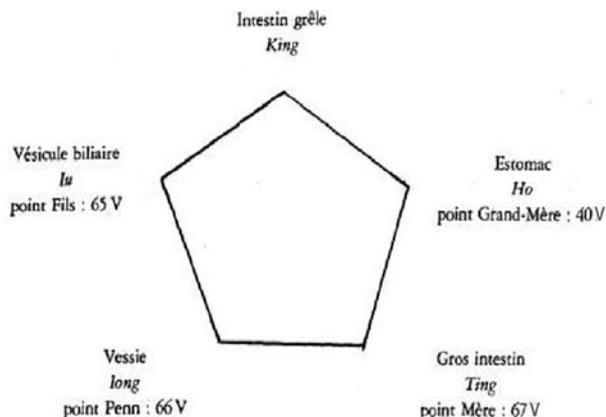


Figure 4. Le point *jing* des Entrailles est au mouvement Métal. Ici 67V sera le point de tonification en hiver mais point dispersant durant la 5<sup>ème</sup> saison.

De la même façon, un vide de Poumon vu en été (mouvement feu) sera traité en tonifiant cette fois la Mère, c'est-à-dire le bois. Piquer donc le point *jing (ting)* du poumon: 11P, point tonifiant saisonnier. Au printemps, le point de tonification de Vessie sera le 66V et non le 67V, tout comme celui-ci sera dispersant à la 5<sup>ème</sup> saison (figure 4).

### Puncturer les points *jing (ting)*

Selon la théorie des 5 éléments, le point *jing* des organes correspond au mouvement Bois et le point *jing* des entrailles correspond au Métal (figure 3 et 4). Le point *jing (ting)* est le point de départ de l'énergie *wei* dans les *jingjin*. C'est aussi un « carrefour de l'énergie » *yin* et *yang* [16].

### Puncturer les points *shu (iu)*

Le point *iu* est le « point d'embarquement de l'Énergie perverse » [8] et doit être utilisé dans les maladies des articulations, des os et des muscles [16].

### Puncturer les points *jing* 經 [经] et hé 合

Il faut puncturer le point *jing (king)* si le *jingjin* est de nature *yin*, le point *he (ho)* si le *jingjin* est de nature *yang*. Les points *jing (king)* ont un rôle considérable dans le traitement des affections liées au *xie*. Chamfrault insiste sur leurs rôles de débarquement de l'énergie perverse [8]. « C'est le point de concentration et d'arrêt de l'énergie » pour Nguyen Tai Thu [16].

« Le point *king* attire l'Énergie perverse vers le passage dans un méridien principal dont le point *iu*, de son côté, assure la dispersion » [8]. Les points *he* sont les points d'entrée et de sortie de l'Énergie. Ils permettent de relier l'Intérieur à l'Extérieur.

Selon la loi des 5 éléments, le point *he* va correspondre à l'humidité pour les méridiens *yang*. Le puncturer permettra d'évacuer cette énergie perverse, tout comme le point *iu* le fera pour les méridiens *yin*. Par ailleurs, n'oublions pas que pour les méridiens *yang*, les points *iu* sont des points « vent » qui permettent de chasser l'humidité en utilisant le cycle de domination *ge (ke 克)*. Le tableau I ci-dessous récapitule les différents point *shu* antiques, points de tonification et dispersion selon la saison.

### Puncturer les points d'union des *jingjin*

On utilisera systématiquement les points de réunion précédemment décrits.

**Tableau I.** Les points *shu*, points de tonification et dispersion selon la saison.

Organes	<i>jing (ting)</i>	<i>jing (iong)</i>	<i>shu (iu)</i>	<i>jing (king)</i>	<i>he (ho)</i>
Foie	1F	2F	3F	4F	8F
Cœur	9C	8C	7C	4C	3C
Maître du cœur	9MC	8MC	7MC	5MC	3MC
Rate-Pancréas	1RP	2RP	3RP	5RP	9RP
Poumon	11 P	10P	9P	8P	5P
Rein	1R	2R	3R	7R	10R
Tonification	été	5 <sup>ème</sup> saison	automne	hiver	printemps
Dispersion	hiver	printemps	été	5 <sup>ème</sup> saison	automne

Viscères	<i>jing (ting)</i>	<i>jing (iong)</i>	<i>shu (iu)</i>	<i>jing (king)</i>	<i>he (ho)</i>
Vésicule Biliaire	44VB	43VB	41VB	38VB	34VB
Intestin Grêle	1 IG	2IG	3IG	5IG	8IG
Triple Foyer	1TR	2TR	3TR	6TR	10TR
Estomac	45E	44E	43E	41E	36E
Gros Intestin	1 GI	2GI	3GI	5GI	11 GI
Vessie	67V	66V	65V	60V	40V
Tonification	hiver	printemps	été	5 <sup>ème</sup> saison	automne
Dispersion	5 <sup>ème</sup> saison	automne	hiver	printemps	été

### *Agir sur les points ashi (points centre-douleur)*

L'intérêt de puncturer les points de réunion est de stopper l'énergie perverse et de l'empêcher de gagner les deux autres zones tendino-musculaires couplées.

Les tableaux 3 et 4 récapitulent le traitement complet des *jingjin* en fonction d'une plénitude ou d'un vide de la zone tendino-musculaire.

