



photo : Jean-Marie Périer

Nadia Volf

« Prendre soin de son corps est un signe de démocratie. »

Pour ce premier numéro d'EnergéSciences, nous souhaitons rencontrer une personnalité spécialisée en énergétique chinoise taoïste et en science moderne. Docteur en médecine, Docteur ès Sciences, agrégée en neuro-pharmacologie, le Dr Nadia Volf pratique l'acupuncture depuis plus de trente ans. Rencontre avec une scientifique du 3e millénaire.

L'énergie est quelque chose de matériel, physique, palpable.

EnergéSciences : Bonjour Nadia, et tout d'abord, merci de nous avoir fait l'honneur d'être la marraine de ce premier numéro d'EnergéSciences. Notre première question sera la suivante: quand on parle d'énergie, qu'est-ce que cela évoque pour vous ?

Dr Nadia Volf: L'énergie, le Qi, comme l'ont nommé les anciens chinois, est quelque chose de matériel, physique, palpable que l'on essaie de comprendre aujourd'hui avec les moyens scientifiques modernes. En acupuncture par exemple, on doit connaître exactement l'action de chaque point. Si je stimule le 4 du Gros Intestin, je sais que ce point va agir sur la circulation du sang dans le cerveau, et donc sur les migraines et les maux de tête. Je sais aussi qu'il va permettre de stimuler le fonctionnement du Gros intestin, enlever les spasmes, et normaliser le péristaltique intestinal, enfin qu'il va agir sur les défenses immunitaires du patient. En résumé, on sait cliniquement ce que chaque point d'acupuncture doit apporter en fonction de sa localisation et de ses vertus. Mais je crois qu'avec les découvertes à venir sur les flux d'énergie, il sera possible d'agir encore plus efficacement qu'avec une aiguille, et même d'avoir une action sur l'ensemble du système du corps humain.

ESciences : Quel lien faites-vous entre la science et l'énergie ?

Dr. N. V. : L'énergie fait partie de la science bien sûr.

ESciences : Et entre la science et l'acupuncture dont vous avez fait votre spécialité ?

Dr. N. V. : L'acupuncture est l'une des premières médecines au monde, le premier livre d'acupuncture date en effet d'environ 5000 ans et la statuette en bronze sur laquelle apparaissent tous les points d'acupuncture est apparue entre 1023 et 1031 avt J.C. L'acupuncture a été conçue empiriquement par l'observation des médecins chinois en s'appuyant sur les connaissances philosophiques de la Chine ancienne. Aujourd'hui, l'acupuncture est validée par la science moderne et confirmée par les recherches scientifiques à travers les meilleures universités du monde. C'est à partir de l'année 2000, quand l'acupuncture a été reconnue en faculté de sciences par l'Académie de médecine américaine, qu'un flux de projets scientifiques a atterri dans les plus grandes universités américaines: Ontario, Columbia, Stanford... Et dans les universités du monde entier, principalement anglaises avec Oxford, Cambridge, mais aussi japonaises, et bien sûr chinoises. Toutes ces universités ont entrepris des recherches chacune selon leur propre protocole, mais toujours en s'appuyant sur un protocole scientifique moderne.



ESciences: La France aujourd'hui évolue aussi de ce côté-là. L'acupuncture est présente à l'université. Mais pourquoi n'existe-t-il pas davantage de recherches scientifiques ?

Dr. N. V. : Je pense que c'est un problème financier. Aux Etats-Unis, une partie des universités et des programmes de recherches est financée par des fonds privés. Si un projet de recherches est admis par le conseil scientifique, on lui attribue une somme d'argent pendant une durée déterminée, par exemple, trois ans. Au bout de ces trois ans, le groupe de recherches doit présenter les preuves de ses expériences. A partir de ce moment-là, le financement est prolongé ou non. Quand le système universitaire français évoluera, que des fonds privés pourront intervenir dans le financement d'un projet, cela donnera une bulle d'oxygène au fonctionnement de l'université et à la recherche. Les recherches scientifiques sur l'acupuncture pourront alors avancer.

ESciences: Comment la recherche scientifique en acupuncture fonctionne-t-elle ?

Dr. N. V. : Les protocoles de recherches sont aujourd'hui essentiellement cliniques ou expérimentaux. Ils sont conformes à toutes les règles de recherches scientifiques modernes, autrement dit, identiques à ceux utilisés par la pharmacologie et la recherche de médicaments. C'est une recherche en double aveugle : c'est-à-dire que l'on compare l'action sur le point d'acupuncture actif par rapport au groupe de contrôle sans acupuncture et au groupe dont les points qui ont été stimulés sont non actifs (points placebo). On utilise bien entendu un groupe de personnes dit homogène, c'est-à-dire qui ont le même profil (terrain, symptômes, réactions, etc.) ou des animaux. Les actions anesthésiques et antalgiques de l'acupuncture ont ainsi été démontrées sur des groupes animaliers et humains.

