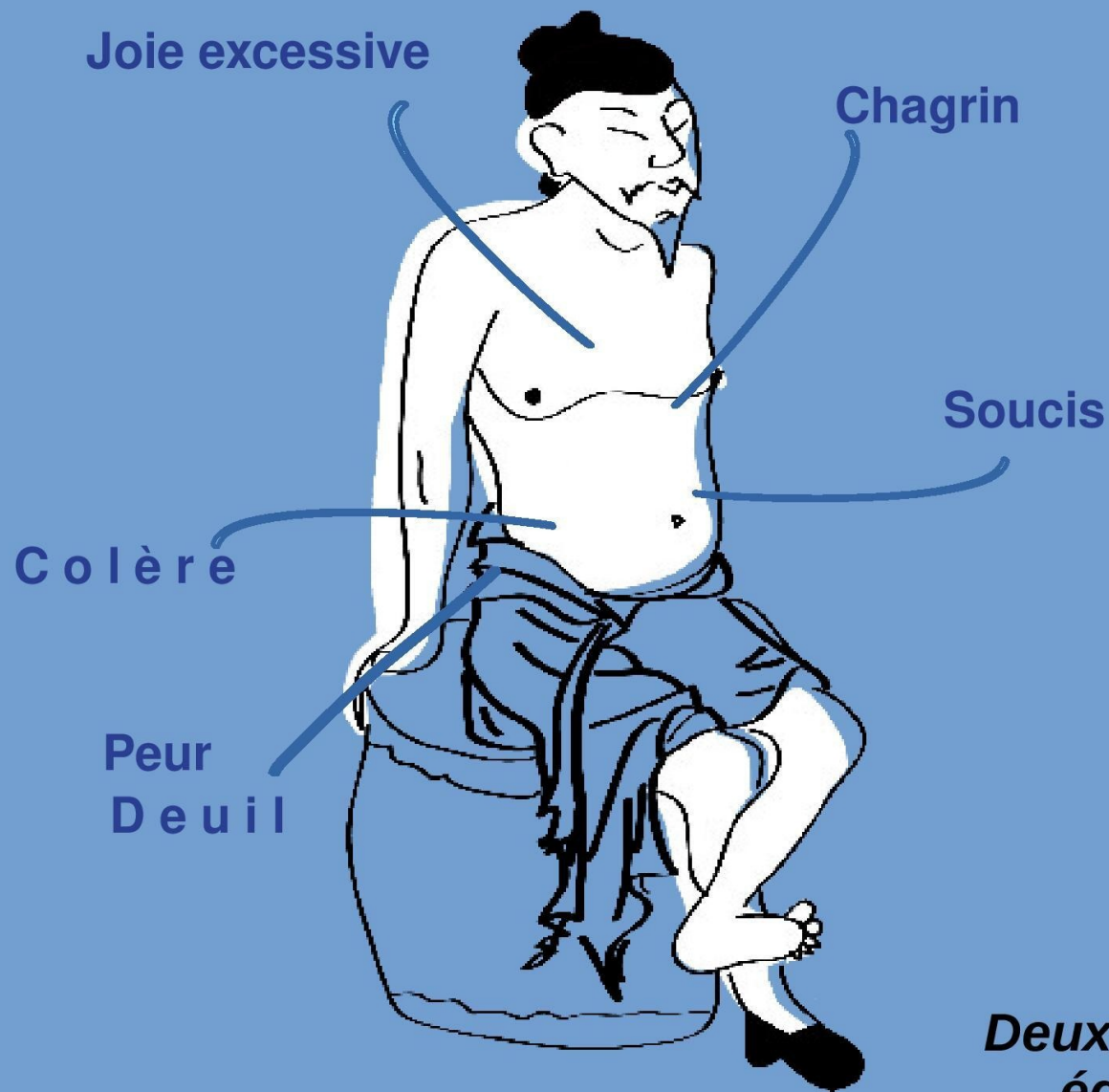


Acupuncture & Émotion

Regards croisés d'un physicien et d'un médecin acupuncteur

Docteur NGUYEN Phuong Vi et Alain CAPMAS



*Deuxième
édition
revue et
augmentée*

Alain Capmas
Phuong Vi Nguyen

Acupuncture et Émotion

regards croisés d'un physicien et d'un médecin acupuncteur

© Alain Capmas, Phuong Vi Nguyen, 2026

ISBN numérique : 979-10-439-1587-1

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

« Hoang Ti¹, l'Empereur Jaune, dit : je gouverne dix mille peuples. Je nourris cent familles et j'en reçois les impôts. Je me plains lorsqu'ils ne subviennent plus à leurs besoins et surtout lorsqu'ils tombent malades. Je désire qu'ils soient préservés des remèdes toxiques.... »

