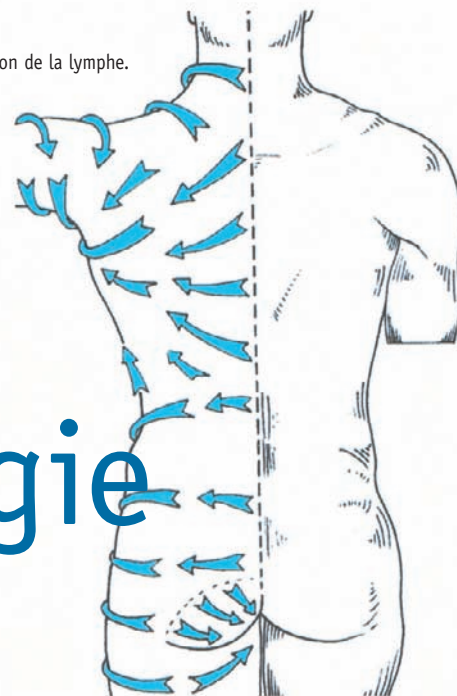


# Le *D*rainage Lympho-*E*nergie

le drainage lymphatique  
associé à l'énergétique chinoise

Sens de circulation de la lymphe.



Après quinze ans de pratiques en drainage, et une expérience en milieu hospitalier à Shanghai, Dominique Jacquemay a créé le drainage Lympho-Energie, qui associe des manœuvres de drainage lymphatique à des points énergétiques. L'occasion pour nous de redéfinir le rôle souvent méconnu et pourtant essentiel de la lymphe.

propos recueillis par Marc Franchette  
photos : Patricia Michaux

## Gtao : Qu'est-ce que la lymphe ?

Dominique Jacquemay : C'est un liquide blanc, très clair, limpide. Elle prend une place importante au sein de notre organisme, car elle baigne l'ensemble de nos tissus. Dans l'antiquité, on l'appelait *limpidus*, car les Grecs avaient déjà une connaissance de ces vaisseaux. Du fait de sa couleur transparente, elle n'a été découverte que tardivement par les premiers anatomistes — exactement en 1622, par Asselli de Crémone —. On dit même qu'elle est à cet égard "le parent pauvre de la médecine". Pourtant, nous verrons que son rôle est majeur. En effet, c'est un circuit particulier qui va reprendre et nettoyer les grosses toxines que le circuit veineux n'arrive pas à récupérer. Ces deux circuits sont en quelques sortes les éboueurs de l'organisme. S'ils s'engorgent, il va y avoir accumulation de déchets qui va engendrer une perte de vitalité et un engorgement des tissus. Un excès de toxines risque de nuire à notre santé.

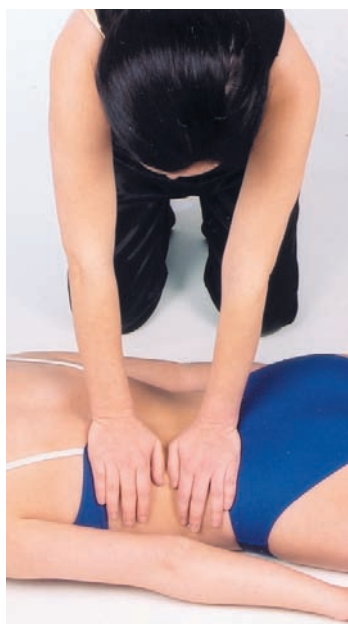
**La lymphe doit donc être purifiée**

## de façon constante ?

Le système lymphatique fait cette purification spontanément et en permanence. Mais il faut savoir que c'est un circuit qui est ralenti parce qu'il ne bénéficie pas d'une pompe comme le cœur pour le dynamiser. Le sang est propulsé par le cœur, son "moteur", tandis que la lymphe est ascensionnée grâce aux pressions effectuées par de petits muscles intrinsèques à ses vaisseaux. Ce système est facilement déficient d'autant que nous pouvons avoir une alimentation mal équilibrée — par exemple trop riche —, être stressé ou avoir des problèmes circulatoires...

## Comment se fait précisément cette circulation ?

Il y a à l'intérieur des vaisseaux des unités contractiles; chaque unité ou lymphangion va se remplir de lymphe et se contracter afin de passer dans l'unité suivante. La lymphe va ainsi se diriger vers les ganglions — lieu de purification —, vers le canal thoracique — un gros vaisseau lymphatique —. Au final, complète-



ment pure, la lymphe se jette dans le cœur. Notons que ces vaisseaux lymphatiques dont nous venons de parler sont à 80 % en superficie. Il faudra donc que l'esthéticienne effectue un drainage en superficie, il lui faudra également éviter de les comprimer car ils sont également très fragiles. On dit : "fins comme des cheveux d'ange". On est d'ailleurs surpris lors d'une première séance de la douceur des gestes.