ESciences: Comment cela se passe-t-il concrètement ?

Dr. N. V. : Pour démontrer l'efficacité antalgique de l'acupuncture par exemple, les chercheurs ont mesuré le seuil de douleur d'un rat avant de lui appliquer des aiguilles sur des points précis. Puis le seuil de douleur a de nouveau été mesuré. Pour que l'expérimentation soit validée, il a fallu qu'elle soit répétée sur une centaine de spécimens.

ESciences: Ce qui signifie que les systèmes des méridiens du rat et des êtres humains sont les mêmes...

Dr. N. V. : C'est le même système avec des

repères anatomiques différents. Il faut savoir que chaque point d'acupuncture est associé à un repère anatomique. La localisation des points est donc identique. Les points situés au niveau des vertèbres ou des espaces intervertébraux, des grandes articulations, sont faciles à trouver.

ESciences: Quelles sont aujourd'hui les recherches les plus innovantes ?

Dr. N. V. : Les recherches en acupuncture au niveau génétique sont vraiment passionnantes, et c'est totalement nouveau, parce que beaucoup plus difficile à réaliser. L'action antalgique de l'acupuncture est facile à démontrer : les points sont stimulés, la douleur s'arrête, il est facile de le vérifier statistiquement. Il est aussi facile de constater son efficacité sur le péristaltisme intestinal, la pression artérielle, les substances biochimiques comme les endorphines, parce que l'acupuncture change leur taux dans le sang. Tout ce qui s'appuie en somme sur des repères fonctionnels. Mais les recherches sur le plan génétique sont plus complexes à démontrer, et c'est pourtant ce qui est en train de se réaliser. Par exemple, une revue scientifique américaine (voir encadré « références » page suivante) vient de publier les résultats d'expériences réalisées avec des rats auxquels le gène de vieillissement précoce a été inoculé. En trois jours, les rats vieillissaient. Ils perdaient leurs poils, montraient des signes d'ostéoporose... Et tous les signes de vieillissement précoce. Dans le même temps, le gène a été injecté à un autre groupe de rats qui recevaient un traitement d'acupuncture. Résultat ? Le gène de vieillissement précoce ne s'est pas manifesté ! Aucun signe : les rats ne perdaient pas leurs poils, continuaient à courir... Le gène était toujours présent dans le sang, mais il ne s'était pas activé. En conclusion : il serait possible que l'acupuncture puisse agir sur les manifestations génétiques. Le gène d'une pathologie n'est pas obligé de s'exprimer. Il peut s'exprimer dans des conditions qui permettent sa manifestation, et l'acupuncture pourrait empêcher ces conditions de se mettre en place. Nous en attendons la confirmation par de prochaines expériences.

ESciences: C'est l'immortalité...

Dr. N. V. : Ce n'est pas sans raison que les anciens Chinois disaient que l'utilisation de l'acupuncture rendait immortel... Mais parlons ici de longévité. Les légendes chinoises racontent que les empereurs chinois vivaient jusqu'à 120 ans et pouvaient concevoir des enfants jusqu'à 92 ans. La question n'est pas qu'ils le fassent, mais d'avoir assez d'énergie pour le faire. Chaque matin, leur médecin venait les voir et leur donnait une séance d'acupuncture.

L'acupuncture agit sur les manifestations génétiques.

PORTRAIT

Née en 1961 à Saint-Petersbourg, reçue major de la faculté de médecine de Lénin-grad, spécialisée en neurologie et en acupuncture, Nadia Volf est nommée professeur à 26 ans. Mais elle ne peut enseigner... Parce que Nadia est juive et que l'administration russe le déplore. Menacée, harcelée, elle décide de fuir la Russie avec son mari et son fils caché dans le coffre de la voiture. Aujourd'hui, chercheuse, médecin-acupuntrice française, elle est auteure d'ouvrages à succès : « Vos mains sont votre premier médecin » et « Soyez invulnérable » publiés aux éditions Robert Laffont. Retrouvez son parcours dans son autobiographie : « J'ai choisi la liberté », publié aux éditions Xo (2006).



Nous ne sommes pas encore parvenus à canaliser le Qi.

C'est la connaissance et la culture générale qui peuvent transformer le monde.

ESciences: Tous ces résultats sont issus aujourd'hui d'expériences empiriques, mais la science arrive-t-elle à expliquer cette efficacité? Explique-elle la manifestation du Qi?