*(introduction du *Ling Shu*,
le livre d'acupuncture écrit vers 200 avant notre ère)*

Prologue

Chacun de nous espère vivre en bonne santé, mais sait à quel point nous ne sommes pas égaux sur ce plan. Certains gardent une forme insolente toute leur vie, d'autres supportent en permanence des maux plus ou moins pénibles. Les symptômes des malaises et maladies sont en général bien identifiés, mais peuvent évoluer au fil du temps et provoquer des dysfonctionnements, des douleurs erratiques. Les émotions y jouent un rôle difficile à définir, ce qui incite le spécialiste à estimer qu'ils relèvent d'une « maladie psychosomatique ».

La Médecine Moderne rencontre de grandes difficultés à traiter ces symptômes indéfinis. Elle s'est focalisée sur la maladie et non le malade avec grand succès, mais aussi des limites. Elle propose des traitements médicamenteux, parfois non anodins et mal appropriés, et demande une multitude d'analyses dont le résultat ne paraît pas toujours probant. De surcroît, certains traitements peuvent entraîner des effets secondaires non négligeables. Ces insuffisances font régulièrement l'objet de commentaires, voire de critiques, comme Molière se les permettait en son temps.

La Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) apporte des réponses inhabituelles pour la Médecine Moderne, avec des traitements qui permettent de retrouver une surprenante harmonie intérieure. Ce bien-être provient d'un sentiment d'équilibre retrouvé après un temps trop long de vie instable.

Les connaissances de cette médecine ont été regroupées puis rédigées dans le « So Ouen Nei King », une véritable encyclopédie² à la fin des royaumes combattants, lorsque la dynastie Han s'est installée, soit vers 200 ans avant notre ère. C'est sur la base de ce document, testé, commenté et amélioré au fil des siècles, que travaillent encore les praticiens en MTC.

La somme Nei King (Nèi Jing) comprend deux ouvrages : le Lin Shu (Lìng Shū), le plus ancien et le So Ouenn (Sù Wèn). Le premier décrit la méthode et les traitements d'acupuncture, le second explique très concrètement le fonctionnement de l'Humain, fondé sur une multitude d'observations cliniques. Les raisonnements utilisés s'appliquent à l'acupuncture, ainsi qu'à la pharmacopée chinoise et la diététique.

La Médecine Traditionnelle Chinoise aide chacun à vivre en harmonie avec ses émotions et son environnement dans une recherche d'équilibre personnel.

Tout est question d'équilibre des circulations d'énergies pour maîtriser son bien-être.

Le raisonnement rigoureux qui y aboutit sera expliqué et illustré.

Car telle est la vocation première de l'acupuncture. De par sa longue connaissance expérimentale, elle s'inscrit dans une approche globale de l'équilibre entre les différents organes du corps humain, mais aussi entre l'homme et son environnement physique et psychique.

Le sage Khi Pa (200 ans avant notre ère) expliquait³ « ceux qui se mettaient en harmonie avec la destinée universelle étaient modérés dans leur alimentation, leur déplacement, leur travail. Ils conservaient le corps et l'esprit, vivaient suivant leur destin et mouraient au-delà de cent ans ».

Afin d'obtenir cet équilibre, cette homéostasie, la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), dont l'acupuncture est l'une des principales pratiques, décrit de façon rigoureuse les relations entre les organes vitaux - les énergies qu'ils échangent - et les sens ; elle établit les liens entre organes et émotions. La MTC se focalise ainsi sur l'équilibrage de ces énergies entre elles, organe par organe, en agissant principalement par une pharmacopée (ensemble de produits de soins) et des aiguilles mises dans des endroits précis du corps au milieu d'un circuit complexe (de Méridiens ou de Vaisseaux).

La méthode logique des cinq éléments (présentée sous une forme synthétique en fin d'ouvrage) sera expliquée avec ses schémas trop souvent vus et le plus souvent mal compris. À travers eux est présentée une méthode de soins qui recherche, au-delà des symptômes, les causes internes pour rééquilibrer la circulation énergétique entre les organes du corps.

L'acupuncture Cime, symptomatique, sera distinguée de l'acupuncture Racine en privilégiant cette dernière. En acupuncture, les textes anciens définissent en effet deux approches, qui sont les suivantes :

– L'acupuncture dite Cime traite directement le symptôme. Elle n'étudie pas en profondeur l'état général du patient, pas plus que son hygiène de vie ou les causes internes potentiellement à l'origine de la pathologie. Elle traite la douleur d'une manière ponctuelle, à l'aide de points stéréotypés. Elle est très efficace dans le traitement de symptômes conjoncturels d'origine externe. Prenons le cas, par exemple, d'une tendinite survenue lors d'un faux

mouvement en sport : elle se soigne par des points qui entourent la zone douloureuse.

– L’acupuncture Racine recherche les causes du déséquilibre initial des organes vitaux, des blocages ayant provoqué les symptômes afin de les traiter. Le praticien prend en compte l’état de santé du patient, son hygiène de vie, son environnement, et enfin les émotions qu’il perçoit. En reprenant le même exemple de la tendinite, mais cette fois-ci une tendinite récurrente et sans cause externe apparente, il faut alors rechercher la racine de la pathologie, qui est très probablement liée à un dysfonctionnement du foie.

Ce livre va décrire et expliquer cette acupuncture Racine.

Le traitement Racine va à la recherche des causes internes pour rééquilibrer l’ensemble de la circulation énergétique entre les organes. En effet, lorsqu’un organe est déséquilibré, il perturbe le fonctionnement de tous les autres organes, avec des effets qui semblent sans lien apparent si l’on ne connaît pas les schémas fonctionnels décrits.

En deuxième lieu seront étudiés les facteurs externes qui favorisent l’équilibre et l’harmonie entre l’être humain et son environnement. Les recommandations sont simples, mais peu souvent appliquées... Les causes externes sont aussi analysées et mises en évidence avec le patient ; c’est alors à ce dernier de comprendre et maîtriser l’impact de ces influences externes sur sa santé.

À travers les illustrations cliniques présentées dans ce livre, les auteurs démontrent ainsi pourquoi :

- Il ne suffit pas de localiser des points pour traiter des symptômes, mais encore faut-il prendre en compte et soigner *l’ensemble* du corps pour lui permettre de retrouver l’équilibre perdu ;
- Il faut prendre en considération l’état des cinq organes vitaux (Cœur, Rate-Pancréas, Poumon, Rein et Foie) ;
- Les interactions et les incidences de ces organes sur les entrailles.
- Les agressions nées de déséquilibres extérieurs,
- Les cycles et leurs influences décisives : cycles diurnes, lunaires, solaires et cycles de vie.

Autant de repères qui permettent au médecin acupuncteur de décrire le bocal de vie dans lequel plongent les racines du patient et de poser l’acte

thérapeutique adéquat.

Il en résulte une explication rigoureuse des échanges énergétiques, dans le cadre d'interactions cycliques.

Ces échanges sont aussi externes. Ils ont alors lieu entre ascendants et descendants, entre partenaires, entre l'être humain et son environnement tant physique (logement, lieu de travail) qu'alimentaire et enfin entre patient et soignant.

Tout est question d'échanges d'énergies et d'informations. La recherche et le soin des blocages qui perturbent l'harmonie sont primordiaux.

Ainsi chacun doit trouver son axe, un équilibre qui ne doit pas être trop perturbé par son environnement. C'est là que l'acupuncture peut avoir un apport majeur. Le livre l'explique au travers de nombreuses illustrations cliniques.

Parallèlement, les concepts de la Médecine Traditionnelle Chinoise sont confrontés aux lois de la physique, d'où le sous-titre, *Regards croisés du physicien et du médecin acupuncteur*. Ceci illustre le dialogue compliqué, mais riche qui existe entre les sciences dures et les sciences de l'Humain pour tenter d'expliquer les mécanismes mis en œuvre.

→ NGUYEN Phuong Vi est médecin acupuncteur. Parlant de sa pratique, elle dit : « Ces rendez-vous n'excèdent pas six séances consécutives, gage du diagnostic bien posé et de l'efficacité thérapeutique. Pourquoi ce défi permanent ? Car je ne veux pas entretenir la maladie ! Ma perception des patients et mes intuitions sur l'origine des pathologies, je les dois à ma propre expérience. »

– Alain CAPMAS est ingénieur-physicien. Pendant la majeure partie de sa carrière, il a réalisé puis dirigé des recherches. Il dit : « J'ai cherché toute ma vie avant tout à évaluer les résultats expérimentaux et leur qualité afin de pouvoir ensuite envisager des modèles explicatifs. Au fil des ans, mon discernement s'est aiguisé, et je suis sensible à la rigueur du raisonnement de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Il me manquait de comprendre ce qui la fonde, d'où les travaux que j'expose. »

Les codes (langage et formulation) sont différents entre leurs univers respectifs ; leurs méthodes d'analyse sont différentes et, de plus, chaque être humain est unique.

Pourtant, l'étiologie du médecin traditionnel chinois est d'une rigueur surprenante, d'une logique qui ressemble étrangement à l'analyse des causes en physique.

C'est pourquoi les deux auteurs ont débattu longuement de cet art qu'est la médecine chinoise pour en expliciter les méthodes. Ils ont décidé de rédiger ce livre qui donne une vision croisée médicale et physique de la santé et du bien-être. La première édition a suscité de nombreuses remarques et questions de lecteurs dont les auteurs ont tenu compte pour cette deuxième édition. Que tous ceux qui ont contribué par leurs réactions soient chaudement remerciés.

Bon voyage dans ce monde surprenant pour ceux qui se pensent rationnels ! Et n'oublions pas Carl Jung : « réfléchir est difficile, c'est pourquoi la plupart des gens jugent ».

Chapitre 1 : Première expérience

Je suis allongé sur le dos, sur la table d'examen, sous une petite couverture, avec six aiguilles plantées dans le corps. Le cabinet médical est tout blanc. En baissant les yeux, je peux apercevoir une photo de la baie d'Ha Long, plongée dans le brouillard ; la teinte majeure est un vert jade très léger. L'ensemble du cabinet médical respire la sérénité. Pourtant, ce n'est pas le sentiment que j'éprouve. Je me perçois plutôt comme une baie bretonne après une forte tempête : j'ai l'impression que des arbres ont été arrachés, que le sable est remonté, mais que le soleil d'après tempête illumine tout et donne un regard nouveau. Je me sens mieux, mais bizarre.

Que m'arrive-t-il ? Que suis-je venu faire là ? Lorsque je suis entré dans le cabinet médical, j'étais dubitatif. Depuis un temps trop long pour moi, je n'allais pas bien, souffrant de problèmes de dos. J'avais vu mon généraliste qui m'avait envoyé chez un spécialiste, lequel m'avait envoyé chez un confrère.... Je repartais, après chaque consultation, avec une ordonnance... et une inquiétude : est-ce que, cette fois, ça allait marcher pour de bon ? En effet, chaque nouveau médicament prescrit améliorait instantanément mon état, mais des effets secondaires désagréables apparaissaient en peu de temps, comme des maux de tête légers, mais pénibles. J'avais l'impression d'avoir fait le tour et de ne plus pouvoir continuer à explorer la palette médicamenteuse allopathique française.

Un jour, alors que mon mal de dos m'avait fait sortir encore une fois d'une réunion à la hâte avec le téléphone dans la main pour simuler un appel important, un collègue m'aborde dans le couloir et me dit : « Pourquoi n'essaies-tu pas l'acupuncture ? ». Sur le moment, je l'ai regardé comme s'il était membre d'une drôle de secte, celle des amateurs d'ésotérisme et de médecine parallèle. Mais un médecin acupuncteur avait guéri quelques années plus tôt un ami d'un rhume des foins invivable et ce collègue lui-même, qui semblait aller très mal il y a quelques mois, avait changé. Lui qui était souvent désagréable et ronchon était maintenant plein d'allant, gai et ouvert. Je lui avais fait remarquer un jour qu'il était désormais très apprécié, et il m'avait répondu sur le ton de la confiance : « L'acupuncture ». À ce moment-là, il m'avait un peu surpris et j'avais vite oublié notre courte conversation.