### Que se passe-t-il dans les ganglions ?

Les ganglions font partie des organes lymphoïdes au même titre que la rate, le thymus, les amygdales, l'appendice, etc. Il y a dans les ganglions ces fameuses cellules que sont les lymphocytes, ce sont des cellules spécialisées dont le rôle est de filtrer, de purifier la lymphe et par là même l'organisme. Les ganglions sont au nombre de 6 à 700 dans le corps. Ce sont de petites capsules disséminées dans tout le corps, principalement dans des plis de flexion et au niveau du cou près des chaînes musculaires. C'est pourquoi quand un drainage est correctement appliqué, il doit toujours démarrer par cette région car elle est particulièrement riche en ganglions. Toutes les manœuvres de drainage se dirigeront vers des relais ganglionnaires. C'est pourquoi le praticien doit acquérir une bonne connaissance de cette topographie.

### Quel est le principe de votre méthode ?

Cette méthode s'intéresse au corps, mais aussi au visage. Au niveau du corps, le praticien en drainage Lymphe-Energie doit appliquer les manœuvres sur tout le corps puisque la lymphe est partout. Je sais que certaines techniques proposent un travail très locallement. Ce n'est pas ma façon de voir, ni d'enseigner, car en énergétique chinoise, on prend en charge tout le corps. On retrouve dans la Lymphe-Energie cette notion de globalité, ici, l'esprit holistique est primordial. C'est un message que je fais passer lors des cours au travers de nombreuses données d'énergétique chinoise indispensables à l'application de la méthode. Ayant été à plusieurs reprises sur place, j'ai pu m'imprégner de cette philosophie où l'on traite l'individu



dans sa globalité. Il m'a paru essentiel d'opter pour un soin holistique.

Quant à la qualité de contact requise, j'ai été, dès 1978, passionnée par l'approche d'Emil Vodder qui, dans les années trente, perfectionna des manœuvres mises en place par un chirurgien Autrichien du nom de Winiwarter. Une approche très subtile et très respectueuse des tissus... Puis, intuitivement, j'ai senti qu'un toucher plus complet s'imposait à moi. C'est comme cela que de nouvelles manœuvres de drainage se sont imposées... avec plus de contacts; mes mains ont besoin de sentir sans lâcher les tissus pour avoir une perception maximale et aussi pour suivre les mouvements exacts de la lymphe.

### Pourquoi avoir associé l'énergétique chinoise au drainage lymphatique ?

Je me suis intéressée depuis de nombreuses années à l'énergétique chinoise, je fais une formation sur place à l'Université de Shanghai.

## La lymphe suit un circuit particulier qui nettoie les toxines de l'organisme.

C'était pour moi une continuité. Savez-vous que les Chinois connaissent l'existence de la circulation sanguine et lymphatique depuis 5000 ans? Le drainage s'accorde très bien avec l'esprit chinois car si la lymphe ne circule pas bien, l'énergie peut

stagner, dès lors les échanges vont ralentir. En Chine, la lymphe est un liquide faisant partie des *jin ye*, c'est-à-dire des liquides de l'organisme, sa circulation demeure en étroite relation avec l'énergie.

### Comment se déroule la séance ?

Le lymphe-énergiste commence par de légers effleurages énergétiques et dynamisants. Une remise en route de la circulation lymphatique se fait par des gestes très doux dont les mouvements "en vagues" qui sont identiques au rythme des vaisseaux. Ainsi, une rééducation s'opère, le corps fait mieux son travail. Une fois la lymphe relancée, les points d'énergie sont sollicités afin de renforcer l'effet du drainage. Pour cela, l'esthéticienne applique des pressions sur des points précis le long des méridiens de la rate, de l'estomac, des reins, etc.

### Combien de temps faut-il drainer ?

En gros, la lymphe s'apparente à un gel. Lorsqu'elle est drainée, il faut au minimum une demi-heure pour changer de consistance; en deçà de ce laps de temps, cela ne sert à rien, la lymphe n'a pas le temps de se liquéfier. Le praticien doit donc consacrer une séance d'une heure pour effectuer ce soin. Donner du temps est sa force, car les résultats s'en ressentiront. Remettre en route l'ensemble du système lymphatique et de la circulation sanguine en plus du travail le long des méridiens me semble donner un soin très élaboré et complet.

### Sur le visage, la Lymphe-Energie a-t-elle réellement une action ?

Oui, parce que le drainage lymphatique va permettre aux cellules de se régénérer, les points d'énergie qui lui sont associés vont stimuler quant à eux la circulation et la musculature locales, raffermir les tissus, et effectuer un lifting naturel. Les gestes sont légers et doux : on relance les liquides, et on termine par des points d'acupressing au pouvoir tonifiant.

[www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)

Notre carnet d'adresses page 60

- Gtao n° 21 : Massages traditionnels d'Asie (dossier)

- Gtao n° 22 : Fasciathérapie P. 52