**Tableau 3.** Traitement d'une plénitude de la zone tendino-musculaire.

#### Plénitude de la zone tendino-musculaire

1. piquer le point de tonification du méridien principal selon la saison.
2. piquer le point *jing (ting)*.
3. piquer le point *shu (iu)*
4. piquer - le point *jing (king)* si le *jingjin* est de nature *yin* ; - le point *he (ho)* si le *jingjin* est de nature *yang*.
5. piquer le point d'union des *jingjin*.
6. disperser les points « *ashi* » de la zone douloureuse.

En cas de vide du MTM, c'est l'inverse : moxer les points douloureux (points *ashi*) du MTM et disperser le méridien principal.

**Tableau 4.** Traitement d'un vide de la zone tendino-musculaire.

#### Vide de la zone tendino-musculaire

1. piquer le point de dispersion du méridien principal.
2. piquer le point *jing (ting)*.
3. piquer le point *shu (iu)*
4. piquer - le point *jing (king)* si le *jingjin* est de nature *yin*, - le point *he (ho)* si le *jingjin* est de nature *yang*.
5. piquer le point d'union.
6. moxer les points « *ashi* » de la zone douloureuse.

### Application thérapeutique

Sans être exhaustif, voici quelques indications thérapeutiques du traitement par les *jingjin*.

- Syndrome du canal carpien [17]
- Périarthrite scapulo-humérale [18]
- Névralgie cervico-brachiale
- Épicondylite
- Rhizarthrose du pouce
- Maladie de Dupuytren
- Sciatique de type L5 ou S1
- Cruralgie
- Tendinite calcanéenne (talalgie), etc.



Dr Jean-Marc Stéphan  
jm.stephan@acupuncture-medicale.org

Secrétaire Général de l'ASMAF-EFA  
Co-directeur de la revue Acupuncture  
& Moxibustion Membre du Collège  
Français d'Acupuncture (CFA)  
Médecin acupuncteur attaché au CH  
de Denain

Attaché d'enseignement à la faculté de médecine de Lille  
(AUEC d'acupuncture obstétricale)

### Références

1. Nguyen VN. Pathogénie et pathologie énergétique en médecine chinoise. Marseille: Don Bosco; 1971.
2. Nguyen VN. Méridiens tendino-musculaires (*jingjin*). Revue Française de Médecine traditionnelle chinoise. 1991;148:159-76.
3. Lara J. Les problèmes musculaires traités dans le So-Ouenn. La revue française de médecine traditionnelle chinoise. 1987;122:154-163.
4. Lafont JL, Giraud JP, Taillandier J. Les muscles et les méridiens. Revue Française d'acupuncture. 1986;46:17-31.
5. Taillandier J. Les muscles et les méridiens, l'appareil locomoteur. La revue des séminaires d'acupuncture de l'AFERA, Nîmes 1985;1:43-62.
6. Auteroche B, Navailh P. Le diagnostic en médecine chinoise. Paris: Maloine; 1983.
7. Huangfu Mi, Milsky C, Andrès G. *Zhenjui juyijing*. Les tendons des méridiens. Revue française d'acupuncture. 1987;50:45-60.
8. Chamfrault A, Nguyen VN. Traité de médecine chinoise: L'énergétique humaine en médecine chinoise. tome 6. Angoulême: éd. Chamfrault; 1981.
9. Faubert A. Traité didactique d'acupuncture traditionnelle. Paris: Trédaniel; 1977.
10. Guillaume G, Mach Chieu. Rhumatologie (2 volumes). Paris: La Tisserande; 1990.
11. Lebarbier A. Acupuncture pratique. Moulin-les-Metz: Maisonneuve; 1975.
12. Ming Wong. Ling Shu, base de l'acupuncture traditionnelle chinoise. Paris: Masson; 1987.
13. Simatos Salva ME. Réflexions sur l'existence des méridiens tendino-musculaires. Contrepoint. Bulletin de la société d'acupuncture et de stimulothérapie de Toulouse. 1987;23:22-27.
14. Chamfrault A. Traité de médecine chinoise: Les livres sacrés de médecine chinoise, tome 2. Angoulême: éd. Chamfrault; 1981.
15. Borsarello JF. Acupuncture. 4<sup>e</sup> ed. Paris: Masson; 1997.
16. Nguyen TT, Lafont JL. Utilisation thérapeutique des points *shu*. Méridiens. 1983;61-62:145-157.
17. Stéphan JM. L'acupuncture dans le syndrome du canal carpien. Rôle du *jingjin* du Maître du Cœur. Méridiens. 1997;108:181-192.
18. Stéphan JM. Intérêt du traitement acupunctural du *jingjin* de *shouyangming* dans la périarthrite scapulo-humérale. Méridiens. 1992;97:109-133.
19. Roustan C. Traité d'acupuncture tome 3. Paris: Masson; 1984.
20. Stéphan JM. Traitement informatique de la théorie des *Zi Wu Liu Zhu* associée à celle des points saisonniers. Application aux techniques thérapeutiques des *Jing Jin*, des *Jing Bie* et à la méthode de Yanagiya Sorēi. Méridiens. 1991;93,15-63.
21. Esposito B. La physiologie des vaisseaux tendino-musculaires (*jingjin*). Acupuncture & Moxibustion. 2004 ;3(1),11-16.

Mes remerciements à Pierre Dinouart pour l'insertion des caractères chinois.