



***par Bruce Bentley***

Malgré la modernité qui empiète, la ventouse en Grèce reste une méthode de guérison populaire, transmise de génération en génération comme une tradition familiale.

Alors que certaines personnes signalent la disparition de la ventouse en milieu urbain, de nombreuses personnes que j'ai rencontrées en Grèce, en particulier celles vivant dans les régions rurales, restent convaincues que la ventouse fait partie de la culture grecque et ne disparaîtra jamais. Cependant, lors d'une entrevue avec le professeur agrégé John Laskazatos, dans son bureau du département d'Histoire de la médecine de l'Université d'Athènes, il a déclaré que sa pratique avait diminué à partir des années 1960 environ. Jusque-là, " les ventouses étaient très répandues et constituaient la première réponse employée à la maison pour traiter la fièvre et le rhume ".

Avant même de me lancer dans un voyage de trois mois en Europe et en Afrique du Nord pour enquêter sur les pratiques traditionnelles de ventouses, j'avais choisi Meteora (qui signifie en grec "suspendu dans l'air") dans le centre de la Grèce continentale comme endroit où je prendrais un peu de temps. Je voulais visiter les anciens monastères orthodoxes perchés au sommet d'affleurements rocheux massifs, ils étaient remarquables. Cependant, alors que je me promenais dans la ville locale de Kalambaka lors de mon quatrième et dernier jour là-bas, je n'ai pas pu résister à tenter ma chance et j'ai frappé à la porte d'un médecin local pour voir s'il aurait le temps de parler de ventouses. Le docteur Konstantinos Manzanos, chaleureux et doux, âgé de 71 ans, m'a répondu et m'a souhaité la bienvenue dans son cabinet de médecine générale, où nous avons eu une discussion pendant des heures. Au cours de travaux sur le terrain, j'ai souvent constaté que parfois les meilleures et les plus satisfaisantes opportunités de recherche se

produisent quand on s'y attend le moins, tout comme une idée révolutionnaire qui jaillit de l'inconscient pendant le temps loin d'une tâche.

Le docteur Manzanos a commencé par me parler de sa mère qui a fait des ventouses à tout le monde dans sa famille en utilisant des tasses à café ordinaires. Il a ensuite rappelé que pendant ses années d'études en médecine à l'Université d'Athènes, de 1952 à 1959, les ventouses, bien que non enseignées, ont été discutées par certains de ses professeurs qui "en avaient une bonne opinion, en particulier pour le rhume, la pneumonie, la bronchite et la pleurésie". Les anciens professeurs l'ont même fortement recommandé, contrairement à ses livres médicaux qui soulignaient que les antibiotiques étaient beaucoup plus efficaces et scientifiques que tout autre mode de traitement. Le docteur Manzanos pensait que les ventouses n'étaient pas enseignées parce que les professeurs se sont rendu compte que la plupart des étudiants avaient déjà appris comment les pratiquer à la maison. Il a dit que même aujourd'hui, "à chaque maison de cette région rurale, au moins un membre de la famille sait le faire", et donc qu'il ne trouve pas la nécessité d'utiliser des ventouses dans sa propre pratique, bien qu'il conseille souvent aux patients : " Rentez chez vous et demandez à votre mère de vous faire les ventouses. "

Le docteur Manzanos a poursuivi en disant (ce que d'autres ressortissants grecs en Grèce et en Australie ont également confirmé), que les Grecs utilisent principalement des ventouses pour traiter les affections respiratoires. Il a dit : "Les Grecs reconnaissent que le principal avantage de la ventouse est de guérir les poumons en décongestionnant les mucoités des tissus pulmonaires et en éliminant le froid ". Le docteur Manzanos a toutefois mis en garde : "Il n'est bénéfique dans le traitement du rhume uniquement si le patient reste à la maison au chaud pendant au moins 12 heures après le traitement. Sinon, sortir à l'extérieur lorsque les pores de la peau sont ouverts aggravera la situation."

Chaque fois que j'entends cette exigence, on me rappelle à quel point les ventouses sont bien un traitement traditionnel pratiqué à domicile où le patient n'a pas besoin d'aller ailleurs et peut rester au chaud, confortable et protégé à l'intérieur. Comme en Chine, les Grecs sont très attentifs à la protection de la surface cutanée locale pendant et après la mise en forme de ventouses. Cela signifie que quel que soit le bénéfice qu'un patient peut tirer de la ventouse, s'il s'expose à des conditions météorologiques défavorables après le traitement, il vaut mieux qu'il n'ait jamais été traité en premier lieu.

Il est fascinant de se demander comment et quand les ventouses sont devenues une pratique grecque courante en mettant l'accent sur le traitement des affections respiratoires.

Selon l'éminent savant classique W.H.S. Jones (1959, p. xii), en Grèce vers 400 avant notre ère, " les maladies les plus importantes de l'âge hippocratique étaient les douleurs thoraciques, la pneumonie et la pleurésie (la tuberculose pulmonaire était également très générale) et diverses formes, subcontinue et rémittente de paludisme. " Pourtant surprenante, dans quelques 60 volumes de l'Hippocratic Corpus, il n'y a pas une seule recommandation de ventouses comme traitement pour les affections pulmonaires - bien qu'elle soit conseillée pour des conditions telles que l'arrêt des saignements menstruels excessifs et la correction de certains déplacements vertébraux.

En revanche, dans l'ère actuelle de la pratique médicale populaire grecque au moins, le traitement du rhume et d'autres affections respiratoires courantes est presque la raison première d'utilisation des ventouses- de la même manière qu'il est utilisé dans d'autres foyers ailleurs dans certaines parties de l'Europe traditionnelle. Nous ne pouvons que présumer que les ventouses ont été pratiquées par les ménages pendant des siècles, mais pendant combien de temps précisément il est impossible à évaluer en raison d'un manque de documents écrits. Les histoires orales peuvent certainement nous ramener quelques générations en arrière, mais au-delà, les choses deviennent floues.

Dans la pratique grecque, les ventouses sont souvent appliquées sur la surface de la peau pendant une courte période de temps - quelques secondes - puis retirées et réappliquées ailleurs dans une séquence progressive. Apparemment, les premières secondes pendant lesquelles la ventouse est placée sur la surface de la peau sont les plus efficaces pour éliminer les pathologies climatiques. Dans de nombreuses pratiques, j'ai même observé que les ventouses étaient "claquées" sur le corps avec un mouvement lâche du poignet pour avoir un impact spectaculaire sur la chair et retirer puissamment le froid et déloger les conditions congestives telles que le mucus des poumons.

Selon le docteur Manzanos, le facteur étiologique le plus important à l'origine des maladies respiratoires est le froid climatique ou ambiant pénétrant à l'intérieur, soit par la respiration (par inhalation), soit, encore plus important, par les pores de la peau, en particulier à l'arrière du cou et dans toute la région thoracique.

À son avis, les Grecs pensent surtout que le froid est la raison fondamentale de ces maladies, car en tant que sentiment subjectif "cela semble plus évident que les autres."

Il a ajouté que lorsque le froid est associé au vent, il est encore plus pernicieux, car le vent perturbe la couche protectrice de la peau et pousse le froid encore plus loin dans le corps. En fin, le docteur Manzanos a dit que la combinaison la plus invasive et la plus dommageable de facteurs météorologiques se produisait "lorsque le froid, l'humidité et le vent se combinent ensemble". Après 40 ans de pratique clinique, il est convaincu que "les ventouses les enlèvent mieux que tout autre traitement". Par conséquent, "nous pouvons dire, que les étiologies populaires traditionnelles des maladies respiratoires et d'autres maladies qui répondent à la ventouse sont de bonnes et vraies explications."

Le docteur Manzanos a également évoqué d'autres raisons d'appliquer les ventouses. Il les a recommandées comme traitement pour toutes sortes de douleurs à l'estomac, y compris la dyspepsie, le vomissement, la nausée et la douleur due au froid. Il pouvait conseiller de poser des ventouses directement et largement dans le haut du dos pour des problèmes pulmonaires, mais aussi de placer une ventouse sur le nombril pendant une demi-heure ou plus pour "retirer le froid accumulé" dans le corps, par exemple, lors d'une "faiblesse de l'immunité".

Il a également recommandé de ventouses pour la rigidité dans le bas du dos, ainsi que sur les jambes pour améliorer la circulation sanguine.

L'association étroite entre ces idées médicales grecques indigènes et celles détenues par la médecine traditionnelle chinoise est incontestable. À un moment donné, je lui ai demandé s'il était familier avec la médecine traditionnelle chinoise et il a répondu : "Non".

Enfin, j'ai demandé au docteur Manzanos s'il connaissait de jeunes médecins qui avaient des opinions positives sur les ventouses. Il a déploré : "Malheureusement non. Je pense que cela a à voir avec les grandes entreprises, les pharmacies qui font de l'argent et le fait de ne pas être impressionné par le fait que les gens puissent se soigner." Soit dit en passant, le Dr Manzanos était la seule personne que j'ai rencontrée en Grèce qui nomme les ventouses *sikia*, le mot grec original utilisé par les médecins hippocratiques, au lieu du terme latin *vendouzes*, qui s'infiltrait dans la langue vernaculaire populaire et restait depuis l'époque romaine. Quand j'ai commenté cela, il a souri et a dit qu'il préférait l'original.

Au moment de se séparer, le docteur Manzanos m'a offert un cadeau d'une réplique votive d'un sanctuaire de guérison du 8ème siècle avant notre ère dédié à Asclepios, le Dieu de la médecine et de la guérison. Représenté par un vénérable homme barbu en robe classique, tenant une jambe élargie (photo de gauche). Le détail de la face médiale de la jambe inférieure montre une grande veine saphène élargie (du grec *safaina* signifiant " être vu clairement "), ce qui peut indiquer que la personne qui a commandé cet ex voto souffrait de varices. Il est accroché dans mon bureau depuis.



Les ventouses sont un merveilleux sujet de recherche sur le terrain, car on peut rapidement être éloigné des circuits touristiques habituels et pénétrer dans les maisons et les conversations en étant profondément en phase avec la culture locale. Ce fut un privilège de rencontrer des gens aussi honnêtes et authentiques. À partir de mon journal, je vais maintenant raconter les trois jours que j'ai passés à Ioannina (prononcé yah-nih-nah), une ville pittoresque à côté d'un grand lac (lac Pamvotis) à environ 100 km de la côte nord-est.

Le premier jour, j'ai parlé avec Vicky Kalfakakou et Angelo Evangelou, tous les deux très bienveillants, les Professeurs Associés au Laboratoire de Physiologie Expérimentale de l'Université de Ioannina. La mère de Vicky avait été infirmière toute sa vie professionnelle et avait aussi beaucoup d'expérience en ventouses - elle était donc impatiente que je la rencontre. Lorsque nous nous sommes rencontrés ce soir-là, sa mère m'a dit : "Le but principal de la ventouse est de créer de la chaleur et de l'hyperémie afin d'enlever le froid du corps - non seulement des tissus de surface mais aussi des niveaux plus profonds."

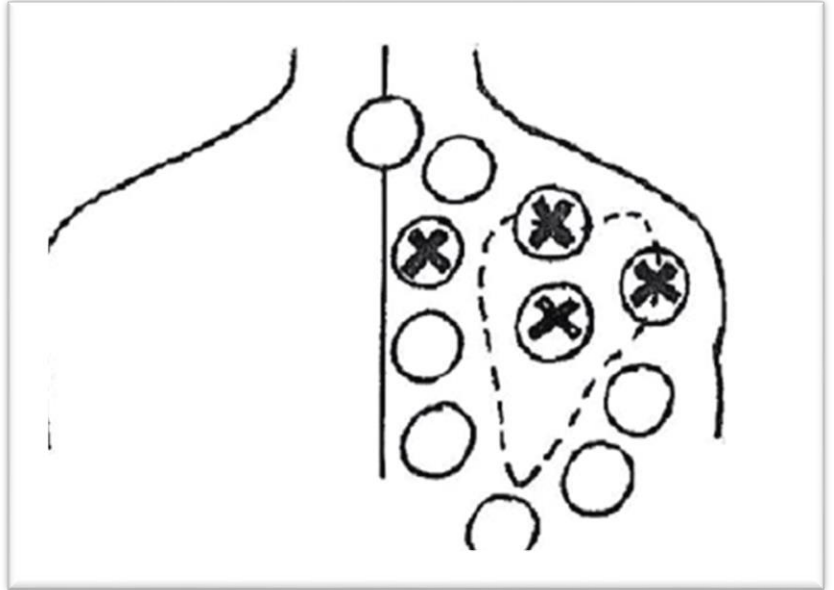
Madame Kalfakakou a également suggéré que je parle avec les pêcheurs locaux. Alors le lendemain matin, je suis descendu à l'embarcadère où j'ai demandé à un homme qui possédait un petit bateau s'il pouvait m'emmener sur l'île voisine. Là, j'ai eu la chance de rencontrer un pêcheur chevronné, Janus Sadas, qui a dit : "J'ai toujours recours aux ventouses si je ne me sens pas bien. Mais de nos jours, la plupart des gens que je connais prennent la voie facile et se font injecter ou prennent des pilules. Pas bon pour le corps. Vous savez, tout le monde le faisait il y a 40 ans, mais les choses ont beaucoup changé. Avant, surtout pour les pêcheurs, quand ils vont chercher le poisson, il fait souvent froid, pluie et vent, parfois neige, et ils avaient froid et une pneumonie. Ils se faisaient souvent faire des vendouzes. "

Plus tard dans la même journée, je n'ai pas eu besoin d'aller loin pour rencontrer une autre personne très encourageante et intéressée par les ventouses. Dans le petit hôtel où je logeais, les yeux de la propriétaire Soula Tzabana se sont éclairés lorsque je lui ai parlé de mon travail. Soula avait hérité ses compétences en ventouse de sa grand-mère de 99 ans. Elle était tellement enthousiaste que même avant le début de notre interview, elle a dit : "Je suis très intéressée ... j'adore!" Soula m'a dit qu'elle est devenue une fan de ventouses après que sa grand-mère l'ait rapidement guérie d'une maladie. Elle m'a gentiment donné des instructions sur sa pratique familiale de ventouses, ainsi qu'une démonstration pratique, qu'elle a réalisée sur une autre personne travaillant à l'hôtel.



## Le traitement de ventouses de Soula Tzabana

La pratique de Soula, délimitée par étapes, met en évidence ce qu'est un indicateur positif de ventouses pour établir la présence d'un froid pathogène. L'étape 1 détermine l'endroit où le froid se loge dans le corps, par l'apparition d'une marque circulaire sombre ou d'une série de marques, pendant et après l'application rapide des ventouses. L'étape 2 se concentre sur le drainage de ce froid des niveaux plus profonds du corps, en laissant les ventouses sur les sites focaux pendant une plus longue période. Ce traitement remédie au rhume, à la grippe, à la bronchite et aux douleurs musculaires.



### *Procédure de traitement*

Au stade 1, le praticien se tient à côté de la table pour appliquer puis retirer les ventouses et les réappliquer dans un flux constant d'activité. Le tempo est vif. Il y a un bruit de claquement lorsque chaque ventouse tombe sur la peau. L'intention est de faire frapper la ventouse et de concentrer intensément la libération des facteurs de froid et de vent contractés, logés dans les couches externes du corps. Utilisez cinq ou six ventouses chauffées à au moins la température corporelle. Avec la pratique vous pourriez même devenir aussi bon que la grand-mère de Soula : "Ma grand-mère n'a utilisé que deux ventouses, son habileté était très bonne." Cela indique qu'elle était très rapide et agile.

*La séquence d'entraînement est la suivante :*

### **Étape 1**

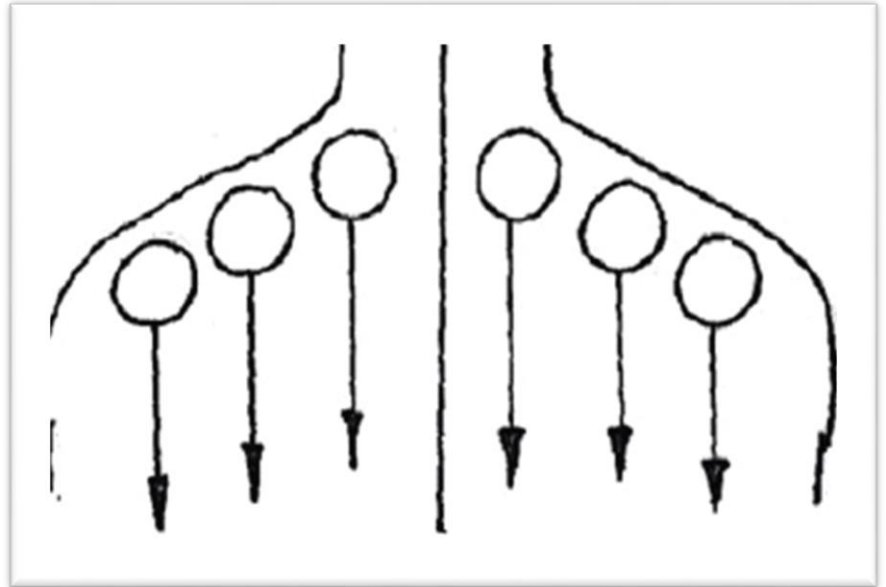
1. Commencez sur le côté droit du corps et placez la première ventouse à l'un des endroits où "X marque l'endroit".
2. Appliquer les quatre ou cinq ventouses restantes dans le sens inverse des aiguilles d'une montre autour du périmètre de l'omoplate, dont une ventouse au hasard au centre de l'omoplate au-dessus du muscle infraspinatus (l'emplacement de Tianzhong IG-11).
3. Après avoir fixé ces cinq ou six ventouses, retirez immédiatement la première ventouse et transférez-la à la position suivante, jusqu'à ce que la circumnavigation autour de l'omoplate soit terminée.
4. De la même manière, la prochaine ventouse est placée latéralement à T1, suivie d'une autre directement au-dessus de l'espace entre C7 et T1 (Dazui DM 14). Selon Soula ces deux endroits sont des « points importants pour traiter le rhume », surtout lorsque des symptômes de chaleur coexistent.
5. Faites de même pour le côté gauche du haut du dos en répétant les étapes 1 à 4 (dans le sens des aiguilles d'une montre).
6. Répétez les étapes ci-dessus cinq à dix fois.

## Étape 2

1. Notez les marques devenues foncées et recouvrez-les. Laissez la (les) ventouse (s) in situ pendant trois minutes. Couvrez tout le dos avec une serviette ou une couverture épaisse.

2. Retirez toutes les ventouses et massez le dos pour réchauffer et revigorer la circulation. En Grèce, l'alcool est souvent frotté sur la peau après les ventouses afin de réchauffer et de fermer les pores de la peau, de sorte qu'ils sont moins vulnérables à un autre accès d'attaque climatique externe.

Soula est passionnée de ventouses. Elle a dit plus d'une fois : "Les ventouses seront toujours utilisées parce que c'est efficace. Les jeunes doivent le savoir. Nous devons le transmettre."



### **La méthode de Margaret Moukas pour libérer le haut du dos du froid**

Le troisième jour à Ioannina je suis entré dans un magasin à la recherche d'une collation et en discutant j'ai demandé à la femme qui servait si elle connaissait quelqu'un à qui je pourrais parler de ventouses. Elle a dit : "Bien sûr, ma mère" et m'a invité à dîner pour la rencontrer ce soir-là. Christine, la propriétaire du magasin, a traduit pour sa mère Margaret Moukas, qui avait environ 70 ans. Elle a dit: "Ceci est notre méthode familiale de ma grand-mère. Notre méthode familiale de ventouses est une réponse rapide au rhume et à la douleur."

La méthode de Margaret consiste à appliquer sans aucune lubrification sur la peau six mouvements de balayage rapides parallèles vers le bas en utilisant la même ventouse (voir le dessin).

Au moment du contact elle tire la ventouse vers le bas environ 15 à 20 cm jusqu'à ce qu'elle quitte « naturellement » la peau.

Margaret a dit d'éviter la colonne vertébrale dans ce traitement. On m'a dit: "Pas sur la colonne vertébrale, les ventouses ont besoin de chair!"

J'ai également été informé qu'à chaque balayage vers le bas de la ventouse "le corps vous indique jusqu'où chaque ventouse doit voyager, car le froid qu'elle tire agit comme une jauge et libère naturellement l'adhérence de la ventouse de la surface de la peau lorsqu'elle a fait ce qu'elle doit faire".

Margaret a recommandé que chaque ligne soit glissée une seule fois. "Il n'est plus nécessaire d'en faire plus." Cette méthode, bien que robuste, est très satisfaisante à recevoir et ressemble à un croisement entre un traitement par ventouses et un traitement au gua sha.

*"Explorations of Cupping in Greece" a été originellement publié dans : The Lantern, un journal pour les praticiens en médecine traditionnelle chinoise (vol 10-1, 2012)*

Cet essai est basé sur deux semaines passées en Grèce en mai 1998.

Bibliographie : Jones, W.H.S. (1959) Hippocrate. Volume II. Grande-Bretagne : William Heinemann

## A PROPOS DE L'AUTEUR



Bruce Bentley a étudié la langue chinoise ainsi que la médecine chinoise à Taïwan durant cinq années, de 1976 à 1981. Son parcours d'études et de recherches sur les ventouses est international, à la rencontre de l'histoire de cette thérapeutique et des traditions populaires qui l'utilisent encore aujourd'hui.

Après avoir obtenu une maîtrise en Études de Santé sur la base de sa thèse intitulée "De l'application des ventouses en tant que technologie thérapeutique", il a également fait des études universitaires en Anthropologie Médicale, en Histoire de la Médecine, en Sociologie de la Santé et des Maladies et a obtenu un Diplôme d'Études Supérieures en Nutrition Clinique.

Ses recherches sur la tradition orientale de l'utilisation des ventouses au Vietnam l'ont ensuite emmené dans divers pays et hôpitaux asiatiques. Il a étudié à l'Université de médecine chinoise traditionnelle à Shanghai, à l'Hôpital de médecine tibétaine à Lhasa au Tibet, ainsi qu'à l'Hôpital de médecine traditionnelle ouïgoure d'Urumqi dans la province du Xinjiang en Chine.

Afin d'étudier la pratique des ventouses en occident, Bruce a séjourné à l'Institut australien du sport de Canberra où les ventouses sont employées pour traiter les blessures et améliorer les performances.

En 1998, ses recherches l'ont mené en Europe à la Bibliothèque de l'Institut Wellcome d'Histoire de la Médecine à Londres ainsi que dans le département d'Histoire de la Médecine de l'Université de Rome. Il a recueilli et étudié les traditions locales de l'utilisation des ventouses lors d'enquêtes de terrain en Sicile, en Grèce, en Bulgarie, en Turquie, au Maroc et en Tunisie. En juillet 2003, ses recherches l'ont mené au Cambodge. En 2013 et 2014, l'exploration des techniques s'est poursuivie en Grèce avec deux voyages de six semaines chacun.

En France, Bruce a enseigné les ventouses et le Gua Sha à l'Institut Chuzhen de Médecine Chinoise à Paris, à Lyon, Saint Quentin et plus récemment à Toulouse en mars 2020. Il a également enseigné à Montréal au Québec.

Praticien enregistré en acupuncture et pharmacopée chinoise basé à Melbourne, en Australie, il est conseiller éditorial à la Division de médecine traditionnelle complémentaire et intégrative de l'Organisation mondiale de la santé.

Il est également Directeur de Health Traditions : [www.healthtraditions.com.au](http://www.healthtraditions.com.au)  
Email: [healthtr@inet.net.au](mailto:healthtr@inet.net.au)



**profil perso** : Bruce Bentley - **profil pro** : Health Traditions