Dr. N. V.: Non. Mais prenons l'exemple de l'électricité. Comme elle est invisible, on a cru pendant des siècles que les éclairs et la foudre dans le ciel, c'était dieu... qui jouait au golf! Et lorsque la laine prenait feu après avoir été frottée par une ébonite, on pensait que c'était un sort jeté par une sorcière. Aujourd'hui, le phénomène de l'électricité a été découvert et celle-ci canalisée. A tel point que l'on ne pourrait plus imaginer notre vie sans électricité. Mais ce n'est pas parce que l'on n'a pas su ce qu'elle était pendant des siècles, qu'elle n'existait pas.

ESciences: Croyez-vous que la science soit prête à expliquer la manifestation du Qi?

Dr. N. V.: Je crois que nous sommes entrés dans le siècle de l'acupuncture, plusieurs étapes ayant déjà été franchies. On ne peut déjà plus nier ses effets parce qu'ils ont été constatés scientifiquement dans plusieurs domaines. Mais nous ne sommes pas encore parvenus à canaliser le Qi, c'est-à-dire, pour reprendre la comparaison avec l'électricité, à mettre cette énergie dans les fils pour provoquer la lumière. Cette période de recherches qui s'ouvre est excitante car la prochaine étape consiste à découvrir cette énergie vitale sous une forme explicable scientifiquement.

ESciences: Ce sera une révolution scientifique.

Dr. N. V.: Cette prochaine étape permettra de faire évoluer l'acupuncture, mais aussi toute la science moderne.

ESciences: Comment envisagez-vous l'évolution du monde?

Dr. N. V.: Dans le bon sens, je l'espère... Je crois que c'est la connaissance — dont la médecine fait partie — et la culture générale qui peuvent transformer et faire évoluer le monde dans les meilleures conditions possibles. Elles peuvent permettre aux personnes de changer elles-mêmes, d'être plus ouvertes au monde et de le comprendre davantage. La connaissance du corps fait partie de cette évolution. Et je pense que prendre soin de son corps est un signe de démocratie, comme nous l'a montré la Grèce antique. Il y avait déjà l'acupuncture, les massages, des soins préventifs pour permettre la longévité, et surtout pour garantir un bien-être... Quand le corps fonctionne bien, la tête fonctionne bien. Or les régimes totalitaires ont intérêt à ce que le peuple soit malade. Plus le peuple est malade

et fatigué, plus on peut l'opprimer et le gouverner facilement en imposant n'importe quoi et en entretenant la peur. Dans la Chine ancienne, l'acupuncture était réservée aux familles impériales. Les acupuncteurs errants qui soignaient le peuple étaient interdits. Pendant l'inquisition en France, en Espagne, ou en Italie, on disait toujours: « Pense à l'esprit, oublie ton corps ». En Russie, la vodka était le moyen utilisé pour opprimer l'esprit des gens. Depuis le temps des tsars et pendant la présidence de Leonid Brejnev, toutes les fêtes étaient célébrées avec distribution gratuite de vodka. Le peuple était fatigué, malade, alcoolisé. C'était facile de le gouverner. Or, si l'on est en pleine forme et vigoureux, quand il y a répression, on se réveille le matin et on se demande ce qui se passe: on se révolte. C'est pourquoi je crois que notre intérêt aujourd'hui pour des moyens de santé préventifs comme l'acupuncture, la longévité, notre envie de comprendre comment notre corps fonctionne, est un signe profond de démocratie. Dans ce sens, mon vœu le plus cher est que s'instaurent dans les classes, à partir du collège, des cours de soins du corps pour apprendre aux enfants, dès l'âge de douze ans, à soulager les petits maux quotidiens par un geste simple, en stimulant les points d'acupuncture: un rhume, un mal de tête. Cela leur permettait de se sentir bien et d'ouvrir leur esprit. Ce serait une véritable connaissance. ■

REFERENCES

Les recherches sur l'action de l'acupuncture sur l'expression des gènes ont été publiées dans le très respectable « Neurosciences lettres » et « American J. of Chinese Medicine ».

- Ding X, Yu J, Yu T, Fu Y, Han J. « Acupuncture regulates the aging-related changes in gene profile expression of the hippocampus in senescence-accelerated mouse » (SAMP10). *Neurosci Lett.* 2006 May 15; 399 (1-2):11-6.
- Wen T, Fan X, Li M, Han J, Shi X, Xing L. « Changes of metallothionein 1 and 3 mRNA levels with age in brain of senescence-accelerated mice and the effects of acupuncture ». *Am J Chin Med.* 2006; 34 (3):435-47.
- Fu Y, Yu JC, Ding XR, Han JX. « Study on expression of brain aging-related genes HSP86 and HSP84 and effects of acupuncture in the SAMP10 mouse ». *Zhongguo Zhen Jiu.* 2006 Apr; 26 (4):283-6.

Vous pouvez retrouver toutes ces références sur le site anglophone « Pubmed » réservé aux publications scientifiques médicales : www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed