

CONGRÈS
D'ACUPUNCTURE AFERA

AU FIL DES ÉMOTIONS

18 / 19 MARS 2016 NÎMES

AVERTISSEMENT

Les articles publiés dans les actes reflètent uniquement les opinions de leurs auteurs.

Les prises de décision d'un rédacteur ne sauraient engager les autres rédacteurs, ou représenter une position officielle des organisateurs du congrès.

Les textes des articles sont diffusés tels qu'ils ont été fournis par leurs auteurs, au comité de rédaction du congrès.

Leur forme et leur fond sont sous la responsabilité exclusive de leur auteur.

Association Française pour l'Etude et la Recherche en Acupuncture



SOMMAIRE

ALEDO K. :

Les émotions au centre de la Terre *page* 1

DARDALHON B. :

La Sémantique de la Colère *page* 15

ROQUERE H. :

Emotions et fécondité *page* 29

CHABRE V. :

La Tristesse et le Deuil *page* 39

VERDOUX B. :

La langue des émotions : Diaporama

DOYER M., DESESQUELLES S. :

La peur « kong » après une mort fœtale in utéro :
accompagnement par la sage-femme acupuncteur *page* 57

GIRAUD J.P. :

Abord pratique de points en relation avec les émotions *page* 75

FRACHON L. :

Bonnard, peintre de la Joie *page* 89

AUSSEDAUT E. :

Le Singe et le méridien de Vessie *page* 105

LAFONT J.L. :

La régulation des émotions *page* 123

BARRUCAND S. :

Dynamique énergétique du couple *page* 135

COJAN P. :

De l'émotion à la sérénité *page* 145

LES EMOTIONS AU CENTRE DE LA TERRE

Docteur Karine Aledo Remillet

RÉSUMÉ : Lorsque la Rate est au centre du cycle saisonnier, elle est comme la Terre qui tourne sur son axe et engendre les saisons. Son mouvement cyclique d'aller et retour se donne à voir à plusieurs niveaux : recevoir la semence et donner la récolte, recevoir la nourriture et donner le propos, son activité mentale, la réflexion, est un retour de la pensée sur elle-même. Dans le même ordre d'idée, si la Rate est responsable du goût, son émotion pourrait être le **DÉGOÛT**. A partir de ce postulat, on peut analyser les pathologies émotionnelles de la Rate basées sur les troubles de ce mouvement d'échange, depuis la perte du Centre (qui n'accueille pas assez) à l' « excès de Centre » (qui se ferme au monde extérieur avec dégoût et aversion). Cette vision de la Rate éclaire les indications des points sous un jour différent.

MOTS CLÉS : Rate, centre, dégoût, mouvement, repli, rejet

Dr K. ALEDO REMILLET - Le Boutarel, 26 rue du faubourg du Nord - 34130 MAUGUIO

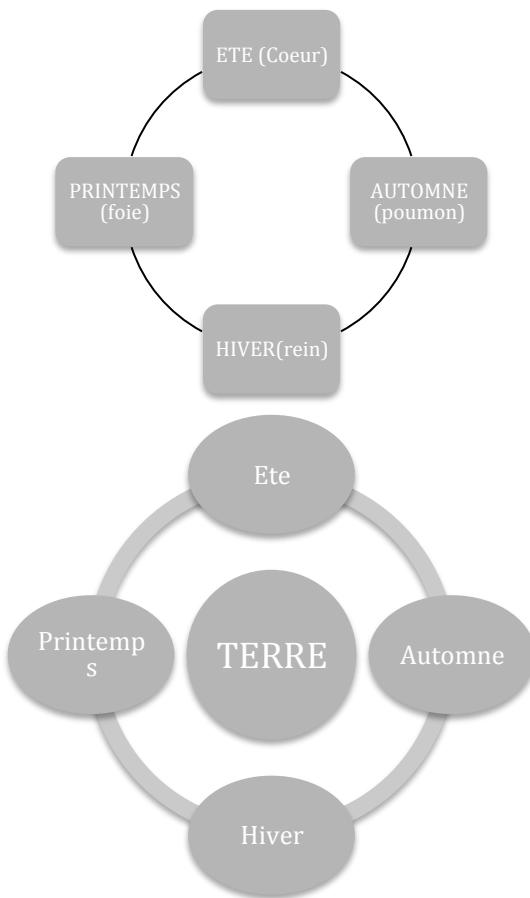
INTRODUCTION

Dans l'Antiquité, on considérait exclusivement l'origine externe des maladies. Leur prise en charge était du domaine des chamanes et des prêtres jusqu'au début de la dynastie des Han. Par la suite, les médecins ont vu leur place grandir jusqu'à devenir prépondérante, mais sans que cela ne modifie le modèle étiologique dominant. C'est entre les IIIème et Ier siècles avant notre ère que l'on voit apparaître les causes internes des maladies, notamment la joie et la colère (LS66). Et lorsque, succédant et s'intégrant au système du *yin-yang*, le système des 5 mouvements se met en place, calqué sur les cycles saisonniers, on voit apparaître le système des correspondances entre les *zang* et les émotions que l'on connaît aujourd'hui. (1)

Cependant, il existe 4 saisons et 5 *zang*, ce qui a donné lieu à plusieurs interprétations possibles de la place de la Rate dans le cycle saisonnier (centre, 5ème saison, 6ème mois à la fin du printemps, inter saisons). Par ailleurs, on l'a successivement associée à l'EXCES DE REFLEXION, le SOUCI, l'AFFLICTION qu'on assimile parfois à un choc émotionnel, la CRAINTE RESPECTUEUSE, la COMPASSION... Pourtant ce ne sont pas à proprement parler des émotions... Il est donc troublant de constater que contrairement aux autres *zang*, la Rate est l'organe pour lequel l'émotion est la moins évidente à définir.

Il m'a paru intéressant de mettre la Rate au centre de la Réflexion et ce, à partir de la lecture des textes classiques et des indications des points.

I – LE MOUVEMENT DE LA RATE ET LE CYCLE COSMOLOGIQUE



Chaque *zang* a un mouvement physiologique : le Foie a l'extériorisation du printemps, le Cœur le rayonnement de l'été, le Poumon l'intériorisation de l'automne et le Rein la thésaurisation (conservation) de l'hiver. Quel est le mouvement de la Rate ?

J'ai choisi pour répondre à cette question le modèle du cycle en 4 phases saisonnières autour d'un centre : La Terre, correspondant à la Rate.

Dans le Grand Plan, *Hong fan* (ouvrage situé entre -V –IVème siècles avant notre ère), on évoque pour la première fois les 5 éléments, dans l'ordre suivant :

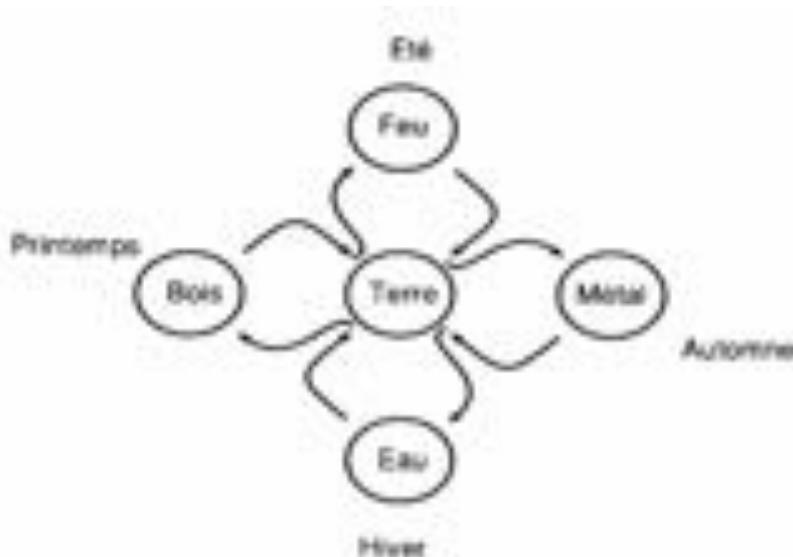
1-l'Eau, 2-le Feu, 3-le Bois, 4-le Métal et 5-la Terre, le 5 désignant la stabilité de l'ensemble mais également « l'ouverture du système à quatre temps sur l'extérieur », d'après le Dr Du Bois.

Dans le chapitre 29 du Su wen, on retrouve le dialogue suivant :

« HD : pourquoi la Rate n'a t-elle pas la souveraineté d'une saison ?

QB : La rate est Terre, elle gouverne le Centre. En toute saison elle est « soutien de famille » pour les 4 autres viscères qui lui déléguent chacun 18 jours de commandement. Elle n'a donc pas de saison propre. La Rate recèle l'essence de la Terre qu'elle tient normalement de l'Estomac. La Terre, donnant naissance aux créatures, prend modèle sur l'univers, elle est en haut et en bas, à la tête et aux pieds, elle ne peut se contenter d'une saison. » (2)

Ainsi, le Souffle du Ciel anime la Terre et le *yin* de la Terre lui répond, générant les saisons, et à la fin de chaque saison, la Terre permet la transformation en saison suivante. On peut également représenter le cycle avec ces 18 jours d'inter saisons correspondant à la Rate, ces 18 jours où le Qi du Ciel retourne à la Terre pour se reconstituer.



Les Cinq Éléments et le cycle des saisons.

On voit ainsi apparaître un mouvement de réflexion, un aller-retour entre le centre et la périphérie. On retrouve cette fonction dans le texte « Le grand plan » : « (...) LES PROPRIETES DE LA TERRE SONT DE RECEVOIR LA SEMENCE ET DONNER LES RECOLTES. » (3)

Ainsi, la Terre est le Temps, car elle comprend toutes les saisons, et elle est l'Espace, car elle est le Lieu des transformations. Elle est la matière et la forme (*xing*). Elle est l'élément stabilisateur de l'ensemble, c'est le pivot des 4 saisons, et son mouvement est CIRCULAIRE, comme la Terre qui pivote autour de son axe. Ce mouvement de ré-flexion de la Rate, d'aller retour, se retrouve à plusieurs niveaux :

II – MOUVEMENT DE LA RATE ET TAI YIN

C'est dans le Shang Han Lun, (le traité des attaques du Froid, ouvrage de Zhang Zhongjing (150-219) daté de la fin de la dynastie des Han) que l'on décrit les 6 méridiens par lesquels progresse la pénétration du Froid Externe. Mais l'usage de ces 6 méridiens peut être plus largement conçu, comme si, pour l'exemple de *tai yin*, il s'agissait d'un seul grand méridien doté de 2 unités fonctionnelles, la Rate et le Poumon. *Tai yin* est alors le plus externe des méridiens *yin*, ouvert sur l'environnement intérieur, permettant au Qi postnatal de *yang ming* de nourrir le corps (4). La digestion comme l'intellect ont besoin d'une cadence pour fonctionner sereinement, la respiration calme, imprime ce rythme et comme le flux des

aliments bruts chemine dans le tractus digestif pour obtenir les nutriments utiles, la sérénité permet le processus lent et organisé grâce auquel le flux des idées prend progressivement forme et s'organise en une pensée claire, avec l'aide du Cœur.

La Rate nourrit la chair, le Poumon gouverne la peau ; la peau en enveloppant la chair donne à l'être humain ses contours et la chair lui donne son volume, à eux deux, ils lui donnent sa forme (*xing*) et ses limites vis-à-vis du monde extérieur. Dans la phase d'INSPIRATION ou d'absorption, la Rate, qui correspond à la bouche et au goût, absorbe les 5 saveurs (exprimant ainsi le fait qu'elle englobe tous les organes *yin*), et le Poumon吸吸 le *qi* de l'air ; à eux deux ils forment le *qi* acquis de l'organisme, le *zong qi*. A l'EXPIRATION, la bouche forme les sons, l'air expiré les fait résonner, à eux deux, ils émettent les paroles, forment le propos (*yi*). Pour R. Du Bois, *yi* est l'« intelligence de l'environnement, dans le sens étymologique d'intellegere, lier, mettre ensemble, vocation toujours de la Terre » (5)

On voit apparaître l'idée d'un corps central, qui reçoit la semence, au sens propre ou au sens figuré et qui donne sa récolte, nourriture du corps ou de l'esprit, on voit un mouvement permanent du monde intérieur au monde extérieur et du monde extérieur au monde intérieur, qui se nourrissent mutuellement.

III - MOUVEMENT DE LA RATE ET ACTIVITE MENTALE

L'activité mentale de la Rate est la RE-FLEXION, étymologiquement, retour de la pensée sur elle-même, « puissance de se replier sur ses idées, de les examiner, de les modifier et de les combiner de manières diverses ». Il s'agit d'un retour sur soi, mais qui signe aussi la flexibilité, l'adaptabilité. Et quand une réflexion retourne sur son passé, il s'agit de MEMOIRE.

IV – MOUVEMENT DE LA RATE ET EMOTION

Définition de l'émotion : (étymologie de émouvoir, mouvement). « Etat de conscience complexe, généralement brusque ou momentané, accompagné de troubles physiologiques (pâleur ou rougissement, accélération du pouls, palpitations, sensations de malaise...), par extension, sensation agréable ou désagréable, considérée du point de vue affectif. » (6)

Une émotion est provoquée par un stress physiologique, entraînant un comportement et une réaction physiologique orientés vers la survie.

Au stade d'un organisme unicellulaire, il s'agit du plus simple couple attraction/répulsion. On peut parler de chimiotactisme, qui désigne l'attraction ou la répulsion d'un organisme unicellulaire par une substance chimique. Par exemple, les bactéries mobiles peuvent réagir à des stimuli, être attirées par des substances nutritives, comme le sucre, les acides aminés, l'oxygène, ou être repoussées par des substances nuisibles.

Si on considère l'organisme unicellulaire comme l'unité fondamentale de la digestion, comme une modélisation simplifiée de la Rate, on voit encore s'organiser ce mouvement d'aller-retour, d'attraction/répulsion, d'intelligence de l'environnement, de ce qui est bon ou mauvais pour l'individu.

D'ailleurs, dans le chapitre 5 du Su Wen, on peut lire « L'homme a 5 viscères élaborant 5 souffles qui engendrent la joie, la colère, LA COMPASSION (*bei* qui peut se traduire aussi affliction ou tristesse), le chagrin et la crainte. ». Si la compassion (souffrir avec) se rapporte à la Rate, en tant que sympathie (terme d'étymologie grecque, proche de compassion sans la notion religieuse de souffrance) elle signifie la capacité à aller avec quelqu'un, à se mettre à sa place, à se décentrer...

Alors, on peut penser que l'émotion de la Rate apparaît dans ce mouvement élémentaire à la survie, le mouvement en miroir de l'attraction, du goût, il s'agit du DÉGOÛT, qui peut aller

de l'INAPPETENCE jusqu'à l'AVERSION (de adversio, adversaire, aller contre), du dégoût alimentaire jusqu'au dégoût de l'Autre.

Les manifestations physiques sont le mouvement de recul, la nausée, les hauts-le-cœur. On retrouve dans le SW5, la réaction émotionnelle de la Rate est l'Eruption... et le dégoût alimentaire et plus spécifiquement le dégoût des viandes est un signe évocateur d'un cancer des voies digestives, cas extrême de glaires.

Ce dégoût, lorsqu'il est physiologique, protège l'individu d'une intoxication ou d'un danger, lorsqu'il est excessif, il devient pathologique. Il peut être propre à la personne ou bien socioculturel, appris, cf. l'ouvrage « la dimension cachée » Edward T. Hall. (7)

NB : La notion de Crainte Respectueuse rattachée à la Rate, très empreinte de connotation culturelle (respect de la fonction de l'Empereur mais aussi crainte de son droit de vie ou de mort sur ses sujets), évoque aussi cette ambivalence, en associant dans la même formule un mouvement de recul et d'attriance, presque un oxymore. Même s'il ne s'agit pas à proprement parler d'une émotion mais d'une posture sociale, le mouvement correspond bien à la Rate.

V – MOUVEMENT DE LA RATE ET PATHOLOGIE

Lorsque la Rate fonctionne bien, la personne est centrée, les organes sont en place et les quatre membres sont forts, son monde intérieur et le monde extérieur sont en harmonie, et elle est assez forte pour se décentrer, ressentir de l'empathie et échanger. Il peut y avoir rupture du mouvement d'échange

LORSQU'IL Y A PERTE DU CENTRE (PAS ASSEZ DE MOUVEMENT VERS L'INTERIEUR) : la pensée est désorganisée. En situation aiguë, comme lors d'une peine profonde, un choc émotionnel, on peut parler d'affliction (*bei*) qui déstructure la pensée. En situation chronique, il peut s'agir de tableaux de démences avec angoisse, inhibition, troubles de la mémoire. Ce sont des tableaux de

Vide de Qi de Rate et de Sang du Cœur, le *shen* n'est pas enraciné, ou

Vide de Yang de Rate et de Rein, glaires et obstruction du *shen*.

LORSQUE LE CENTRE EST TROP FORT (PAS ASSEZ DE MOUVEMENT VERS L'EXTERIEUR VOIRE REJET), le mouvement d'ouverture au monde ne peut s'effectuer, il y a un excès de « rotation », dans ce cas, on retrouve 2 cas de figures :

- le patient est trop centré sur lui, avec de la paresse, de l'égoïsme ou des pensées obsessionnelles, du ressasement.

- le patient est tellement tourné vers l'intérieur qu'en conséquence il y a un rejet de l'extérieur avec des aversions et des phobies. Dans ces 2 cas, il y a un vide de *qi* de Rate, avec de l'humidité ou des glaires qui fixent et figent la pensée et qui à leur tour épuisent le *qi* de la Rate.

VI – ANALYSE DES INDICATIONS DES POINTS

A la lecture des indications des 361 points des méridiens dans différents ouvrages de référence (8,9,10,11), on est surpris de constater qu'il est très peu question de pathologies mentales, on retrouve seulement des notions larges comme les folies *dian kuang* ou la schizophrénie. Concernant la Rate et l'Estomac, en utilisant le cadre d'analyse basé sur ce mouvement d'échange, *dian* est un manque d'extériorisation et *kuang* un excès, il faudra en cas de manque tonifier la Rate, ou bien en cas d'excès dispenser les glaires chaleur de Rate Estomac. En revanche, la schizophrénie peut être perçue comme une telle perte de forme et de centre, qu'il s'en crée plusieurs (dédoublement de personnalité).

Finalement, l'ouvrage le plus riche en indications psychiques est l'ouvrage de Soulié de Morant et les points concernés sont

- 1) la plupart des 5 points *shu* (*wu shu xue*) et les points *luo*.
- 2) les points abdominaux et thoraciques.

Nous avons donc cherché les points dont les indications psychiques évoquent un trouble du mouvement d'échange de la Rate en fonction des 3 cadres décrits, (insuffisance du centre, centré sur soi et rejet du monde), générant des symptômes allant de l'inappétence à l'aversion en ne gardant que ceux qui avaient une indication psychique ET digestive.

1- EMOTIONS DE LA RATE SELON LA THEORIE DES MERIDIENS : LES POINTS DES MEMBRES

A- POINTS DE RATE :

RATE	INSUFFISANCE DE CENTRE	CENTRE SUR SOI (REPLI)	AVERSION POUR LE MONDE EXTERIEUR (REJET)	INDICATION SYSTEME DIGESTIF
1Rt-Yin Bai			Ke Wu des enfants, timide, peur des visiteurs	inappétence
2Rt-Da Du point de T°	<u>Pas de vie intérieure, manque de conscience morale, de discipline intérieure, ne peut se concentrer, manque d'esprit de synthèse...</u>	égoïste, exagération des soucis	Ke Wu des enfants	Difficulté à s'alimenter, dégoût des graisses et féculents
3Rt-Tai Bai		Paresse, lassitude		inappétence
4Rt-Gong Sun point <i>luo</i>	vide de VB, inquiétude, propos incohérents.			vomissements
5Rt-Shang Qiu point de D°		<u>Exagération des soucis, peur de l'avenir</u> <u>Anxiété obsessionnelle, pessimisme</u>		Perte d'appétit, vomissements
6Rt-San Yin Jiao	Vide de VB	paresse	Ke Wu des enfants	inappétence
7Rt-Lou Gu	Neurasthénie, bâillements, chagrin			Ballonnement abdominal, gaz

COMMENTAIRES :

Définition du Ke Wu des enfants : Syndrome qui désigne les réactions des enfants face à un événement inconnu, avec cris, pleurs, altération du faciès, vomissements, douleurs abdominales et parfois convulsions. (9)

Points de tonification et de dispersion de la Rate :

les indications des points sont emblématiques du trouble du mouvement :

- 2 Rt-Da Du (grande prospérité) point de tonification pour recentrer : si la Rate est en vide, il y a perte du mouvement vers l'intérieur, perte du centre : « manque de conscience morale, de discipline intérieure, de contrôle émotionnel, ne peut fixer longtemps l'attention, se concentrer. Manque d'esprit de synthèse, ne peut résoudre les problèmes mathématiques ni ceux de la vie. Esprit superficiel, sans vie intérieure !! »

- 5te-Shang Qui, (colline du négoce = restaurer l'échange du *yin* vers le *yang*) point de dispersion pour ouvrir : si la Rate est trop forte, elle se centre sur elle-même, fermée au monde extérieur : « Pessimisme, anxiété sur l'avenir, exagération d'importance des soucis, peur de l'avenir, religiosité excessive. »

Tableau de Vide de VB : Dans le *Da Cheng*, on retrouve pour le 4Rt et le 6Rt l'indication de vide de VB.

S'il est communément admis que l'humidité de la Rate peut envahir la VB, il est moins commun d'associer la Rate à un tableau de Vide de VB. Pourtant, lorsque le *qi* de la VB est en vide, on est indécis et timide, avec des palpitations et de l'insomnie, et souvent le vide de *qi* du cœur et de VB sont associés. Le vide de sang est à la source de la crainte et du manque de courage. On peut penser qu'en tonifiant la Rate pour tonifier le Sang, on renforce le centre, et la personne plus sûre d'elle, aura moins d'appréhension à sortir au monde et à prendre des décisions. Ainsi la Rate centre des *entraillles*, nourrit la VB, entraille du pur et de la lumière, qui comme le Foie aide au mouvement d'extériorisation. On est alors moins surpris de voir des indications communes au 6Rt et au 43VB (point de tonification de VB) : lassitude, timidité, peur des personnes inconnues.

B- POINTS D'ESTOMAC

ESTOMAC	INSUFFISANCE DE CENTRE	AVERSION POUR LE MONDE EXTERIEUR	INDICATION SYST DIGESTIF
45E- <i>Li Dui</i> point de D°		Déteste les maisons d'autrui, <u>sursaute aux bruits soudains,</u> <u>pessimisme</u>	Anorexie, boulimie
44E- <i>Nei Ting</i>		Déteste les bruits humains	Pas de goût pour la nourriture
43E- <i>Xian Gu</i>		Ne supporte pas le bruit	Dl d'abdomen
41E - <i>Jie Xi</i> point de T°	<u>Sans appétit pour la</u> <u>vie, lassitude, esprit</u> <u>tremblant</u>		Sans appétit pour nourriture
40E - <i>Feng Long</i> point <i>luo</i>	Paresse indolence lassitude/ crise de nerfs, surexcitation		Douleur, et brûlures d'estomac
36E- <i>Zu San Li</i>	Timidité, perte de mémoire	Horrer des odeurs de nourriture, agressivité envers soi même/ les autres	NOMBREUSES INDICATIONS

COMMENTAIRES :

L'Estomac est l'entraille en relation *biao li* avec la Rate, les symptômes sont similaires, mais plus bruyants que ceux de la Rate, il y a plus de chaleur, l'aversion est plus marquée. Lorsque la Rate est défaillante, elle ne reçoit pas le *qi* de L'estomac. On lit dans le SW30 : « Quand le *qi* reflue dans le *yang ming* il cause une dyspnée et une angoisse qui fait redouter les gens ».

Points de tonification et de dispersion d'Estomac et point *luo* :

- 41E-*Jie Xi* (torrent divisé) point de tonification : sans appétit pour la vie ni pour la nourriture, ennui lassitude

- 45E-*Li Diu* (échange du gué = rétablit le passage du *yang* vers le *yin*) point de dispersion : déteste les maisons d'autrui...

L'Estomac en vide n'a pas d'appétit pour le monde, l'Estomac en plénitude a pour lui une aversion marquée.

40E-*Feng Long* (abondance et prospérité) point *luo* : folie *dian kuang* ; perte du centre avec glaires.

C- POINTS DES AUTRES MERIDIENS

Les points qui ont une action sur le mouvement de la Rate émergent lorsqu'on remet la Rate au centre du système saisonnier et qu'on analyse les rapports qu'elle entretient avec les autres *zang* :

La Rate nourrit le Sang du Cœur pour enracer le *shen* et retient le mouvement du Cœur contre l'excès du Feu. Le Cœur maintient la Rate ouverte au monde et éclaire le propos (points d'action du Cœur sur la Rate : 5C 7C 4MC 6MC 5MC).

La Rate nourrit le Sang du Foie pour enracer le jaillissement et lutter contre le feu et le vent. Elle nourrit le *qi* de la VB pour donner l'audace. Le Foie assure la libre circulation du *qi*, lorsqu'il se noue, ou reflue, il agresse la Rate qui se ferme (5F 43VB).

Le *qi* de la Rate retient le Rein au centre, contre le mouvement excessif de descente de l'Eau, lorsque le *qi* n'est pas ferme ou bien se désorganise sous l'effet de la frayeur. Le *qi* du Rein soutient la Rate pour faire monter le pur (6RM) et le *jing* du Rein nourrit le *yin* de la Rate afin d'affirmer sa volonté (1Rn, 4Rn, 6Rn).

Le *qi* de la Rate monte nourrir le *qi* du Poumon afin qu'il intérieurise correctement et celui-ci assure la bonne diffusion du *qi* afin de ne pas bloquer la Rate dans son mouvement d'extériorisation (5P 7P 11GI).

Dans tous ces points, on retrouve une majorité de points *he* et de points *luo* :

LES POINTS TERRE : POINTS HE DES MERIDIENS YANG :

Le point *he* est le 5ème des points *shu*. Le *qi* des méridiens commence aux extrémités, là où « le *yin* et le *yang* se rencontrent », il chemine dans les 5 points de transports jusqu'aux points *he* où il plonge en profondeur et gagne les organes eux-mêmes, le *yang* va animer le *yin*. Ils régulent le *qi* et lèvent les stases, ils ont une triple action ; sur l'organe, sur les *ni*, et sur les maladies gastro-intestinales. Les indications psychiques des points *he* des méridiens *yang* sont évocatrices d'un trouble de la Rate :

Points Yang qui mobilisent le Yin	INSUFFISANCE DE CENTRE	AVERSION POUR LE MONDE EXTERIEUR	INDICATION SYST DIGESTIF
11GI- <i>Gu Chi</i> , point de tonification	Dépression, peur, oublis, « rêve de champs incultes »		constipation
10TR- <i>Tian Jing</i> , point de dispersion		Emotivité, irritable, refoulement de soucis, grand chagrin, tristesse, regrets, « ne supporte pas les gens ». Grand choc.	Estomac contracté, pas de plaisir à la nourriture
34VB- <i>Yang Ling Quan</i> (43VB)	angoisse, « peur comme d'être arrêté »,		Constipation, abdomen gonflé
36E- <i>Zu San Li</i>	Mélancolie, tristesse, perte de mémoire, timidité	Agressivité envers soi-même et les autres. Donne la « divine indifférence »	Tout trouble digestif
40V- <i>Wei Zhong</i> (mais le 62V est plus évocateur)	Grand point tonique du Sang. Grand choc ; chute de cheveux		Ballonnement abdominal, diarrhée

62 V-Shen Mo, point de croisement-réunion de Yang Qiao Mai, qui gouverne l'enracinement à la Terre.		obsessions, refoulements d'idées, de sentiments. « aide à s'extérioriser », lenteur, lassitude d'esprit, somnolence. Si insuffisance ne peut s'extérioriser	Crampes, spasmes d'estomac
---	--	---	----------------------------

Et le point *He* du Poumon :

5P-Chi Ze point Eau	Dépression, chagrin, sanglots mélancolie,		Vomissements et diarrhée incessants
---------------------	---	--	-------------------------------------

POINTS LUO

Les points *luo* sont un autre moyen d'accès à la profondeur. Au delà de l'acceptation la plus commune de l'usage de ces points, on peut lire dans le LS10 « les méridiens secondaires réalisent une liaison entre les méridiens principaux et la surface du corps », ils mettent en communication le *yin* et le *yang*, l'intérieur et l'extérieur. Les indications psychiques des points *luo* des méridiens *yin* évoquent un mouvement de repli, un trouble de la communication correspondant souvent aux symptômes du méridien *luo* en vide. Leurs indications digestives évoquent une implication de la Rate et de l'Estomac :

Points Yin qui nourrissent le Yin	LUO EN VIDE	INDICATIONS PSYCHIQUES	INDICATIONS DIGESTIVES
7P-Lie Que	« bâillements, urines fréquentes ».	Tristesse, chagrin, émotivité, perte de mémoire.	Diarrhées, hémorroïdes
6MC-Nei Guan	« tête lourde, difficulté à se mouvoir »	Perte de mémoire des mots, de décision, paresse, insomnie	Vomissements, diarrhée, hémorroïdes
5MC-Jian Shi (point luo de groupe).		Appréhension, timidité, insomnies, enfant timide reculant toujours.	Renvois, vomissements
5C-Tong Li	« le malade ne peut pas parler ».	Manque de confiance en soi, bâillements fréquents et chagrin	Abdomen enflé, constipation
5F-Li Gou	« démangeaisons des parties génitales ».	Manque de joie, mélancolie, soupirs nombreux, soucis	Spasmes d'abdomen
4Rn-Da Zhong	« douleur dans la région des reins ».	Complexe d'infériorité et d'insuccès, manque d'autorité. Emotivité Appréhension. Désire s'exclure du monde et fermer sa porte.	Nausées, vomissements, constipation, ballonnements, nourriture ne descend pas
4Rt-Gong Sun	« ventre sonore et tendu comme un tambour »	Soupirs, lamentation, mélancolie	Vomissements, diarrhée, douleur constipation

15RM- <i>Jiu Wei</i> Point qui contrôle la source de l'expression de l'être dans le monde extérieur	« le patient sent une démangeaison sur la peau de la partie supérieure du ventre »	Ennui, « n'aime pas entendre des voix humaines ». affaiblissement mental, ne trouve plus ses mots, perte de mémoire, attend un malheur prochain.	Nausée, vomissements, gastralgie
--	--	--	----------------------------------

Et le point *luo* de IG, pas d'indication digestives, mais associé au 5C est indiqué dans les chocs émotionnels, que l'on associe classiquement à la Rate.

7IG- <i>Zhi Zeng</i>	« verrue, gale, démangeaisons »	refoulement d'énergie par émotions, Par choc : vide, peur, émotivité, dépression, chagrin, regrets.
----------------------	---------------------------------	---

LES AUTRES POINTS :

	INDICATIONS PSYCHIQUES	INDICATION DIGESTIVES
4MC- <i>Xi Men</i>	manque de mémoire, aide à la psychanalyse, craint les gens, peur émotivité	saignements d'hémorroïdes, Estomac, vomissements de sang, renvois
1Rn- <i>Yong Quan</i> (source jaillissante), nom secondaire <i>Di Chong</i> (carrefour de la Terre)	peu d'énergie, parler est un effort, timidité, appréhension, chagrin facile, mémoire confuse, oublis faciles, bâillements, aime s'étendre, ne désire pas parler	Selles difficiles ou diarrhée, douleurs. Estomac, même à jeun ne désire pas manger.
6Rn- <i>Zhao Hai</i> (océan miroitant)	Insomnie par insuffisance de Yin, tristesse, lassitude, chagrin constant sans joie	Coliques, gaz ; constipation ou diarrhée urgente.

2 –LES EMOTIONS DE LA RATE SELON LA THEORIE DE L'HOMME DEBOUT : LES POINTS DE L'ABDOMEN

On lit dans le SW9 : « Rate, Estomac, Intestins, Triple Foyer et Vessie sont au principe de la « mise en réserve », résidences du *ying* (souffle nourricier). Ils sont appelés « récipients ». Ils ont le pouvoir d'alimenter la lie (alimentaire) et font transiter les aliments. Ils ornent le pourtour des lèvres et remplissent les chairs. Cette catégorie, qui est le *yin* extrême est en continuité avec le souffle de la Terre ». Dans une traduction inédite de C. Milsky et G. Andrès, on lit même : « leur lieu de manifestation se situe aux quatre blancs, leur objet de fonctionnement est la chair, leur saveur est le doux, leur couleur est le jaune » (12).

On lit également dans le LS 10 que le *luo* de la Rate a deux branches, une qui va à l'Estomac, une autre qui monte se relier au Gros Intestin, à l'Intestin Grêle et à l'Estomac.

Ainsi, la Rate est au centre du fonctionnement des Entrailles, dans le domaine du Trouble qui élabore le Clair. On peut donc dire qu'en tant que digestion, elle peut être élargie du foyer moyen et au foyer inférieur, zone centrée par le nombril, siège de la nutrition du Ciel Antérieur.

D'ailleurs le premier mois de grossesse, début de la nutrition artérielle ombilicale se nomme *shi xing* : « le commencement de la forme ». Lorsqu'on représente l'homme debout séparé en Ciel/Terre dans une dualité *yin yang*, on place le Ciel au thorax et la Terre au ventre.

REN MAI	REIN	ESTOMAC	RATE	VB
		12E- <i>Que Pen</i> : ne supporte pas cou et taille serrés, irritable		
		14E- <i>Ku Fang</i> : soucis, préoccupations, obsessions, point du choc émotionnel...		
	25Rn- <i>Shen Cang</i> insomnie par soucis, n'aime pas la vie	15E- <i>Wu Yi</i> : peau dououreuse ne supporte pas les habits, refoulement de soucis	20Rt- <i>Zhou-Rong</i> : irritable, agressivité, hypersensibilité au toucher, à la douleur, à l'air	
15RM- <i>Jiu Wei</i> : n'aime pas entendre des voix humaines, attend un malheur prochain				
14RM- <i>Ju Que</i> : obsessions				
12RM- <i>Zhong Wan</i> : obsession, soucis, dépression,				
	18Rn- <i>Shi Guan</i> : a horreur de la lumière			
	17Rn- <i>Shang Qu</i> : déteste la vie	23E- <i>tai yi</i> : surexcitation démente		
		24E- <i>Hua Rou Men</i> : surexcitation		
8RM- <i>Shen Que</i>	16Rn- <i>Huang Shu</i>	25E- <i>tian shu</i> : irritable, susceptible, emporté	15Rt- <i>Da Heng</i> : chagrin aisément, sanglots bouleversants, grand choc	26VB- <i>Dai Mai</i>
6RM- <i>Qi Hai</i> : manque d'audace, dépression			14Rt- <i>Fu Jie</i> : faible distractif, orgueilleux méprisant	
	14Rn- <i>Si Man</i> : orgueil, mépris	27E- <i>Da Ju</i> : grande émotivité, esprit tremblant, insomnies par soucis		
4RM- <i>Guan Yuan</i> : choc émotionnel dépression par vide	13Rn- <i>Qi Xue</i> : rougit facilement	28E- <i>Shui Dao</i> : dépression épuisement		
2RM- <i>Qu Gu</i> : rougit à la moindre émotion	11Rn- <i>Hen Gu</i> : timidité rougit à la moindre émotion			

La ligne horizontale qui les délimite passe par le 8RM-Shen Que (Porte du palais du shen), 16Rn-Huang Shu (Point shu des centres vitaux), 25E-Tian Shu (Pivot du Ciel) 15Rt-Da Heng (Grand Transversal), 26 VB Dai Mai (vaisseau ceinture).

C'est donc une ligne/ceinture, où se concentrent le *shen* de tous les organes et les centres vitaux et où s'articule le pivot du Ciel avec la Terre. Du point de vue de la pathologie on retrouve une répartition des points d'indications psychiques en fonction de cet axe (CF. Tableau) :

POUR LES POINTS SOUS OMBILICAUX, LA TERRE NE REPOND PAS AU CIEL :

- Lorsqu'il y a perte du centre, et vide de *qi* (2RM 4RM 6RM 11Rn 13Rn : tonifient le *qi* du Foyer Inférieur)

- Lorsque le centre se ferme sur lui même et il y a accumulation de *yin* (27E 28E 14Rt 15Rt 14Rn : traitent les stagnations de sang, font circuler le *qi*)

POUR LES POINTS SUS OMBILICAUX LE CIEL N'ATTEINT PAS LA TERRE :

- Lorsqu'il y a perte du centre avec glaires et obstruction du *shen* (23E 24E : traitent les glaires)

- Lorsque le centre est tellement fermé qu'il rejette l'extérieur, il y a une accumulation de *yang* en haut avec rejet du monde (20Rt 12E 15E : font descendre le *qi*) ou à l'extrême des glaires (12RM 14RM 15RM 14E : traitent les glaires) ou des accumulations et stagnations de sang (17Rn 18Rn 25Rn 25E : traitent les accumulations de sang).

Au total :

Les points sous ombilicaux ont tous un mouvement de repli : timidité, manque d'audace, dépression, émotivité, voire de fermeture, avec pour le 14Rn et 14Rt : orgueil et mépris.

Les points de la ceinture ont des mouvements contraires d'extériorisation, que ce soit en colère pour le 25E ou en tristesse pour le 15Rt.

Les points sus ombilicaux ont un mouvement de rejet du monde : surexcitation, déteste la vie, n'aime pas entendre des voix humaines. On retrouve de nombreux points des glaires : 12RM 14RM 15RM 23E 24E 14E

Rq : 14E-Ku-Fang maison du trésor : Toute conséquence physique ou psychique d'un choc. « redoute d'être regardé ou touché », préoccupations, soucis, obsessions, protège contre les agressions du Monde.

3-LES EMOTIONS DE LA RATE SELON LES MERVEILLEUX VAISSEAUX

A - CHONG MAI

Chong Mai représente la mer des 5 organes et des 6 entrailles, il est aussi appelé la mer du sang, son point de croisement-réunion est le 4Rt, et il débute au 30E, sa zone de palpation est la région péri ombilicale, autant de points communs avec la Rate. Ses symptômes SW60 : « quand le Chong Mai est souffrant, le *qi* reflux et fait des épreintes ». Il y a accumulation de *yin* au FI et le *qi* reflux au FM et FS. On retrouve les points de Rn sur la branche antérieure de l'abdomen, ainsi que le 4Rn, qu'une branche profonde de Chong Mai rejoint (13) et le 6MC, le point couplé.

B - DAI MAI

Le vaisseau ceinture passe par le 26VB 27VB et 28VB, et au niveau du 8RM. « Lorsqu'il est affecté, le ventre est plein, distendu la région lombaire se désagrège (Nan Jing). Il y aura un excès de *yang* en haut et une déficience en bas. La circulation de Chong Mai, Ren Mai, des méridiens d'Estomac et de Rate sont entravés. Le 26VB Dai Mai (vaisseau ceinture), pour

l'AGMAR est indiqué « gens qui manquent de force intérieure, qui ne sont pas reliés à l'ordre cosmique, à l'ordre du monde. »

C - YIN WEI MAI

Les méridiens Wei amarrent en sécurisant, Yin Wei Mai passe par les points 13Rt 15Rt et 16Rt. En cas d'atteinte il y a douleur au Cœur, *shen* angoissé, phobies, trous de mémoire, perte de volonté, impossibilité de diriger les mouvements, dépression. On retrouve les points 6MC et 15Rt et 4Rt, le point clé couplé.

D - REN MAI

Ren Mai part du pubis et monte le long de la ligne médiane de l'abdomen, passant par l'ombilic. Son atteinte est liée à des stases et des accumulations de sang dans les trois foyers. On peut avoir de l'angoisse et de l'oppression. En cas de débordement d'une pathologie d'humidité de la Rate par vide de *qi*, on pourra utiliser les points suivants : 4RM 6RM 12RM 14RM 15RM 7P et 6Rn, le point clé couplé.

CONCLUSION

Décentrons-nous un peu... Hippocrate (460-370 av. J.C.) déclarait : “Toute maladie commence dans les intestins”. Plus tard, le psychiatre français Philippe Pinel (1745–1828), père de la psychiatrie moderne, concluait en 1807, que “le siège principal de la folie se trouve généralement dans la région de l'estomac et des intestins” (14). Actuellement, le système digestif est de plus en plus étudié pour ses implications extra-digestives (15), notamment dans les pathologies psychiques et psychiatriques.

Dans les années 50, le psychiatre Russe Youri Nicolaev, un médecin original et humaniste, a respecté le jeûne d'un patient dépressif et l'a accompagné au lieu de le forcer à s'alimenter comme c'était la règle. Notant une spectaculaire amélioration, il a instauré avec le temps un jeûne thérapeutique pour ses patients volontaires. C'est comme si n'ayant plus à travailler au tri et à la digestion, la Rate pouvait se concentrer sur son milieu intérieur. Ce mécanisme est à la base de tous les procédés de méditation. (on ne peut pas méditer l'estomac plein !),

A l'autre extrême, la recherche dans les pathologies autistiques, où dominent la fermeture au monde extérieur, les obsessions et l'auto-agressivité donne des pistes quant à des liens avec le système digestif. Le Dr Natacha Campbell-Mc Bride, neurologue et nutritionniste observe que les patients autistes ont tous des troubles digestifs négligés par les psychiatres (ballonnements, douleurs abdominales, constipation, diarrhée) et un trouble du comportement alimentaire avec une attirance pour les sucres rapides et les aliments gras. Elle pense que ce trouble est en cause dans la genèse de l'autisme et non pas une conséquence, ceci en lésant le microbiote et l'intégrité de la paroi digestive, créant des conditions de dysimmunité et des conséquences directes sur le cerveau. En effet, 80% de nos cellules immunitaires se situent dans la paroi du tube digestif, l'éducation des lymphocytes se fait au contact de l'externe avant d'aller travailler dans l'interne. Elle propose un régime alimentaire spécifique et élargit cette thérapeutique à la dépression, la schizophrénie, l'hyperactivité etc. Des articles de chercheurs en neurosciences (16, 17) vont dans ce sens, et la vision tout génétique a fait place à une vision multifactorielle de ces maladies, avec une large place faite au système digestif et à son rôle dans la reconnaissance du soi et du non soi.

Dans le cas de la dépression, il faudrait donc retrouver le goût de soi, dans le cas de l'autisme, retrouver le goût des autres.

BIBLIOGRAPHIE

- 1- LAFONT J-L. *Emergence*. SATAS, Bruxelles, 2001.
- 2- HUSSON A. *Huang Di Nei Jing Su Wen*. A.S.M.A.F., Paris, 1973.
- 3- COUVREUR S. *Cheu king*. Taichung, Kuangchi Press, 1967.
- 4- WANG JU-YI, ROBERTSON J.D. *La théorie des méridiens et ses applications en médecine chinoise*. SATAS, Bruxelles, 2012.
- 5- DU BOIS R. *Psychopathologie en acupuncture*. Editions You Feng, Paris, 2012.
- 6- ROBERT P. *Le nouveau petit Robert*. Dictionnaires le Robert, Paris, 1993.
- 7- HALL E. T. *La dimension cachée*. Editions du Seuil, Paris, 1971.
- 8- SOULIE DE MORANT G. *L'acupuncture chinoise*. Maloine, Paris, 1972.
- 9- GUILLAUME G., MACH C. *Dictionnaire des points d'acupuncture vollet 2*, Guy Trédaniel, Paris, 1995.
- 10- DEADMAN P., AL-KHAFAJI M. *Manuel d'acupuncture*. SATAS, Bruxelles, 2003.
- 11- A.G.M.A.R. Punctologie générale. Editions You Feng, Paris, 2011
- 12- ANDRES G. *Passages, transformations et transmissions. Actes des XIXème journées FAFORMEC, le Ventre, carrefour des transformations*. Lyon, Novembre 2015.
- 13- ANDRES G., BARRY-MALEMBITS J., BERGER G., GUILLAUME G., KESPI J-M., MACH C., TEBOUL-WANG B., *Les méridiens extraordinaires*. Guy Trédaniel, Paris, 1997
- 14- CAMPBELL-MC BRIDE N. *Le syndrome psychoentérologique*. Editions Nutrition Holistique, Cottens, Suisse, 2011.
- 15- ENDERS G. *Le charme discret de l'intestin*. Actes Sud, Arles, 2015.
- 16- KHANDAKER G.M., ZAMMIT S., LEWIS G., et coll. (2014) *A population-based study of atopic disorders and inflammatory markers in childhood before psychotic experiences in adolescence*. Schizophr Res. 152(1):139-45.
- 17- CRYAN J.F. AND DINAN T.G. (2010) *Mind-altering microorganisms: the impact of the gut microbiota on brain and behaviour*. Nat Rev Neurosci. Oct;13(10):701-12.

LA SEMANTIQUE DE LA COLERE

Brigitte Dardalhon

Résumé

La théorie de la MTC fait des différentes émotions et de leur expression, une source sémiologique et diagnostique de principale importance. Traditionnellement, parmi les émotions, la colère est associée au fonctionnement du Foie et ses manifestations occupent un rôle important tant étiologique que symptomatologique. Pour contribuer à leur identification, la sémantique, entendue comme langage, signe, expression s'avère être un outil majeur à l'usage du médecin acupuncteur. La colère aux multiples visages est ici étudiée à travers la lecture de textes choisis, dont la plupart sont issus des classiques chinois et de notre culture gréco-latine. La description des différentes formes de la colère, de ses modes d'expression, de ses vertus ou dommages a pour objectif d'enrichir notre champ lexical et clinique. Cette reconnaissance facilite le repérage de cette émotion souvent négligée par le patient et le médecin. Par cette approche, le patient sera traité de manière plus fine, en prenant en compte la cause première de son affection.

Mots Clés : Colère- Emotion- Dysharmonie- Foie- Sémantique –Textes classiques.

Docteur Brigitte Dardalhon-Centre Hospitalier Universitaire de Nîmes.

I – Introduction

La colère est l'émotion en relation avec le Foie.

« *Quand elle exprime la normalité de l'élément Bois, c'est l'impétuosité même de la vie, la force qui déclenche les mouvements et les pousse jusqu'à leur point extrême, l'élan pour l'élévation ; elle est analogue à la force du Vent qui souffle ou de la plante qui perce le sol ...* »⁽¹⁾

Dans la hiérarchie des douze viscères, le Foie a la fonction de l'état major auquel on attribue calcul et réflexion et que l'on compare au général des Armées.⁽²⁾

« *La colère est ainsi nécessaire à l'équilibre de l'individu dont elle mobilise les énergies de contre attaque, de réaction de défense contre une menace, un obstacle, une difficulté ; le Bois préside les mouvements d'extériorisation du qi, le hun ceux d'extériorisation du shen, la colère dans son sens large préside les mouvements émotionnels nécessaires au combat sous toutes ses formes* »⁽³⁾

La pratique quotidienne montre la fréquence des tableaux d'obstruction et d'agitation du *shen*, liés à la perversion du mouvement du Bois. Quand il rompt les amarres, c'est l'emportement, la fureur déchainée ou bien c'est la colère rentrée qui bloque les souffles du Foie à l'origine des dysharmonies et des tableaux de dépression, en particulier.

Nombre de nos patients ne reconnaissent pas ce trouble émotionnel qui les agite et ne présentent que des plaintes somatiques.

Le *Lingshu* souligne l'importance pour le médecin de prendre en considération l'état mental de son patient :

« *Il est facile de décrire la bonne manière de piquer les patients, mais la bonne compréhension du traitement par les aiguilles est autrement difficile à acquérir. Le simple guérisseur envisage en effet ses patients surtout de l'extérieur, alors que le bon médecin prend aussi en considération l'aspect mental du malade et tout l'arrière plan de la maladie* »⁽⁴⁾

Le *Su wen* dans « *l'intelligence des cinq défauts* », donne le ton :

« *C'est un manquement pour un médecin que d'ignorer l'état affectif du malade...* »⁽⁵⁾

« *QB : Pour faire de la bonne acupuncture, il faut d'abord régler son esprit, ne piquer qu'après avoir déterminé l'état des viscères et fait le bilan des 9 pouls.* »

• « *C'est un manquement pour un médecin que d'ignorer l'état affectif du malade. Tel est le 1er défaut* »⁽⁶⁾

L'objet de cette étude est par la lecture de textes choisis appartenant à notre civilisation gréco latine et aux classiques chinois, de mieux pouvoir nommer et comprendre cette émotion aux multiples visages.

Ainsi est venue l'idée de ‘sémantique’, du grec « *sémantikos* », lui-même issu de « *semaino* », signifiant en particulier, signe, marque.

II - Définition actuelle de la colère

En occident, la définition retrouvée dans wikipédia concernant la colère, est, sur le plan étymologique, issu du grec Kloé, signifiant la bile en référence à la théorie hippocratique des humeurs qui soutenait qu'elle était causée par l'échauffement de cette bile. Vient ensuite, une définition biologique qui met en scène toutes les modifications physiologiques préparant le corps au mouvement : la réaction / accélération du rythme cardiaque, l'afflux de sang à la partie supérieure du corps, avec la coloration de la peau, la respiration qui devient ample et rapide, ce qui hausse le volume sonore de la voix, la contraction involontaire du corps, en particulier des mains qui tendent à se fermer en poings, les mâchoires qui se serrent, donnant une expression dure au visage, la dilatation des narines pour s'adapter à un flux d'air plus important, le sujet ressent alors, un échauffement de la peau et la nécessité d'agir.

En psychologie, sont décrits, les effets nocifs de la censure de la colère qui enferme l'individu dans des zones de non dits et parasite la relation à soi même et aux autres.

Sur le plan moral, elle fait partie des 7 péchés capitaux dans la tradition catholique et des 3 poisons de l'esprit chez les bouddhistes.

III - Les multiples récits de la colère

Les textes choisis ici mettent en exergue les deux grandes modalités d'expression de la colère.

A - Regard de l'Occident

La colère fascinait les anciens. Troublés par sa puissance, les poètes l'ont sondée. Homère en a fait les premières syllabes de l'Iliade, l'injectant durablement comme venin sublime dans le cœur des dieux et des héros.

- La colère selon Platon :

Platon distingue l'excès *hubris*, grand moteur de la tragédie grecque, la mauvaise colère guidée par l'idée de vengeance instinctive et la colère saine, celle de l'homme juste, de l'homme en colère contre l'injustice...

« Une saine « *paideia* » s'efforcera de cultiver cette colère, permettant ainsi de manifester la distinction à faire entre ce qui est juste et ce qui ne l'est pas. Elle est au service de la justice et de la raison et permet de lutter contre les désirs excessifs et les emportements « hubristiques » qui font de l'homme, un intempérant. »⁽⁷⁾

- La colère selon Aristote :

« *La douceur de caractère (praoτὲς) constitue la juste mesure (μέσοτὲς) en ce qui concerne les sentiments de colère. Ce milieu n'a pas reçu de nom, non plus que les états extrêmes ; nous donnons donc ce nom de douceur à l'attitude moyenne qui tend d'ailleurs plutôt vers le défaut, lequel n'a pas de nom spécial.* »

« *L'excès ici pourrait porter le nom d'irascibilité (οργιλότες), car la passion qui en résulte est la colère, dont les causes sont aussi nombreuses que diverses. L'homme qui se met en colère pour des motifs valables et contre qui le mérite, ajoutons encore au moment et durant le temps voulus, obtient notre approbation.* »

« *Cet homme pourra être appelé doux de caractère, puisque la douceur de caractère est louable : l'homme doux veut, en effet, se garder des troubles de l'âme et se refuse à être le jouet de la passion, il obéit aux ordres de la raison et, dans la mesure que veut la raison, il se permet la colère dans les circonstances et durant le temps que cette raison approuve. Cette douceur paraît incliner plutôt vers le défaut que vers l'excès, car elle pousse l'homme au pardon plus qu'à la vengeance.* » (8)

- L'approche de la colère dans la civilisation judéo-chrétienne permet de comprendre la difficulté d'expression culturelle de cette émotion :

Ecclésiastes 7.9, Proverbes 19.11 et 16.32 (SEG) :

« *Ne te hâte pas en ton esprit de t'irriter, car l'irritation repose dans le sein des insensés.* »
« *L'homme qui a de la sagesse est lent à la colère, et il met sa gloire à oublier les offenses.* »

Éphésiens 4.26-27 (SEG) : « *Si vous vous mettez en colère, ne péchez point ; que le soleil ne se couche pas sur votre colère et ne donnez pas accès au diable.* »

Pierre 3.9 (SEG) : « *Ne rendez point mal pour mal, ou injure pour injure ; bénissez, au contraire, car c'est à cela que vous avez été appelés, afin d'hériter la bénédiction.* »

- Une autre lecture est proposée par le pasteur, Lyta Basset dans son ouvrage intitulé « *La sainte colère* » où elle réhabilite cette émotion considérée comme condamnable dans une relecture du livre de Job. (9)

« *Mieux vaudra pour nous considérer la colère comme un moteur capable de transformer une énergie potentiellement dévastatrice en cette violence de vie qui accompagne le processus de toute naissance* »

« *Suite au refoulement de la plainte, le texte raconte quand Job tombe malade, une mauvaise inflammation, reconnue comme symptôme d'une maladie mortelle* »
« *Son corps ne hurle t-il pas ce qu'il n'a pas laissé danser sur ses lèvres* »

- Le « De ira » de Sénèque rédigé en 41 après JC à l'attention de l'empereur Claude analyse la nature et les ravages de « cette maladie de l'âme ». (10)

Ces pages reflètent l'idée que les Anciens se faisaient de la colère ; les extraits choisis en montrent toute la richesse sémiologique, de la forme vultueuse aux formes rentrées ; la notion de tempérament est ici retrouvée comme en écho et correspondance à la typologie décrite en médecine traditionnelle chinoise.

La forme vultueuse de la colère

« *Les autres passions ont quelque chose de calme et de paisible ; celle-ci n'est que violence, toute à l'élan de sa rancœur* »

« *Les autres passions affleurent, la colère éclate ... Si tu veux maintenant envisager ses effets et ses ravages, aucun fléau n'a autant couté au genre humain.* »

« *Passion la plus hideuse, la plus furieuse de toutes... celle-ci n'est que violence, toute à l'élan de sa rancœur... elle est une courte folie; car à l'instar de la démence , elle ne peut se maîtriser, elle bafoue les convenances, oublie les liens les plus étroits, s'obstine, s'acharne dans ce qu'elle entreprend, elle n'écoute ni les conseils, ni la raison, s'embrace pour des motifs futiles, incapable de discerner le juste et le vrai, et ressemble à ces ruines qui se brisent sur ce qu'elles écrasent.* »

« *Pour te convaincre que les hommes en proie à la colère n'ont plus toute leur tête, observe donc leur attitude ; car si une mine hardie et menaçante, un front sombre, un air farouche, un pas précipité, des mains tremblantes, un teint altéré, une respiration haletante et convulsive trahissent à coup sur la folie, on peut en dire autant de la colère.* »

« *Les yeux de celui qu'elle habite s'enflamme et étincelle, le sang qui afflue du cœur en bouillonnant lui empourpre tout le visage, ses lèvres tremblent, ses dents se serrent, ses cheveux se dressent et se hérissent, son souffle se fait court et sifflant, ses articulations craquent en se tordant, il hurle, gémit, profère des bribes de phrases à peine intelligibles, il ne cesse de frapper des mains, de trépigner, son corps entier s'agit et lance de furieuses menaces, les traits de sa figure bouffie se décomposent en un spectacle hideux et effrayant.* »

« *Elle ressemble à ces vents de terre qui s'élèvent des fleuves et des marais : ils sont forts, mais passagers. Elle s'élève vivement, puis faiblit, lassée avant l'heure.*

Nous nous fâchons souvent contre ceux qui veulent nous blesser, non contre ceux qui nous blessent, preuve que la colère ne naît pas de l'offense. Nous nous irritons certes, contre ceux qui nous ont blessés ; mais c'est leur intention elle-même qui nous blesse : celui qui désire nous blesser le fait déjà... La colère est désir de se venger et non la possibilité de se venge...

La colère rentrée

« *La colère se distingue de l'irascibilité, comme l'ivresse de l'ivrognerie, la peur de la timidité. On peut être irrité sans être irascible ; irascible sans être irrité. Je ne parlerai pas des autres formes de colère que l'on distingue en grec par une foule de noms différents, car ils n'ont pas d'équivalents chez nous, même si nous disons d'un homme qu'il est maussade, bourru, colérique, rageur, criard, difficile, hargneux ; ce sont là différents aspects de la colère.*

On peut y rajouter la morosité, genre délicat d'irascibilité. »

Certaines colères ne sont que des cris, d'autres sont aussi tenaces que fréquentes ; certaines sont facilement cruelles et avares de parole, d'autres ne tarissent pas de traits piquants et injurieux ; certaines ne dépassent pas les plaintes et la bouderie, d'autres sont profondes, graves et renfermées. Ce vice aux multiples facettes peut prendre mille autres formes encore. »

« Les natures bouillantes sont les plus enclines à la colère. En effet, les quatre éléments que sont le feu, l'eau, l'air et la terre ont des propriétés qui leur correspondent : la chaleur, l'humidité, la sécheresse et le froid....La quantité d'humidité et de chaleur que chaque individu porte en lui est de la plus haute importance : la prédominance d'un élément déterminera son caractère. Un tempérament bouillant fera des hommes irascibles, car le feu est vif et opiniâtre. »

B - Regard depuis l'Empire du milieu

- Le caractère *nu* de la colère



Une femme assise sur les talons, bras croisés, les servantes et le caractère *xin*, clef du Cœur dont une traduction proposée par Jean Marc Eyssalet est : « *l'esclavage de la conscience* ». (11)

Pour Elisabeth Rochat De La Vallée, la colère *nu*, « *c'est avoir dans le Cœur, le ressentiment irrité de la femme réduite en esclavage, la femme sur qui l'on porte la main.* » (1)

- Description taoïste de la colère :

« Si le souffle du mécontentement accumulé se disperse hors du corps de l'homme et n'y revient pas, celui -ci devient débile ; s'il monte au haut du corps sans descendre, l'homme devient irascible ; s'il descend vers le bas du corps sans remonter, l'homme devient oublieux, s'il se fixe au milieu du corps dans la région du Cœur, cela le rend malade. » (12)

- Approche par les textes classiques médicaux chinois de la pathologie, citations de textes émanant du *Lingshu* et du *Suwen*

Su wen

« *L'homme a cinq viscères élaborant cinq souffles qui engendrent la joie, la colère, la compassion, le chagrin et la crainte.*
La joie et la colère peuvent blesser les souffles

*La colère violente blesse le yin...
Dans les réactions émotives : empoigner ...
Le Foie est blessé par la colère... ».* (13)

Ling shu

« *Huangdi demanda : J'aimerais savoir d'où proviennent le courage ou la lâcheté?*

Shaoyu répondit :

L'homme courageux a le regard pénétrant et volontaire, les sourcils longs et montant droit vers les tempes. Les rides de la peau, les bourrelets charnus et les plans de séparation de sa chair sont horizontaux. Son cœur est droit, son Foie est grand et ferme, sa Vésicule biliaire est pleine et large. Quand il est en colère, son souffle abonde et son thorax est bombé. Le souffle de son Foie monte, le souffle de sa Vésicule biliaire se répand, ses yeux sont grands ouverts et lancent des éclairs, ses cheveux se dressent et son teint devient bleu-vert. Voilà d'où provient le courage.

Huangdi demanda :

J'aimerais savoir d'où provient la peur chez l'homme ?

Shaoyu répondit :

Chez l'homme peureux, les yeux sont grands ouverts, (mais) le regard n'est pas fixe, le yin et le yang sont égarés, les rides de la peau, les bourrelets charnus et les plans de séparation de la chair sont verticaux.

L'appendice xiphoïde est courte et petite, le système de liaison du Foie est relâché, la Vésicule biliaire n'est pas remplie mais flasque, les Intestins et l'Estomac sont mous, il y a un vide sous l'hypochondre.

Même lors d'une grande colère, le souffle ne remplit pas le thorax ; bien que le Foie et les Poumons se soulèvent. Le souffle affaibli les fait redescendre.

C'est pourquoi la colère ne peut durer. Voilà d'où provient la lâcheté.

Huangdi demanda :

Lorsque le lâche a bu du vin, il ne capitule pas devant le courageux. Quel organe détermine cette attitude ?

Shaoyu répondit : Le vin, c'est l'essence de l'eau et des céréales, le liquide (ye) des céréales cuites. Son souffle est violent. Lorsque le vin entre dans l'Estomac, l'Estomac gonfle, le souffle refoule vers le haut et remplit le thorax, le Foie s'emporte et la Vésicule Biliaire est saturée.

Pendant un moment, l'homme devient téméraire, mais quand le souffle s'affaiblit, il regrette d'avoir agi en homme téméraire et de n'avoir pas su éviter de s'emporter.

Ceci s'appelle la violence sous l'emprise de l'alcool. » (14)

Ling shu

« De colère qui s'enfle, on se trouble et on s'égare ; partant rien n'est plus contrôlé....Quand les Reins sont en proie à une colère qui s'enfle sans pouvoir s'arrêter, alors se produit une atteinte au vouloir. Le vouloir atteint, on ne peut même plus se souvenir de ce que l'on vient de dire, les lombes et l'épine dorsale ne peuvent ni se pencher en avant, ni se pencher en arrière, ni se plier, ni se redresser.... » (1)

IV - Les mots pour la dire

- Vocabulaire grec de la colère selon les auteurs tragiques avant Platon

- Furieux
- Ressentiment durable
- Courroux
- Rancune
- Irritation contre quelqu'un
- Humiliation
- Impétuosité combattive

- Vocabulaire usuel d'aujourd'hui pour la décrire donné pèle mêle

- Hostile. Violent. Agressif
- Mécontent
- Révolté
- Contrarié
- Indigné
- Capricieux
- Maussade
- Frustré
- Insatisfait
- Irritable ...

V - Recherche par l'approche lexicale des indications de quelques points à partir du traité de Soulier de Morant

L'objet d'intérêt est ici porté sur la valeur sémiologique des mots donnés pour l'indication colère, ou des mots qui l'évoquent et que spontanément nous ne mettrions pas en lien immédiat avec l'émotion concernée.

En pathologie, deux aspects émotionnels différents caractérisent les dysfonctionnements du Foie en MTC :

- Les tableaux cliniques ou la colère est réprimée, refoulée : le *qi* stagne. Il y a blocage, inhibition du mouvement de jaillissement propre à ce souffle.
- Les tableaux cliniques d'excès ou la colère s'exprime : le *qi* reflue vers le haut du corps.
- ✓ **Exemples de points indiqués dans les tableaux de stagnation du *qi* du Foie :**

Les points F1, F3, F5 ont en commun les soupirs.

F1 « grande sincérité » (*dadun*) ; point *jing* : fait circuler le *qi* du Foie.

Da : (Ricci 4621) : grand, gros, important, adulte, aîné

Dun (Ricci 5335) : bon, honnête, sincère, loyal, généreux

« Ce nom fait référence à la position de ce point en tant que premier point du méridien du Foie, évoquant l'image d'une détermination avisée, et peut être l'aptitude de ce point à encourager l'expression de ce trait de caractère ». (15)

Indications : tristesse, mélancolie, manque de joie, soupirs, aime être couché.

F3 « jaillissement suprême » (*tai chong*) ; point source ; fait circuler le *qi* du Foie.

Tai (Ricci 4660) : grand, le plus grand, suprême, trop, démesurément.

Chong (Ricci 1286-1294) : lieu de passage, grand-route, carrefour, s'avancer droit sur, se précipiter, faire irruption, se lancer contre, assaillir, heurter, frapper, offenser.

Indications : dépression nerveuse, soupirs, céphalées.

F5 « sillon du ver à bois » (*li gou*) ; point *luo* ; fait circuler le *qi* du Foie.

Li (Ricci 3052) : ver du bois ; ronger ; percer le bois ; vermoulu.

Gou (Ricci 2682) : fossé, canal, rigole, égout, ornière, sillon ; communiquer.

Traduit aussi par « coquilles de drainage », drainage évoquant son appartenance au groupe des points de communication. (15)

Indications : Peu d'énergie, pas de joie, tristesse, mélancolie, peur, préoccupé, soupirs nombreux.

V18 « creux du Foie » (*gan shu*) ; point *shu* du dos ; fait circuler le *qi* du Foie, éveille le *shen*.

Gan : (Ricci 2541) : Foie *Shu* : (Ricci 4462) : transporter, offrir

Le nom fait référence à la relation de ce point avec le Foie.

« Creux évoque un récipient ou un moyen de transport par lequel passe le *qi* circulant. » (15)

Indications : dépression nerveuse, beaucoup de mécontentement et de tristesse ; remâche ses malheurs.

✓ **Exemples de points indiqués dans la stagnation du *qi* du Foie et de la Vésicule biliaire**

VB38 (*yang Fu*) « timon du *yang* » (*yang fu*) ; point de dispersion.

Yang : (Ricci 5650) : du couple *yin yang*.

Fu : (Ricci 1658) : pièces de bois appliquées sur les deux cotés d'un char ; aider, assister ; os malaire, os maxillaire.

Indications : irritable, mécontent, supporte beaucoup et soudain éclate, soupirs fréquents.

VB39 « cloche suspendue » (*xuan zhong*).

Xuan : (Ricci 2080) : suspendre ; en suspens, soucieux, séparé de, différent.

Zhong : (Ricci 1284) : cloche, horloge à sonnerie, pendule, réveil.

« Le nom fait référence à une coutume populaire parmi les enfants dans la Chine traditionnelle et qui consistait à attacher une petite cloche à la cheville, juste au dessus de la malléole latérale ; il évoque aussi l'action de ce point sur les oreilles. » (15)

Indications : accès de tristesse et de colère, indignation, rage pouvant causer l'apoplexie...

✓ **Exemples de points indiqués quand la stagnation du *qi* du Foie atteint le foyer supérieur**

C7 « porte du *shen* » (*shen men*) point source.

Shen : (Ricci 4317) : les esprits, divinités, génies, l'Esprit suprême, Dieu, principe vital supérieur, vitalité.

Men : (Ricci 3426) : porte, portail, voie d'accès, entrée ou sortie, ouverture, orifice.

« Le nom fait référence à une porte sur le méridien du Cœur, par laquelle on peut atteindre directement l'énergie hôte de l'Organe (l'esprit). Dans le taoïsme, *shen men* fait référence aux yeux, qui reflètent la présence et la force de l'Esprit. » (15)

Indications : mélancolie, dépression, angoisse, peur, colère...

MC7 « grand tertre » (*da ling*) ; point source.

Da : (Ricci 4621) : grand.

Ling : (Ricci 3185) : colline, coteau, tertre.

Indications : excès d'indignation ou de sentiments, mécontentement agité...

P9 « grand abîme » (*tai yuan*) ; point source.

Tai : (Ricci 4660) : grand, le plus grand, suprême, très, extrêmement, trop, démesurément.

Yuan : (Ricci 5984) : eau profonde, abîme, gouffre, profond.

Le nom fait référence au *qi* qui plonge profondément à l'intérieur, comme une chute d'eau. (15)

Indications : colère, nervosité, avec propos incohérents, crise de nerfs...

E25 « axe céleste » (*tian shu*)

Tian : (Ricci 4938) : firmament, ciel.

Shu : (Ricci 4439-4441) : pivot, gond, point essentiel.

« Le nom fait référence à la localisation de ce point et à sa zone d'influence. Il est situé à l'horizontale de l'ombilic et de RM8, porte du Palais de l'Esprit ; la porte d'entrée de l'Esprit et des énergies héréditaires (*qi* originel, essence, *qi* ancestral) qui sont en relation avec le stade prénatal du développement de l'homme. Ancien nom d'une des étoiles de la constellation de la Petite Ourse qui était considérée comme l'étoile polaire... » (15)

Indications : dépression, colère (irritable, susceptible, emporté), reflux de *qi*, vomissements, diarrhée.

✓ **Exemples de points indiqués dans les syndromes complexes avec symptômes évoquant un débordement sur les méridiens irréguliers *yin wei* ou *chong mai*.**

R9 « construction pour l'invité » (*zhu bin*) ; point *xi*, point de *yin wei*.

Zhu : (Ricci 1147) : tasser, pilonner, construire, bâtir.

Bin : (Ricci 4068) : hôte, visiteur ; accueillir, se soumettre à.

« Le nom fait référence à son rôle comme point d'accumulation du Vaisseau de liaison du *yin* sur le méridien des Reins... » (15)

Indications : dédoublement de personnalité, sautes d'humeur, fureurs, tempérament et caractère instable...

R21 « porte obscure» (*you men*)

You : (Ricci 5838) : retiré, solitaire, à l'écart, subtil, profond, sombre, obscur.

Men : (Ricci 3426) : porte, portail, voie d'accès, entrée ou sortie, ouverture, orifice.

Indications : Nervosité, inquiétude, tristesse aggravée par la colère, insomnie, nervosité et inquiétude ; Foie, tout trouble avec irrégularité...

✓ **Dans le cas particulier de la dépression hostile :**

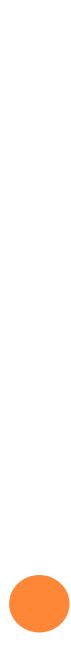
DM12 « colonne du tronc » (*shen zhu*)

Shen (Ricci 4323) : corps, corporel, tronc, torse, la personne.

Zhu : (Ricci 1130) : colonne, poteau, pilier ; soutenir, étayer.

Indications : Hostilité, haine, désir faire du mal jusqu'à tuer.

VI - Regards d'artiste



La représentation qui en est faite est explicite : l'agitation déracine le *yin*.

« Quand le *yang* entre dans le *yin*, cela donne de la tranquillité ; quand le *yin* sort dans le *yang*, cela donne de la colère »⁽¹⁾

En guise de conclusion

L'invariable milieu dit :

« Quand le bonheur, la colère, le chagrin et la joie ne sont pas exprimés, on appelle cela le Milieu.

Quand ils s'expriment, mais de façon mesurée et équilibrée, on appelle cela l'Harmonie.

Le Milieu est la grande racine du monde.

L'Harmonie est la grande voie du monde.

Autrement dit, l'état idéal est celui où tout est en Harmonie, le ciel, la terre et toute la nature se tenant à sa juste place.

Cette attitude implique que même si le monde extérieur vous traite injustement, vous connaissez votre position, ce qui vous aide à affronter les coups et les regrets de la vie et vous ancre dans la réalité. » (16)

Bibliographie

1. Rochat de la Vallée E. *Les émotions en médecine chinoise traditionnelle*, Ecole européenne d'acupuncture.
2. Husson A. *Huang di nei jing su wen* 49.
3. Sionneau P. *Troubles psychiques en médecine chinoise*, Edition Guy Trédaniel.
4. Rudermann J. *Huang di nei jing ling shu*, 1.
5. Husson A. *Huang di nei jing su wen*, 144.
6. Husson A. *Huang di nei jing su wen*, 495
7. Paillier M. *La colère selon Platon*, Edition L'Harmattan.
8. Aristote, *l'Ethique à Nicomaque*, Edition Vrin.
9. Basset L. *La sainte colère*, édition Labor et Fides.
10. Sénèque, *De Ira*, Edition Rivage poche.
11. Eyssalet JM. *Au confluent du ciel-terre, émotions et passions*, Edition Guy Trédaniel.
12. Tchouang-Tseu, *Philosophes taïistes*, chap. 19, Edition La Pléiade.
13. Husson A. *Huang di nei jing su wen*, 30.
14. Rudermann J. *Huang di nei jing ling shu*, 50.
15. A.Lade, *Images et fonctions des points d'acupuncture*, Edition Satas.
16. Dan Y, *Le bonheur selon Confucius*, Edition Belfond.

ÉMOTIONS ET FÉCONDITE

Hélène ROQUERE

Résumé : Après avoir analysé les besoins fondamentaux de l'individu, l'auteur explore l'organisation générale de la fonction de reproduction pour définir le rôle des émotions dans la régulation individuelle et l'évolution naturelle de cette fonction.

Mots clé : fonction de reproduction, fécondité, infertilité, émotions, régulation.

La fertilité et la fécondité sont deux aspects de la fonction de reproduction et représentent respectivement son potentiel et sa réalisation. Le but de ce travail est d'analyser cette fonction pour définir le rôle des émotions dans le déroulement du projet qui va de la réunion de deux essences à la naissance d'un enfant vivant.

I. INTRODUCTION

La fonction de reproduction appartient, avec le sommeil et l'alimentation, aux trois besoins fondamentaux de l'organisme qui permettent la survie de l'individu et de l'espèce.

La réalisation de ces besoins est sous la dépendance d'un triple contrôle : niveau somatique qui permet de ressentir le besoin, le niveau émotionnel qui guide le choix et le niveau mental qui intègre l'expérience qui est le support de l'évolution. Si on prend l'exemple de l'alimentation on distingue l'appétit qui joue le rôle d'informateur, l'envie qui permet de différencier les bons aliments des aliments toxiques et le niveau mental qui a permis le développement de l'agriculture et de l'élevage qui sont à la base de la culture culinaire. Cependant les interrelations constantes entre l'individu et son environnement sont la source d'un déséquilibre permanent qui nécessite, pour que l'ensemble perdure, le retour à l'équilibre. En MTC l'équilibre entre l'eau et le feu primordiaux, dont la représentation symbolique est le *yin* et le *yang* du Rein, est à la base des fonctions physiologiques.

Ces trois besoins sont chacun en relation avec un Foyer : le sommeil nécessaire à la récupération et à l'intégration du vécu est en relation avec le Foyer supérieur, l'alimentation, indispensable à la survie de l'individu est gérée par le Foyer central et la reproduction, indispensable à la survie de l'espèce, est liée au Foyer inférieur. Par ailleurs on observe que c'est l'alimentation et donc le Foyer central qui est au centre de la régulation. En effet, la qualité et la quantité du sang, demeure du *shen*, sont dépendants des apports nutritionnels et une alimentation inadaptée aura des répercussions sur le *shen* et la qualité du sommeil. D'autre part l'activité pulsatile de la GnRH, à l'origine de la folliculogénèse, est également dépendante de l'alimentation ce qui explique la présence de cycles anovulatoires chez les femmes anorexiques et les grandes sportives. Ce sont donc les variations de l'appétit, concomitantes des variations de température, qui sont à la base du maintien de l'homéothermie.

En résumé, la satisfaction de chaque besoin nécessite une pulsion au bon moment, un comportement et des choix en accord avec le besoin et c'est l'intégration de l'expérience qui, en développant la conscience et la découverte du plaisir, module et éventuellement modifie les besoins. C'est donc la recherche du plaisir, source de bien-être, qui est le moteur du comportement et ce sont les variations de l'appétit qui permettent l'équilibre fondamental du système.

Pour certains auteurs le plaisir serait devenu progressivement, au cours de la complexification du système nerveux, un facteur majeur du psychisme, des comportements et de la sexualité et le système de récompense le support majeur de l'évolution culturelle (1). Au final c'est la satisfaction adaptée de tous ces besoins qui est la source du bien-être.

II. LA FÉCONDITE

A la différence de l'alimentation et du sommeil la fonction de reproduction implique la participation de « l'autre » et pour que la reproduction ait lieu il faut une rencontre au bon moment, entre deux personnes de sexe opposé, consentantes et de préférence sans consanguinité. La pulsion initiale nécessite donc des capacités relationnelles. C'est au cours de l'enfance et de l'adolescence que va se construire cette ouverture à l'autre et c'est sur des structures anatomo-physiologiques innées que la découverte du plaisir sexuel et la socialisation vont permettre l'apprentissage de cette fonction (2).

A. LA PULSION

Pour que la rencontre soit féconde il faut qu'elle ait lieu au moment opportun. La période de fécondité féminine est concomitante de l'ovulation. Dans cette première partie de cycle, où la température est basse, l'organisme se prépare à une éventuelle grossesse. Il est intéressant de noter que c'est au point le plus bas de la courbe thermique que se déclenche l'ovulation et que cette période favorable s'accompagne chez la femme d'une hypersensibilité avec une augmentation de l'appétence sexuelle alors que des cycles anovulatoires par carences FSH/LH s'accompagnent d'une baisse de la libido. Il semble donc que le froid en augmentant l'appétit sexuel, soit à l'origine de la mise en mouvement pour la recherche d'un partenaire. On retrouve ici l'induction primordiale du mouvement dans la lutte contre le froid.

Pour certains auteurs l'anatomie et la physiologie de la reproduction seraient innées, tandis que le comportement de reproduction serait acquis. Cette acquisition serait réalisée essentiellement grâce aux processus de renforcement, associés aux zones érogènes, dont le but est la stimulation du corps, et non la reproduction. Le coït vaginal reproducteur serait ainsi une conséquence indirecte et presque fortuite de la recherche des plaisirs somatosensoriels (2).

B. LA RENCONTRE

Parallèlement il faut que la rencontre se fasse entre deux individus de la même espèce mais de sexe opposé. C'est le développement des caractères sexuels secondaires qui permet de faire la différence. Mais pour que la rencontre se réalise il faut une attirance mutuelle. Le désir, à la recherche du plaisir, est donc la première émotion à l'origine de la rencontre mais c'est la réciprocité du désir qui permet l'union. Il ne s'agit pas de désirer pour avoir, encore faut-il savoir se faire désirer. C'est donc dans la subtilité des émotions que se joue la magie de la rencontre.

En MTC le désir est rattaché au Cœur, le discernement à son entraille couplée l'IG, le savoir-faire au Poumon.

C. LA NIDATION

Une fois la fécondation réalisée l'organisme maternel doit accueillir un embryon dont le capital génétique est constitué pour moitié des chromosomes paternels. La première étape sera donc l'acceptation d'un corps étranger. D'autre part la grossesse, comme la puberté et la ménopause, est une des grandes étapes de transformation de la femme. L'acceptation de la transformation est la deuxième condition indispensable au bon déroulement de la gestation.

1. L'acceptation d'un corps étranger

La modulation du système immunologique est indispensable pour que la grossesse puisse se développer. Si l'on reprend le développement de la grossesse décrit par Chao Yuanfang on constate que le premier mois lunaire, qui débute aux dernières règles, est dirigé par le Foie. En MTC le Foie gère la libre circulation du *qi* et la répartition du sang en fonction des besoins. Sur le plan des activités mentales le Foie est défini comme le stratège qui élabore le projet. La folliculogénèse et le développement de la muqueuse utérine sont donc dépendants des apports extérieurs et de la capacité du Foie à les leur fournir. Le Foie se trouve ainsi à la base du projet.

Lors d'un cycle normal, l'implantation de l'œuf se fait environ une semaine après la fécondation c'est-à-dire à la troisième semaine du cycle. Le développement de la circulation utéro-placentaire, système par lequel les circulations sanguines maternelle et fœtale se rapprochent l'une de l'autre dans le placenta, se met en place dès le 9^e jour après l'implantation c'est-à-dire au début du 2^e mois lunaire (3). C'est à ce moment-là que la rencontre entre les deux organismes se concrétise. D'après Chao Yuanfang c'est la Vésicule biliaire qui dirige le deuxième mois. En MTC la VB donne le courage, l'audace et la capacité de décision. Sur le plan des émotions c'est le courage et donc l'absence de peur qui permet d'accueillir un corps étranger.

2. L'acceptation de la transformation

Tout processus de transformation induit un changement d'état qui nécessite l'acceptation du nouvel état et le deuil de l'état antérieur. En MTC le Poumon dirige la diffusion- descente des LO et gère la tristesse de la perte et l'adaptation à la nouvelle situation. Sur le plan des activités mentales le Poumon est associé au savoir-faire. Durant la grossesse l'organisme doit accepter la transformation psychique et physique qui permet le passage d'un statut de femme au statut de mère. C'est en permettant le lâcher prise et l'acquisition du savoir-faire que le Poumon dirige la transformation maternelle.

III. LES TROUBLES DE LA FÉCONDITÉ

A. DIFFICULTÉS DE LA RENCONTRE

La rencontre, qui est la première étape du projet, peut se heurter à des difficultés liées soit aux individus soit aux essences.

1. Liées aux individus

On peut analyser les troubles de la rencontre à partir des principes de base de la dynamique du *yin/yang*.

La force unique du *qi*, en se polarisant en *yin* et *yang*, crée les mouvements spécifiques à chacun d'eux : le *yang* procrée, le *yin* nourrit ; le *yang* engendre, le *yin* enfante ; le *yang* induit, le *yin* répond ; le *yang* provoque, le *yin* s'adapte ; le *yang* met en mouvement, le *yin* stabilise...

a) Homosexualité

Que l'origine soit innée ou acquise l'association de deux polarités identiques bloque le mouvement. L'appétence pour un partenaire de même polarité permet donc la rencontre mais pas la reproduction.

b) Hétérosexualité

Le développement des moyens de contraception associé à la recherche de l'égalité des sexes a profondément modifié les mouvements du *yin* et du *yang* : la fonction d'engendrement liée au *yang* en relation avec la fonction d'enfantement liée au *yin* est soumise, par le biais de la contraception, à la décision et au bon vouloir de la femme. La disparition de la soumission et l'acquisition de l'autonomie ont permis à la femme de développer son potentiel *yang*. Ainsi l'induction naturelle du *yang*, auquel répond normalement le *yin*, peut se heurter à un *yang* féminin hypertrophié et aboutir au blocage du mouvement. La difficulté des rencontres à laquelle on assiste actuellement prend peut-être ses racines dans ces changements à l'origine d'émotions perturbatrices, un excès de « *yang* féminin » pouvant entraîner un repli, voire une fuite, du « *yang* masculin ».

c) « Savoir-faire »

Des études sur le comportement animal ont montré que l'isolement de la mère dès la naissance et l'absence de contact étaient responsables d'une incapacité à réaliser l'acte sexuel malgré la pulsion (2). La construction du schéma corporel est dépendante du maternage physique et affectif de la petite enfance et la méconnaissance de son corps et de ses zones érogènes peut aboutir à l'absence de plaisir. Ces difficultés sexuelles sont un handicap certain pour l'épanouissement d'une rencontre.

P-7 « alignement défectueux » (*lie que*) ; point *luo*, point de croisement-réunion de *ren mai*, troubles sexuels des hommes et des femmes.

d) Désir d'enfant

➤ Inconscient

Malgré des moyens de contraception multiples et efficaces on est confronté à un nombre toujours important d'IVG. Un rapport de l'Inspection générale des affaires sociales (IGAS) note que 72 % des IVG sont réalisées sur des femmes qui utilisent une contraception.⁽⁴⁾ Autant il est difficile d'affirmer le rôle de l'inconscient dans les grossesses sous stérilet autant les oubli de pilule, malgré le non désir d'enfant, reflètent bien toute l'ambiguïté et le dilemme des femmes face au désir d'enfant.

➤ Excessif

Le déploiement de l'activité professionnelle, associé au contrôle des naissances a eu un retentissement indéniable sur la reproduction. D'une part le désir tardif se heurte à la baisse naturelle de la fertilité, d'autre part, lorsque le projet d'enfant se met en place, le désir est tel que le moindre retard dans sa réalisation est source d'émotions négatives. La frustration et la colère à l'apparition des règles, s'associent au fil des cycles à la peur de ne jamais avoir

d'enfant. La multiplication des rapports, pour améliorer les chances, introduit la notion de contrainte ce qui peut amenuiser le plaisir et retentir sur l'harmonie du couple. Si la prise en charge par les centres de PMA a permis d'améliorer nos connaissances sur la physiologie de cette fonction elle n'a toujours pas permis d'accéder à ce nœud émotionnel. Dans une grande majorité des cas seuls le lâcher prise et le retour à la sérénité sont capables de lever les barrières psychiques.

E-30 « carrefour du *qi* » (*qi chong*), Fureur de ne pas avoir d'enfant.

F-11 « intégrité du *yin* » (*yin lian*), Fureur de ne pas avoir d'enfant.

E-45 « gué du passage » (*li dui*), Disparition du plaisir sexuel.

2. Liées aux gamètes

a) Verrouillage de la glaire cervicale

L'exploration de la perméabilité de la glaire cervicale se fait grâce au test de Hühner. Il est réalisé après une abstinence de 3 à 4 jours et près de 2 heures après un rapport sexuel (5). Il explore l'interaction entre mucus cervical et spermatozoïdes, déposés lors du rapport, dans la glaire de qualité optimale en pré ovulatoire.

Une fois éliminées les pathologies infectieuses ou traumatiques il reste les incompatibilités immunologiques. La question qui se pose et à laquelle il est impossible aujourd'hui de répondre avec certitude, est de savoir si le refus inconscient de l'autre, reflet d'une incompatibilité profonde, ne peut pas être impliqué dans ce résultat.

b) Sperme déficient/ anovulation ou dysovulation

De récents travaux de l'Institut de Veille Sanitaire (IVS) ont montré une prévalence du syndrome de dysgénésie testiculaire avec baisse de la qualité du sperme et augmentation des taux de cancer du testicule, de cryptorchidie et d'hypospadias. Les expositions environnementales, notamment à certains polluants organiques persistants (tels que les PCB) et aux métaux lourds qui agissent à faible dose et exercent des effets différés dans le temps pourraient contribuer à l'émergence de ces pathologies (6). Cependant en parallèle à ce problème sanitaire on assiste à une modification de certains paramètres de la santé reproductrice. Le changement des comportements avec une procréation plus tardive, le tabagisme, la consommation de cannabis ou de toxiques, le surpoids voire l'obésité sont des causes fréquentes d'altération de la fertilité. Le rôle des émotions dans ces comportements est indéniable mais beaucoup trop complexe pour le synthétiser.

B. TROUBLE DE LA NIDATION

La fonction de reproduction, indispensable pour l'espèce n'est pas une priorité pour l'individu. L'implantation n'aura lieu que si les conditions sont réunies. Pour accepter de nourrir un « colocataire » l'organisme doit disposer de réserves suffisantes. Un vide de sang préalable à la grossesse peut être responsable soit d'une non implantation, soit de fausses couches précoces. Le Foie, dans sa fonction de stratège, ne « déploie » pas le projet. Le

traitement du vide de sang et le soutient du premier mois par le F-2, préconisé par Chao Yuanfang, peut aider au bon déroulement de cette phase d'implantation. Par ailleurs la colère ou la peur qui se manifestent au travers d'une incompatibilité « immunologique » se traduisent par un refus de la VB à accepter ce corps étranger. Le VB-43, préconisé par le même auteur, peut trouver sa place dans cette situation émotionnelle particulière.

F-2 « intervalle du mouvement » (*xing jian*)

VB-43 « torrent courageux », serait le point qui permettrait d'affronter avec courage la perspective de la grossesse. Ses indications cliniques, telles qu'elles sont libellées par (10), étaient ce point de vue : « Insomnie par appréhension, soucis, insécurité. Tout effort, toute tâche semble trop difficile. »

IV. LA RÉGULATION

La fonction de reproduction, pour être efficace, doit donner naissance à des individus suffisamment robustes pour qu'ils puissent survivre et se reproduire à leur tour. Cet impératif nécessite des ressources et un espace vital suffisant et comme le développement de la vie se déroule dans un espace clos il faut absolument une régulation pour que l'ensemble du système se maintienne en équilibre. C'est la gestion de l'espace et des ressources qui est à la base de cette régulation spontanée.

L'étude de la fécondité humaine se heurte à la complexité du problème et nécessite une démarche pluridisciplinaire dans laquelle la recherche animale occupe une large place. Les recherches en éthologie animale ont mis en évidence l'existence de mécanismes régulateurs en cas de surpopulation qui vont permettre au groupe de retrouver sa densité optimale. « Chez les rats mâles, la surpopulation va épuiser les glandes surrénales et provoquer leur impuissance. Les femelles perdront leur cycle hormonal et rapidement, par arrêt de la sexualité, la population va cesser de croître et retrouver sa densité qui lui permet de fonctionner au mieux des possibilités du biotope. Dans une surpopulation de lapins, les femelles gravides vont résorber leur fœtus et le dissoudre en elles. ». (8)

On retrouve dans les études sur la fertilité humaine des résultats qui mettent en évidence l'existence de mécanismes régulateurs. La première régulation est liée à la période de fécondité qui va de la puberté à la ménopause. Il apparaît que plus la durée du développement est longue plus le temps disponible pour la reproduction est court. D'autre part une maturité sexuelle précoce est associée à une croissance somatique moins importante. L'âge de la maturité sexuelle reflète donc le compromis optimal, pour un environnement donné, entre la quantité d'énergie allouée à la croissance et celle allouée à la reproduction. C'est donc la gestion des ressources qui est au centre du dispositif. Mais les ressources devant être partagées il existe parallèlement une régulation de la fertilité du groupe. La ménopause semble jouer ce rôle et des études récente (Mace & Alvergne 2012) réalisées en Gambie rurale, dans une population de bergers-agriculteurs où le taux de contraception moderne est

encore faible (moins de 20 %) ont montré qu'il n'existe pas de chevauchement reproductif entre belles-mères et belles-filles : lorsque les belles-filles ont leur premier enfant, la belle-mère a déjà cessé de se reproduire. Une autre étude basée sur des données historiques, démographiques de Finlande a mis en évidence que la reproduction simultanée de générations successives de belles-mères et de belles-filles était associée à une diminution de la survie des enfants (Lahdenpera et al., 2012). Globalement, il semble que ce soit une combinaison de coopération (effet grand-mère) et de conflit (reproduction simultanée) entre les générations qui permette d'expliquer la cessation de la reproduction et la survie après la ménopause. (9)

Le cycle de vie est ainsi jalonné par des compromis entre la croissance et la reproduction, entre la reproduction et la longévité, entre la fertilité et l'investissement parental (l'ovulation est supprimée lors de la période d'allaitement) et ces compromis sont régulés par des hormones reproductive et métaboliques qui interagissent (9).

V. CONCLUSION

Les besoins fondamentaux de l'organisme, auxquels appartient la reproduction, sont donc régis par un ensemble de mécanismes régulateurs naturels qui ont pour but le maintien d'un équilibre indispensable à la survie. La particularité de l'espèce humaine réside dans ses facultés cognitives à l'origine des transformations générales de la société et de son environnement. L'évolution culturelle avec la mise au point de la contraception a contribué à la modification profonde de cette fonction. Parallèlement le développement industriel et la société de consommation ont transformé notre rapport au monde et induit un changement radical de comportement. La question est de savoir si la modification de la fertilité actuellement constatée est le résultat de nos comportements ou la réponse adaptée de la nature face à nos comportements. Il s'agirait alors d'une régulation de la fécondité et non d'une infertilité.

Bibliographie

1. Wunsch S. *Comprendre les origines de la sexualité humaine*. L'Esprit du temps, 2014.
2. Wunsch S. *Rôle et importance des processus de renforcement dans l'apprentissage du comportement de reproduction chez l'Homme*. Neurons and Cognition. Ecole pratique des hautes études - EPHE PARIS, 2007.

3. « *Mise en place des villosités placentaires* », embryogénèse module 10-2, Embryologie.ch.
4. AUBIN C., JOURDAIN MENNINGER D., CHAMBAUD L. Evaluation des politiques de prévention des grossesses non désirées et de prise en charge des interruptions volontaires de grossesse suite à la loi du 4 juillet 2001,Rapport de synthèse, Inspection générale des affaires sociales, 2010.
5. Société Française d'Endocrinologie. *Infertilité du couple : conduite de la première consultation*. Item 29 <http://www.sfendocrino.org/>
6. *Les troubles de la fertilité : état des connaissances et pistes pour la recherche.* Synthèse de l'Expertise collective, Inserm 2011 « Reproduction et environnement ».
7. SLAMA R. et al. *La fertilité des couples en France*. Inserm U823, Équipe d'épidémiologie environnementale appliquée à la reproduction et la santé respiratoire, Grenoble, France. 2011
8. CYRULNICK B. *Mémoire de singe et paroles d'homme*. Librairie Arthème Fayard/Pluriel, 2010
9. THOMAS F. RAYMOND M. *Santé médecine et sciences de l'évolution : une introduction*. De Boeck-Solal, 2013.
10. HALL E.T. *La dimension cachée*. Editions du Seuil, « points Essais » n° 89, 2014.
11. Soulier De Morant G. *L'acupuncture chinoise*. Maloine. Paris. 1972

La tristesse et le Deuil

Résumé : La tristesse et le deuil sentiments répandus et tous les jours motifs de consultation dans nos cabinets. Comment la médecine traditionnelle Chinoise nous permet-elle d'appréhender le sujet et quels points proposer pour un traitement acupunctural.

mots-clés : tristesse, deuil, sentiments, instances vitales, *po*, Poumon.

Dr Valérie COURTIN-CHABRE
3, rue Gérard Philipe
38500 Voiron
04 76 06 30 76
valerie.chabre@free.fr



Nous nous proposons

- dans un premier temps, d'essayer de nous entendre autour de quelques définitions : les émotions, les sentiments, les sensations, la tristesse et le deuil .
- dans un deuxième temps, d'approcher la notion de *po*.
- puis dresser des tableaux de tristesse dans le cadre de la médecine traditionnelle chinoise
- et enfin de vous présenter quelques points utiles dans le deuil.

1. LES DEFINITIONS

Nous avons eu quelques discussions animées pour savoir si nous parlons d'émotions ou de sentiments.

Le mot, **émotion**, vient du latin *emovere*, qui signifie « faire sortir en bougeant ». L'émotion apparaît comme une réaction spontanée du corps. (1)

L'émotion serait un affect momentané, qui nous meut plus qu'il ne nous structure (comme le ferait un sentiment) ; il nous met en mouvement plus qu'il ne nous emporte. Par exemple, la colère, la peur, la joie, la tristesse, le coup de foudre sont des émotions. Mais elles peuvent déboucher sur des passions ou des sentiments, comme sont la haine, l'anxiété chronique ou l'amour. Les frontières, entre émotions et sentiments, sont floues . (2)

On peut dire que l'émotion est une réaction physiologique à une situation inductrice.

Le mot, **sentiment**, issu du latin, sentir, signifie « ce qui est en lien à toutes perceptions par les 5 sens », et très vite associé à la perception par l'intelligence. (1)

Le sentiment est ce que l'on ressent, autrement dit la conscience de quelque chose qui se passe dans notre corps, et spécialement qui nous rend joyeux ou triste. Spinoza nous dit que cela modifie notre puissance d'exister et d'agir. Le sentiment est une émotion qui dure dans le temps et en cela peut devenir pathogène.

Le sentiment est un affect de l'âme (affectus), il concerne l'esprit ou le cœur davantage que le corps (pour les émotions) ou les sens (pour les sensations)(2) . Ici l'esprit ressent.

La **sensation** est une perception, une modification du corps (affectio).

1^{er} exemple :

On peut annoncer un sentiment : j'ai le sentiment d'être triste, je ressens de la tristesse
C'est différent de dire : j'ai la sensation d'avoir mal, je sens une douleur

2^{ème} exemple :

On peut se cogner contre un mur c'est une sensation,
On peut se cogner contre ses angoisses, c'est un sentiment

3^{ème} exemple :

On peut dire : je suis troublé en regardant son visage, je rougis : c'est une sensation
C'est différent de dire : je suis en train de tomber amoureux : c'est un sentiment.

Le sentiment est un rapport à soi et à autrui, la sensation est un rapport au corps et au monde (2).

Le mot **Douleur**, issu de **Dolor, doloris** signifie d'abord la douleur physique, subie, apparue à la suite d'un coup, mais également la douleur profonde, qui entraîne une souffrance morale , une affliction, du chagrin, de la peine, du tourment qui tire les larmes.

Doleo = j'éprouve de la douleur profondément –et sans forcément le montrer.

D'où le français, dol, dolent, doléance et deuil.(1)

Le mot, **Triste** vient de l'adjectif latin **Tristis**, prenant valeur de sombre, affreux, repoussant – qui affiche une mine, un air sombre ; affligé, funeste, funèbre comme celui qui est en deuil, c'est aussi un personne dont les habits sont déchirés, salis, qui présente un visage lacéré, des cheveux couverts de cendre ; il est sévère, morose et n'est pas en état de badiner ; il est de mauvaise humeur.

A partir de l'adjectif, le nom **tristitia, ae,** féminin définit un état : la tristesse, l'affliction, la mauvaise humeur, l'amertume, le spleen, le dégoût de tout, de la vie (1).

Dans la langue française, à tristesse sont associés, chagrin, abattement, affliction, ennui, lourdeur d'un fardeau que l'on porte, la peine, l'absence du goût de vivre.

Aussi je pourrais dire que c'est la tristesse en tant que sentiment qui va nous intéresser . La tristesse est l'un des affects fondamentaux : le contraire de la joie mais aussi difficile qu'elle à définir.

C'est une souffrance de l'âme (ou de l'esprit), une déperdition d'être, de puissance, de vitalité, une fatigue qu'aucun repos ne suffirait à abolir. Spinoza écrit « la tristesse est le passage d'une plus grande à une moindre perfection » (2)

Nous parlerons alors d'affliction quand le chagrin est extrême, tristesse insurmontable, au moins pour l'instant. Toute consolation est vaine.

La tristesse peut apparaître quand on n'a pas ce que l'on aimeraït , elle traduit le désir impossible qui entraîne la frustration. Il faudrait pouvoir accepter, se contenter d'une situation donnée.

La tristesse apparaît aussi après la perte, que ce soit celle d'une situation professionnelle, sociale, ou celle d'un être proche.

On aborde alors la notion de deuil, qu'il soit brutal ou non.

On distingue classiquement dans le deuil différents stades :

Le choc, ou déni cette courte phase du deuil survient lorsqu'on apprend la perte. La personne refuse d'y croire. C'est une période plus ou moins intense où les émotions semblent pratiquement absentes. La personne affectée peut s'évanouir et même vomir. C'est en quittant ce court stade du deuil que la réalité de la perte s'installe.

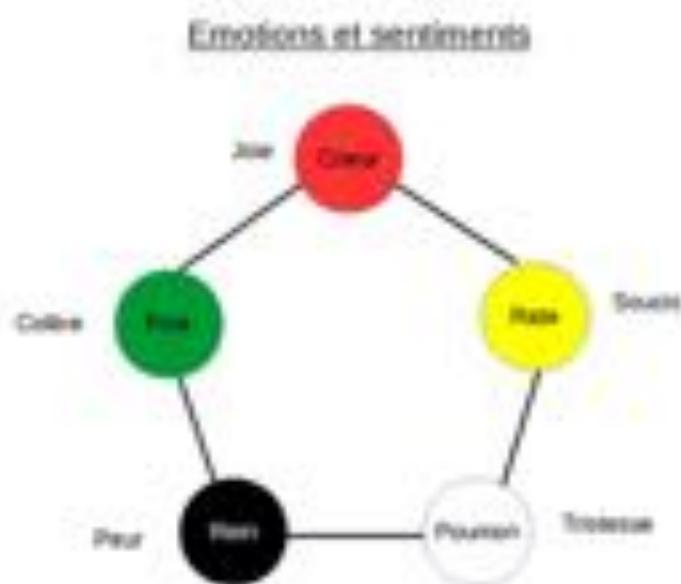
Ensuite la colère, phase caractérisée par un sentiment de colère face à la perte. La culpabilité peut s'installer dans certains cas. C'est une période de questionnements.

Le marchandage est une phase de négociations, chantage... En fait c'est la période où les proches font apparaître leur culpabilité (si j'avais fait ça ou si je faisais ça maintenant...) dans l'espoir vain de faire réapparaître le défunt, font appel à des forces extérieures, religiosité, mise en place de rites...

La dépression, phase plus ou moins longue du processus de deuil qui est caractérisée par une grande tristesse, des remises en questions, de la détresse. Les endeuillés ont parfois l'impression qu'ils ne termineront jamais leur deuil car ils ont vécu une grande gamme d'émotions et la tristesse est une vraie affliction.

L'acceptation, dernière étape du deuil où l'endeuillé reprend du mieux. La réalité de la perte est beaucoup plus comprise et acceptée ; L'endeuillé peut encore ressentir de la tristesse mais il a retrouvé son plein fonctionnement. Il a aussi réorganisé sa vie en fonction de la perte.

2 . En Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) le Poumon est l'organe associé à la tristesse.

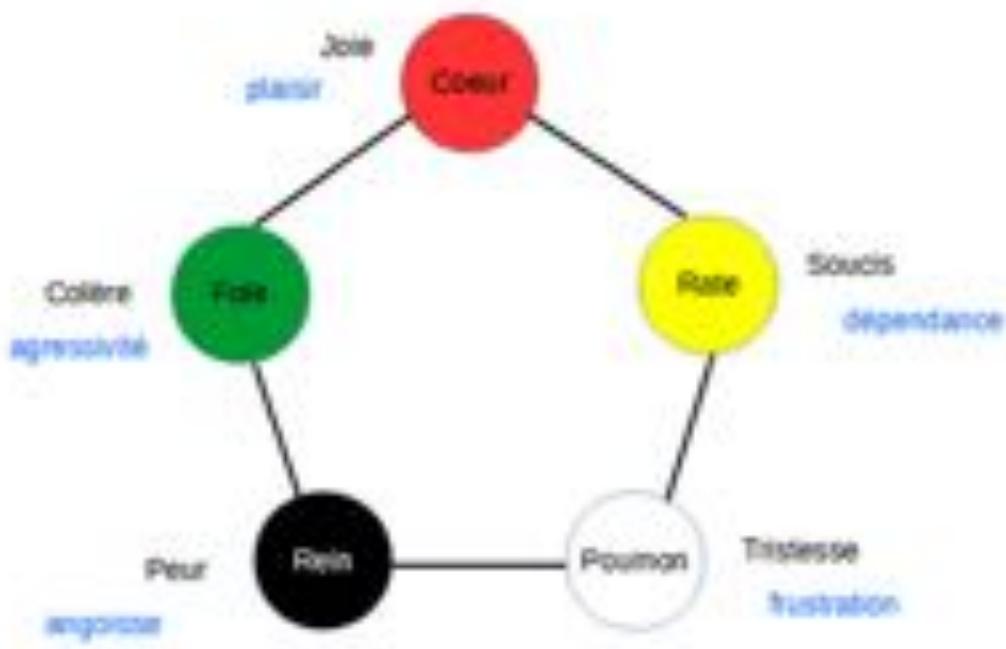


Les affects :

L'affect serait le ressenti lié au sentiment correspondant :

Au Poumon sera rattachée la frustration, au Rein l'angoisse, au Foie l'agressivité, au Coeur le plaisir et à la Rate la dépendance.

affects et sentiments



Les pulsions :

Dans les pulsions c'est la notion de mouvement qui apparaît.

Le Métal c'est l'intériorisation, le repli sur soi, la rétraction, la rigueur.

L'Eau c'est la volonté d'être, de vivre, c'est l'affirmation de soi, la volonté de parler en son nom propre.

Le Foie c'est l'action, l'expansion vers le monde, la projection vers l'avenir.

Le Feu c'est l'épanouissement.

La Terre c'est la réflexion, le besoin de communication.

Ici aussi, ce sont des mouvements associés aux organes.

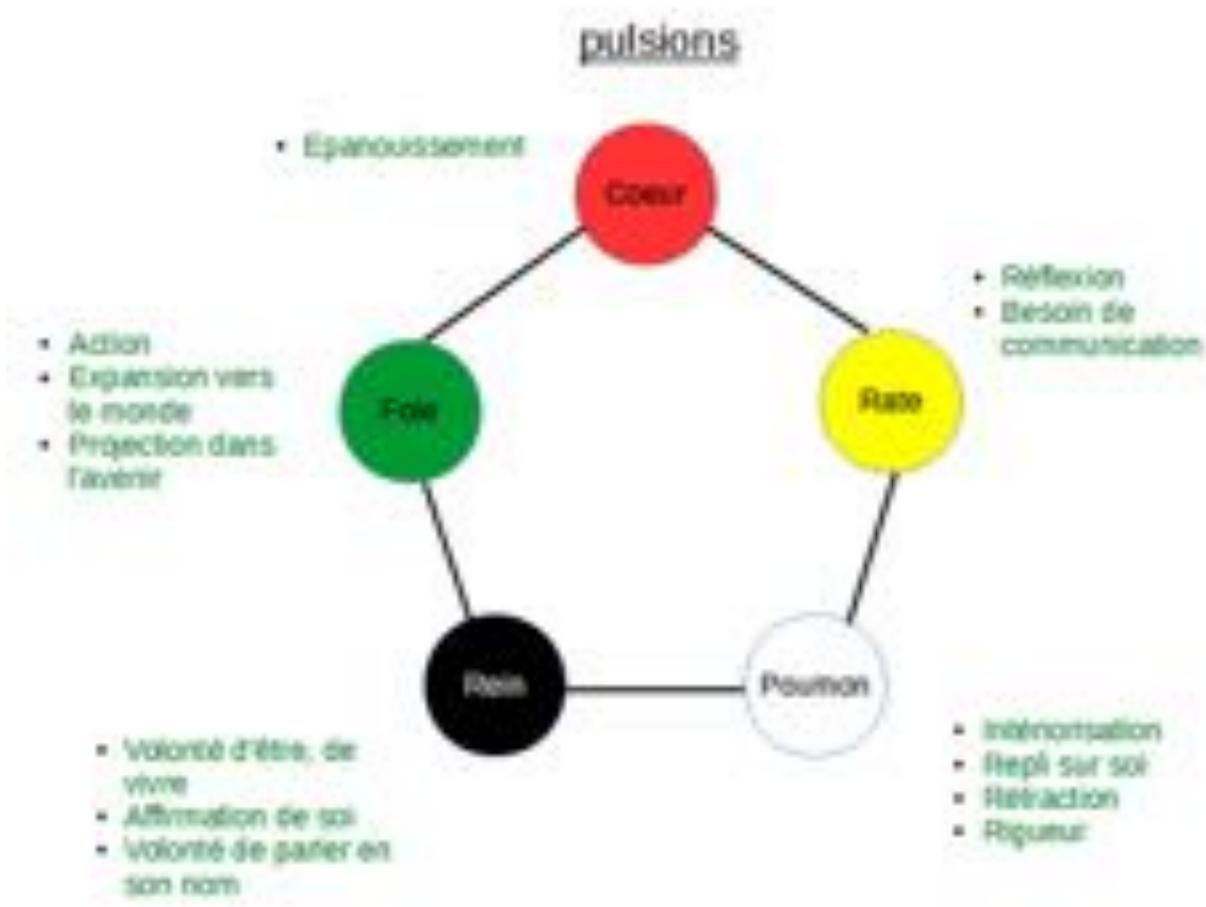
L'instance vitale rattachée au Poumon est le *po*, au Rein le *jing*, au Foie le *hun* et au Coeur le *shen*.

Nous allons tenter de définir le *po* :

Le Ricci (R4148) propose : âmes sensitives, souffles essentiels qui, avec les âmes spirituelles, animent l'être humain ; manifestation physique de l'âme sensitive ; apparence ; forme, corps ; (en astronomie) portion obscure du disque lunaire.

Jean-louis Lafont nous explique dans Emergence (3), que la traduction de ces termes, *hun* et *po*, n'est pas facile car le *Classique de l'interne* » n'en donne pas de définition.

Dans la médecine des Wu, le *po* serait âme corporelle et le *hun* âme spirituelle. Les *po* apparaissent à la conception et les *hun* apparaissent à la naissance, ensemble ils assurent la vie de tout individu.



A la mort, les *hun* et les *po* se séparent et réintègrent leur lieu d'origine : le Ciel et la Terre.

Dans le Su Wen 9 (SW9) « Le Poumon est la résidence du *po* » et « le Poumon est la racine du *qi* », « tous les *qi* se rattachent au Poumon » « le Foie est la résidence du *hun*... ».

Dans le Ling Shu 8 (LS8) « Ce qui suit le *shen* dans ses allées et venues est appelé *hun*, ce qui suit le *jing* dans ses entrées et sorties est appelé *po* »

Granet (4) apportent quelques explications : pour lui

-le *hun* ou âme-souffle serait plutôt un principe de vie lié au Souffle et à toutes les exhalaisons de l'organisme. Il serait donc de la catégorie du *yang* et du *qi*.

-le *po* ou âme du sang, serait un principe de vie lié au Sang et à toutes les humeurs du corps. Il serait de la catégorie du *yin* et du sang.

Le plus probable est que ces correspondances procèdent d'un rattachement par analogie avec le mouvement spécifique propre à ces deux viscères : mouvement d'expansion-extériorisation (vers le dehors) spécifique du Foie et du *hun*, mouvement de retrait-intériorisation (vers le dedans) spécifique du Poumon et du *po*.

Dans cette hypothèse

-*hun* est *yin* dans le *yang* (mouvement vers le dehors, vers le monde),

-*shen* est *yang* dans le *yang* (mouvement vers le haut, vers le Ciel),

-*po* est *yang* dans le *yin* (mouvement vers le dedans, vers Soi),

-*jing* est *yin* dans le *yin* (mouvement vers le bas, vers la Terre).

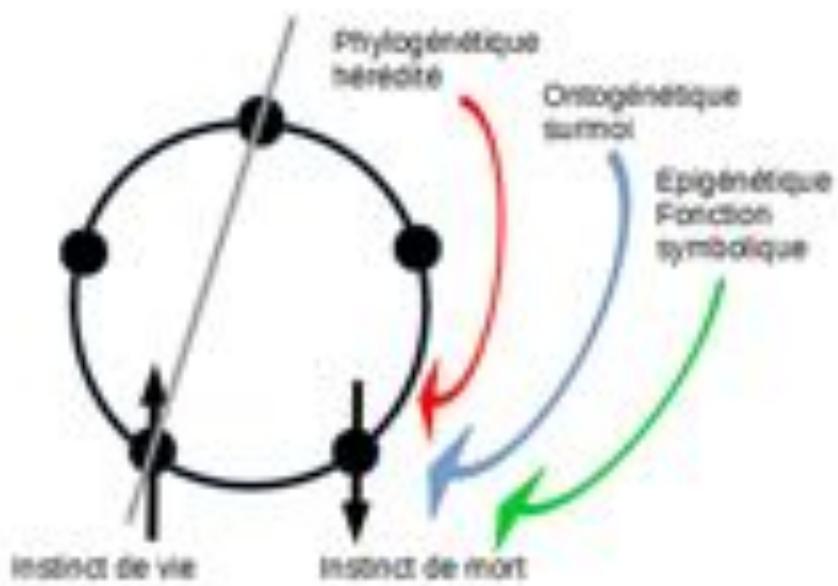
Hun et *po* apparaissent bien comme modalités particulières du *shen* et du *jing*.

Robert Du Bois (5) nous livre une vision psychanalytique de la médecine chinoise : « Au métal est associé le *po*, mouvement de fermeture sur soi, aussi considéré comme un mouvement de ramassage. Ainsi il exprime l'oeuvre du temps :

- à l'échelle des temps anciens d'où nous vient notre héritage ancestral ou phylogénétique,
- à l'échelle de l'homme, c'est à dire le temps de notre propre existence, où l'on tire leçon de son expérience, des règles du jeu, intégrant la Loi, le jugement moral (surmoi),
- à l'instant T en quelque sorte, qui tient compte des problèmes d'actualité sollicitant notre sens de la réalité, c'est l'héritage épigénétique. Il donne à l'homme l'usage de l'abstraction, de la conceptualisation et du symbolique.

Héritage, surmoi et fonction symbolique ensemble vont soumettre l'individu au *po*.

Bloque entre le Métal et l'Eau



Robert Du Bois

Le *po* est raison en soi, intériorisation des règles. Il va permettre d'établir les conventions nécessaires pour se faire comprendre de l'Autre ».

Le *po* s'oppose à la toute puissance narcissique, il permet d'accepter la frustration ressentie face à la mort. Pour pouvoir faire un deuil il faudra être capable de faire le deuil de soi-même, autrement dit accepter de ne plus être au centre, de ne plus être celui qui décide, intérioriser et accepter les nouvelles règles imposées par la vie, par les événements afin de pouvoir se reconstruire et réinvestir l'Autre ou un nouveau projet.

Dans ce mouvement destructeur, le *po* est inéluctablement lié à la mort. Mais la représentation d'un temps circulaire, en MTC, par le passage du Métal à l'Eau, introduit la possibilité d'une renaissance, donc d'une « petite mort », ou mort au figuré.

Le passage du Métal à l'EAU devient alors une étape à vivre et à revivre métaphoriquement. Le *po* devient nécessaire pour accepter la mort au sens propre, et au figuré la séparation de l'Autre, la différence de l'Autre.

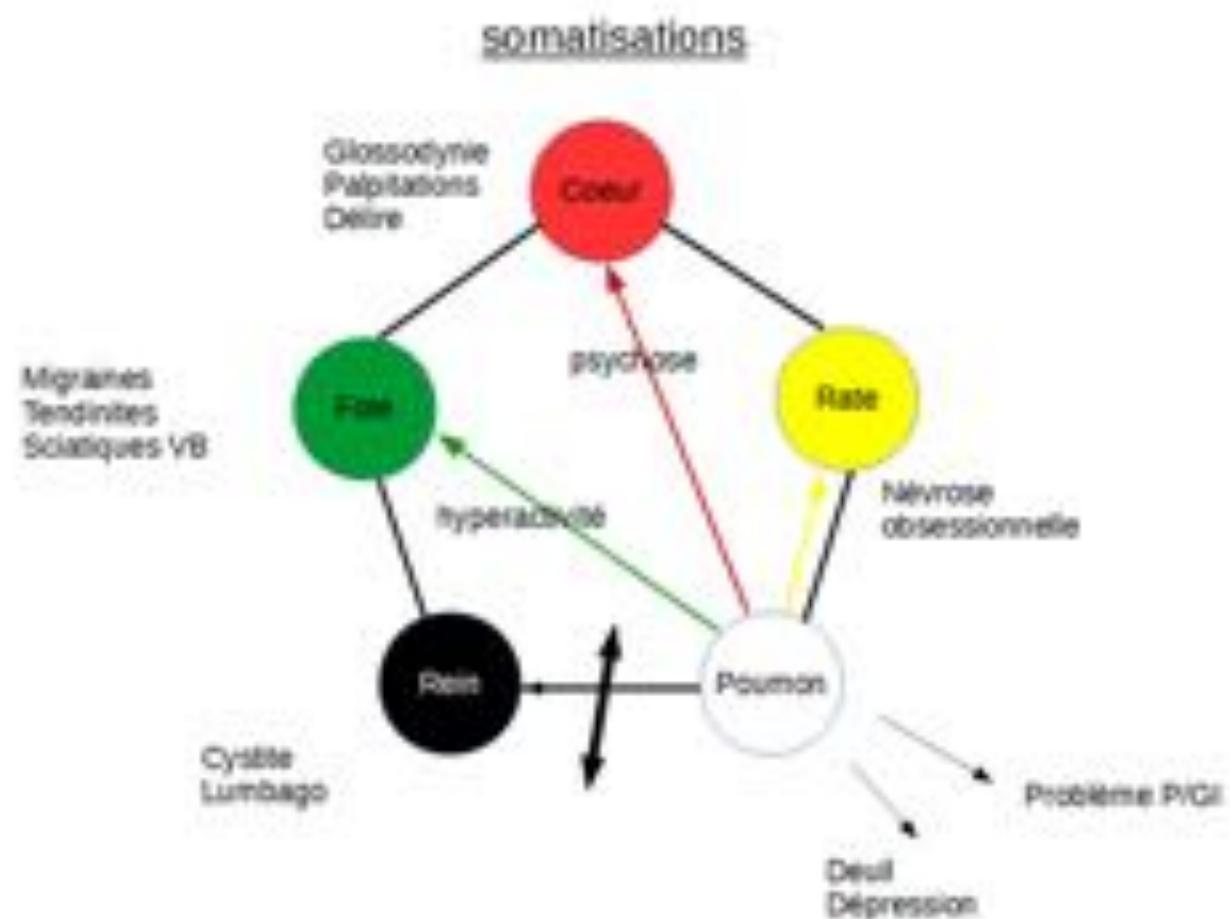
On comprend alors aisément que :

-l'affect lié au métal (*po*) est la frustration, cet affect une fois nommé en conscience, devient un sentiment qui sera la tristesse

-l'affect lié à l'EAU (*jing*) est l'angoisse, cet affect devenant sentiment sera la peur.

Ce passage du METAL à l'EAU est l'un des plus difficile de la vie d'autant plus qu'il est perpétuellement à refaire (5). Chaque situation non acceptée, non intégrée correspondra à ce non passage du Métal à l'Eau et sera le point de départ de bon nombre de situations psychopathologiques et psychosomatiques.

A partir du Métal bloqué, apparaissent les troubles sur Poumon/Gros-Intestin : constipation, asthme, ou des répercussions sur les méridiens concernés donnant périarthrites scapulohumérales, épicondylites, rhizarthroses...et des somatisations fonctionnelles avec des retours vers les organes Foie, Coeur et Rate.



3 ; LA TRISTESSE EN MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Dans le Su Wen, deux phrases importantes autour de la tristesse :

Je cite :

Le chapitre 77 du SW : « la tristesse, la joie, la crainte et la colère vident les 5 viscères, le Qi et le Xue perdent contenance ».

Au chapitre 39 du SW il est dit : « la tristesse resserre le cœur, déploie les lobes du poumon qui interceptent le foyer supérieur, les *Rong-Wei* (le *qi* nourricier et le *qi* protecteur) ne peuvent plus

circuler librement, il y a échauffement interne qui dissoud le *qi* ».

A la lecture de ces phrases on peut concevoir que l'on va trouver **des tableaux de vide** (le *qi* et le *xue* perdent contenance) et **des tableaux de plénitude** (déploie les lobes du poumon, échauffement interne):

La tristesse par vide :

-Soit par vide du *qi* du Coeur plus ou moins associé à un vide de *qi* du Poumon, ce qui nous donnera un manque de joie.

-Soit par stagnation du *qi* du Foie, par inhibition du mouvement de jaillissement du Foie qui ne permet pas le déploiement du Coeur.

-Soit par vide de Sang

L'ensemble des symptômes recueillis associés à cette tristesse, le pouls et la langue, nous aideront à faire le diagnostic en médecine traditionnelle chinoise.

Vide de *qi* du Coeur

Palpitations légères et occasionnelles, surtout le jour et à l'effort, sensation de gêne au thorax, essoufflement à l'effort, dyspnée ou polypnée, transpiration spontanée, pâleur, fatigue, apathie, asthénie, crainte, rêves abondants

langue : pâle ou normale

pouls : fin et faible ou lent et régulier

points proposés : C4 (chagrin et peur), C9 (tristesse, découragement), V15, RM6 (fatigue, dépression, désire mourir), RM14 (agmar : « palais immense » point *mu* du Coeur, point de l'impulsion vitale), RM15, E36.

Le Vide du *qi* du Poumon

Voix faible et sans force, apathie, asthénie, lassitude mentale, absence d'envie de parler par manque de souffle + symptômes physiques dyspnée, toux, aversion pour le vent, obstruction nasale, oppression thoracique, constipation...

On aura alors un pouls de poumon en vide

Sur la langue, on pourra avoir deux fissures transverses un peu en arrière de la pointe

points : P7, P9, V13, RM6, E36

La tristesse par stagnation du *qi* du Foie entraînant un vide de *qi* du Coeur

Soupirs, mélancolie, dépression, impatience, humeur irritable, avec tous les signes physiques associés : boule dans la gorge, distension abdominale, plénitude et douleurs des hypochondres et de la poitrine, régurgitations,... tous les symptômes qui varient en fonction de l'humeur.

F1 Da Du (ta toun) « la grande excitation » ou « grand vase de bois à millet » : mélancolie sans joie, aime être couché, tristesse.

F5 Li Gou (Li Keou) « sillon du vers à bois »: manque de joie, mélancolie, soupirs nombreux.

RM15 Jiu Wei (Tsiu Oe) : chagrin,lève les stagnations du foyer supérieur.

Aussi à l'origine de la tristesse on peut retrouver un tableau de Vide de Sang (par insuffisance de production ou par excès de perte)

Par exemple le babyblues

Pâleur, asthénie, dyspnée, ongles et cheveux secs et cassants, crampes ou clonies, pleurs, tristesse.

langue : pâle (gonflée si vide de *qi* associé)

pouls : fin et plutôt profond

point : V17, V43, E36, RP6, F8, RM4 , RM17

Nous aurons alors des tableaux de plénitude :

-La tristesse due à l'excès de soucis (ou de réflexion « qui retient le Coeur »)

Le Poumon dans ce cas est envahi par l'humidité et les glaires (obstruction du *shen*).

Plénitude de poitrine, glaires, expectorations, douleur des hypochondres, toux, fatigue, lassitude mentale, mauvais appétit, mange peu, amaigrissement, asthénie.

RP5 Shang Qiu (chang Tsiou) « Marchands de la colline » : exagération des soucis, chagrin, mélancolie, grands soupirs.

MC7 Da Ling (Ta Ling) «Grand plateau » : excès de sentiments ou d'indignation, chagrin, pleurs.

RM12 Zhong Wan (« milieu de l'estomac » tristesse, souci, obsessions.

RM17 Tan Zhong (tann tchrong) « milieu de la poitrine » : ouvre la poitrine, transforme les mucosités, traite les stagnations du foyer supérieur et moyen.

E36, MC6, P9, P5, élimine l'humidité, la chaleur du Poumon, P7, V21.

-La tristesse due à la perte, ou « tristesse -plénitude » qui va entraîner un deuil.

J'aimerais m'attarder un peu sur le deuil et proposer des traitements acupuncturaux en fonction des différents stades. (7) (8) (9)

La phase de déni :

Il s'agit là d'un véritable choc

Jean-Louis Lafont nous a proposé deux points majeurs dans le choc : il s'agit des 2 points *luo* C5 et IG7

C 5 Tongli (trongli) « village de passage » :

Tonifie coeur et poumon

Emotivité psychique, cardiaque , vésicale

SDM nous dit : *Emotivité psychique* (peut également être le trac des artistes) : peut provoquer contractions et froid ou énervement et chaleur

-ou peu d'énergie, froid, saisissement, ne peut parler, visage sans expression, vertiges-évanouissement, angoisse, coeur serré

-ou visage chaud, agitation, mal de tête, membres lourds, palpitations, parle avec précipitation, appréhension agitée.

Si le choc a été grave : fièvre, chaleur ; d'abord pas de joie ; puis après plusieurs jours, bâillements fréquents et chagrins ; chaleur de visage sans sueur, mal de tête, mutité soudaine, douleur des yeux, palpitations.

Emotivité cardiaque : par émotions, ou coeur serré, circulation comme arrêtée, intermittences. Ou palpitations, battements précipités et irréguliers.

Emotivité vésicale : Par émotion, besoins urgents et fréquents d'uriner ; abondance d'urines claires, jusqu'à incontinence ou arret.

IG 7 Zhizheng (tche tcheng) « membre correct » :

« *refoulement d'énergie par sentiments* ». Par choc : vide, peur, dépression, chagrin, regrets, émotivité, psychopathie.

Pour avoir testé ces deux points même à distance d'un choc, ils se révèlent d'une efficacité redoutable.

On peut également proposer :

E14 Kufang (Krou fang) : « maison du trésor »

(SDM) *Toute conséquence physique ou psychique d'un choc*, soit moral, soit physique. Penser au choc devant tout trouble physique ou psychique suite d'accident ou émotion, ou récidivant. Soucis, préoccupations, obsessions. *Redoute d'être touché ou même regardé. Alternatives de gaité et de méchanceté. Hypersensitivité morale ou physique. Suite d'accidents ou d'opération.*

TR10 Tian J ing (tienn tsing) « puits-Céleste »

Disperse les excès d'énergie des Trois Réchauffeurs (tous pouls superficiels tendus, durs).

Relâche les excès de nerfs, les reflexes psychiques ou physiques trop forts, les claquements de dents, les crises de nerfs, les convulsions, les surexcitations jusqu'à démence ? Chez les femmes très nerveuses, la détente soudaine peut causer une crise de larmes.

Insomnie nerveuse du début de la nuit.

Emotivité, esprit-tremblant, irritabilité, ne supporte pas les gens. Epuisé et agit par volonté. Refoulement des soucis.

Grand chagrin ne peut dormir. Grand choc, tout trouble, stupéfié, jusqu'à surdité, cécité, paralysie.

RM4 Guan Yuan (Koann luann) « Barrière de l'origine »

Point mu de Ig. Choc émotionnel (Agmar)

La phase de colère :**DM12 Shenzhu** (chenn Tchou) « Colonne du corps »

Elimine la chaleur du P, calme l'esprit et tonifie le Yang du P.

Hostilité, phobies, haine, désir de faire du mal jusqu'à tuer

F2 Xingjian (sing Tsienn) « Intervalle agissant »

Désire mourir, dépression, troubles psychiques. Larmes.

C7 Shen Men (chen Men) : « porte de l'esprit »

Troubles psychiques avec excès ou insuffisance physique.

Avec excès : chagrin surexcité. Sanglots extravagants. Colères folles.

P9 Tai Yuan (trae iuann) « Gouffre suprême »

Action sur le Foie et le Poumon

Révoltes d'énergie (crises de nerfs, colère).

On sait que ces différentes phases ne sont pas forcément aussi nettes dans la réalité et qu'une personne peut rapidement passer d'un stade à l'autre ou même revenir à un stade antérieur.

Aussi l'utilisation du **TR10**, de **E14** par exemple peut très bien se concevoir à ce stade-là aussi.

La phase de marchandise

On se situe dans une phase charnière du deuil entre la colère et la dépression, nous allons de voir emprunter des points à l'une et à l'autre de ces phases.

La phase dépressive :

V42 pohu (pro rou) « portillon du primate » « porte de l'âme corporelle » (Hu =porte qui s'ouvre vers l'intérieur)

SDM ne donne pas d'indication liée au *po*.

Deadman nous dit que le nom de ce point suggère qu'il est efficace pour traiter les troubles du *po* et les troubles émotionnels liés au déséquilibre du Poumon. En fait, à l'exception du « trouble de la possession des trois cadavres», les indications de ce point montrent qu'il sert essentiellement à nourrir et à tonifier le Poumon. Le « trouble de la possession des trois cadavres » est une conception taoïste qui renvoie à une sorte de « possession » qui se divise en « cadavre supérieur » qui attaque les yeux, en « cadavre moyen » qui attaque les cinq organes et en « cadavre inférieur » qui attaque la vie humaine même. Ce point a la capacité de tonifier le Poumon à son niveau le plus profond, capacité qu'il partage avec V43.

V13 Feishu (Fei iu) : point shu du Poumon

Ennui aveuglant. Désire se tuer.

RM6 Qi hai (tsri-rae) « Océan de l'énergie »

Energie générale insuffisante. Tous les vides, insuffisances ou épuisement de l'énergie générale. Energie Yin vide, énergie Yang abolie, comme après une maladie. Manque d'audace, dépression. Désire mourir.

Je propose aussi les 4 points suivants en pensant également à Robert Du Bois, qui, pour s'adresser aux instances vitales primitives (*Jing, po, hun* et *shen*) utilisera les points Mu (5).

D'ailleurs, on peut constater que SDM donne à chaque point Mu l'indication *troubles par sentiments avec froid avec dépression.*

(P1 et E25 pour le *po*, VB25 et RM3 pour le *jing*, F14 et VB24 pour le *hun*, RM17 et RM4 pour le *shen*).

P1 Zhongfu (tchonf fu) « atelier central »

Point mu du Poumon, *troubles par sentiments avec froid et dépression*, point qui régit la récolte de l'automne, point de ramassage du yin de l'extérieur vers l'intérieur, en particulier dans le thorax. Diffuse et fait descendre les souffles.

E25 Tianshu (tienn tchrou) « pivot du ciel » « axe céleste »

point mu de GI (troubles par sentiments, avec froid et dépression), point logis du *po*
point qui régit le mouvement du yang vers le yin (automne)

SDM : les trois mémoires (héritaires, semi-consciente et consciente). On rejoint là Robert Du Bois avec héritage, surmoi et fonction symbolique.

F14 Qi Men (tsri menn) « porte de l'échéance » ou « porte de l'époque »

Poitrine contractée, ne peut s'étendre sans étouffer. Point qui favorise la libre circulation de l'énergie.

VB25 Jing Men (tsing menn) « porte de la capitale »

Dans le blocage du cycle Sheng il convient de tonifier le Rein par son point mu.

Dépression (agmar).

E41 Jiexi (tsie tsri) « vallée s'élargissant »

Sans appétit pour la vie ni pour la nourriture ; ennui, esprit lassé. Emotivité, esprit-tremblant ; angoisse ; chagrin . Dépression par choc.

V43 Gaohuangshu (Kao-roang shu) « point des centres vitaux »

Par son action sur le sang, sur le Poumon, le Coeur, le Rein, la Rate et l'Estomac

SDM :épuisement, faiblesse, *tous les troubles récents ou anciens par faiblesse*. Faiblesse et déchéance de l'énergie yang.

V18 Ganshu (kann-iu) : point shu du Foie

Beaucoup de mécontentement et de tristesse , « remâche ses malheurs ».

Jean-Louis Lafont nous propose une association en rapport avec la phrase du SW 39 « la tristesse resserre le cœur, déploie les lobes du poumon qui interceptent le foyer supérieur, les Rong-Wei (le Qi nourricier et le Qi protecteur) ne peuvent plus circuler librement, il y a échauffement interne qui dissoud le Qi ».

Nous ferons plus volontiers ces points si l'on a un pouls du Poumon plein, et plutôt rapide avec les autres pouls plutôt en vide.

DM14 Dazhui (Ta tchoui) « les cent fatigues »

Point réunion de toutes les énergies Yang. Il libère de la chaleur.

SDM : Force épuisée, énergie à bout. Transpire par vide. Epuisement, prostration, faiblesse, vertiges.

Mélancolie, appréhension, neurasthénie.

IG3 Houxi (reou tsri) « vallon postérieur » ou « ruisseau postérieur »

SDM : *Faiblesse physique ou psychique. Ne récupère pas rapidement d'une fatigue ou d'un choc. Fatigué ou déprimé indûment et pour trop longtemps. Pleure aisément. Rêves de passages étroits. Ou surexcitation psychique ou physique. Surexcité indûment ou pour trop longtemps.*

P10 yuji (Iu Tsi) « coin du poisson » « éminence thénar »

Elimine la chaleur des Poumons.

SDM : peu d'énergie, malaise, peur, angoisse. Chagrin, insomnie.

Claquement de dents, frissons ou nerveux ou par froid.

Plus un point de coeur : presque tous ont une indication : chagrin.

C9 Shao chong « moindre assaut »

Faiblesse physique, psychique et cardiaque. *Moments de faiblesse et découragements. Yeux ternes, voix sans timbres, visage lassé, tiré, brouillard gris. Tristesse, chagrin, sans entrain. Peur, appréhension, angoisse. Emotivité avec tremblements.*

C6 Yin Xi (Inn Tsri) : « vallon du Yin »

Emotivite de l'énergie physique

Par excès : Revoltes d'energie, crises nerveuses, gorge serrée; douleur à coeur et poitrine, palpitations nerveuses, manque de souffle, plénitude de poitrine .

C7 Shen men « porte de l'esprit »

Troubles psychiques avec excès ou insuffisance physique. Sanglots extravagants.

C4 Ling Tao « voie de l'immatériel »

Chagrin et peur. Mutité soudaine.

Conclusion

J'aimerais revenir sur le chapitre 77 du SW où il est question « De l'intelligence des 5 défauts »

Je résume le texte des 5 défauts principaux à : ne pas connaître l'état affectif du malade, ne pas connaître les habitudes de vie, l'alimentation, les colères, les joies violentes, méconnaître les pouls. Ne pas connaître la condition sociale, la perte éventuelle d'une dignité, d'un désir d'anoblissement. La perte d'une haute situation affecte le psychisme au point de faire déperir l'organisme. « Quand le médecin n'a pas assez d'autorité pour détourner l'esprit du malade, l'extérieur du corps devient faible et mou, le désordre devient une altération définitive... »

« Dans tout examen il faut connaître le début de la maladie et les autres circonstances. La prise du pouls et les résultats doivent être rapportées au sexe. La séparation d'un être aimé provoque un marasme qui se cristallise. La tristesse, la crainte, la joie et la colère vident les cinq viscères, le *qi* et sang perdent contenance. De quelle qualité est l'art du médecin qui ignore cela ? »

Ce texte nous rappelle combien l'acupuncture nous permet d'appréhender l'homme dans sa globalité et non pas réduit à un corps, un organe, à un résultat biologique.

Au terme de cet exposé puissions-nous être plus attentifs, plus curieux de la vie de nos patients afin de transformer leur tristesse, comme la tristesse de ce père (vu en début d'exposé) en la tristesse de ce roi de Matisse.



En annexe : Liste des points où l'on retrouve la notion de tristesse, de chagrin (7) (8) (9)

Poumon

P3 : tristesse, pleurs

P4 : humeur déprimée

P7 : tristesse, chagrin, crises de désespoir

P10 : chagrin

Gros-intestin

GI 8 : accès extraordinaires de désespoir

GI 16 : cœur brisé

Estomac

E 14 : conséquence physique ou psychique d'un choc physique ou psychique

E 15 : mélancolie

E 18 : chagrin, douleur morale

E 36 : nombreux soupirs, découragements, manque d'entrain, mélancolie, tristesse

E 39 : dépression grave, émotion violente ou soudaine

E 41 : « *sans appétit pour la vie ni pour la nourriture* », ennui, lassitude, chagrin, dépression par choc

Rate-Pancréas

RP 3 : tristesse, mélancolie

RP 4 : soupirs, lamentations, mélancolie

RP 5 : mélancolie, dépression agitée, grands soupirs, chagrin

RP 7 : chagrin

RP 15 : chagrin, sanglots bouleversants, grands soupirs

Coeur

C 1 : dépression morale, sans joie, chagrin

C 4 : chagrin et peur, dépression

C 5 : chagrin

C 7 : dépression, chagrin surexcité, sanglots extravagants

C 9 : faiblesse psychique, yeux ternes, point de la douceur de vivre

Intestin Grêle

IG 3 : *faiblesse physique et psychique, récupération difficile avec fatigue ou choc, fatigué ou déprimé indûment et pour trop longtemps, pleurs faciles*

IG 4 : mélancolie agitée, pleurs

IG 5 : regard dans le vague

IG 7 : Par choc : vide, peur, dépression, chagrin, regrets, émotivité , psychopathie, « *refoulement d'énergie par sentiments* »

Vessie

V 8 : refoulement des soucis, idées fausses, tristesse, dépression

V 13 : *ennui aveuglant, désir de suicide*, dépression

V 15 : *bouleversé de mélancolie*

V 18 : tristesse, « remache ses malheurs »

V 42 : point de l'âme (*hun*), tristesse

V 45 : grand choc, *fièvre par mélancolie*

Rein

R 2 : mélancolie

R 4 : mélancolie, sans joie

R 5 : tristesse, pleurs et dépression avant les règles

R 6 : tristesse et neurasthénie, chagrin constant, sans joie, «grand malaise sans savoir où est le mal »

R 17 : déteste la vie, profonde tristesse

R 21 : mélancolie aggravée par la chaleur et les colères mais améliorée par les mouvements rythmiques

Maître du Coeur

MC 1 : tristesse

MC 3 : tristesse

MC 7 : chagrin

Triple Réchauffeur

TR10 : refoulement des soucis, grand chagrin, tristesse, grand choc

Vésicule Biliaire

VB 2 : sans joie, tjs tristesse

VB 21 : poitrine tordue de mélancolie

VB 23 : état dépressif, chagrin, grands soupirs

VB 24 : grands soupirs, chagrin facile

VB 44 : tristesse

Foie

F 1 : mélancolie, sans joie, tristesse

F 2 : désire mourir

F 5 : manque de joie, mélancolie

Du Mai

DM 13 : dépression, tristesse, mélancolie

DM 14 : mélancolie

DM 20 : dépression, mélancolie, chagrin, désespérance

DM 24 : chagrin excessif

Ren Mai

RM 12 : tristesse,tout trouble mental avec froid ou dépression

RM 13 : tristesse

RM 15 : chagrin

Bibliographie

- (1) Brice Courtin professeur agrégé de Lettres Classiques, Avignon, traduction latine, grecque de tristesse et sentiments.
- (2) Comte-Sponville - *Dictionnaire de philosophie*, définitions d'émotions, sentiments, tristesse, deuil.
- (3) Lafont Jean-Louis - *Emergence*, ed Satas, 2001, page 432, page 439.
- (4) Granet M.- *La pensée chinoise*. A.Michel , Paris, 1968.
- (5) Du Bois Robert – *psychopathologie en acupuncture*. Ed You Feng, 2012.
- (6) Husson A. - *Huang Di Nei Jing Su Wen*. A.S.M .A.F, 3ème édition, Paris, 1987.
- (7) AGMAR - *punctologie générale*. Ed You Feng, 2011.
- (8) Soulié de Morant G. - *L'acupuncture chinoise*. Ed Maloine, 1984.
- (9) Deadman P. et Al-Khafaji M. - *Manuel d'acupuncture*. Ed Satas, Bruxelles, 2003.

LA PEUR KONG APRÈS UNE MORT FŒTALE IN UTERO : ACCOMPAGNEMENT PAR LA SAGE-FEMME ACUPUNCTEUR

Doyer Magali, sage-femme
Desesquelles Sarah, sage-femme

Résumé

La sage-femme, qu'elle exerce en maternité, en activité libérale ou en protection maternelle et infantile, est régulièrement amenée à suivre des patientes ayant un antécédent de mort fœtale in utero. La peur est une émotion qui peut se manifester à plus ou moins long terme, de façon récurrente ou intermittente. L'acupuncture permettra un accompagnement plus riche en entendant cette peur, en l'intégrant pour prévenir la bascule dans des mécanismes pathologiques. Nous raisonnons selon les Zang Fu, présenterons des tableaux illustrés de cas cliniques, et proposerons des points utilisés dans notre pratique quotidienne de sage-femme acupuncteur.

Mots clés :

Deuil périnatal – peur – KONG – sage-femme – mort fœtale in utero.

Introduction

L'enfant existe avant sa naissance, le lien entre les parents et l'enfant se tisse dès la grossesse et va s'enrichir tout au long de celle-ci. Ainsi, le décès d'un enfant in utero est un choc et une douleur immenses pour les parents. S'il y a quelques années encore, ce deuil particulier était peu pris en compte dans notre société, le couple trouve maintenant au sein des équipes et d'associations (1) une écoute et un soutien précieux. Parmi les émotions qui peuvent être rencontrées après une mort fœtale in utero (MFIU), nous avons choisi de nous focaliser sur la peur KONG.

La peur n'est pas vraiment une émotion décrite dans les étapes du travail de deuil. Pourquoi avoir choisi la peur, plutôt que la colère ou la tristesse par exemple ?

Pour nous, sages-femmes acupuncteurs en maternité, par expérience, l'émotion « peur » est celle qui est la plus constante. Elle apparaît dès l'annonce et reste présente ou intermittente à tous les stades du deuil, même à très long terme.

Ainsi, dès l'annonce, la patiente pourra nous dire : « J'ai peur de garder cet enfant mort dans mon ventre jusqu'à l'accouchement » ; « J'appréhende les sensations de l'accouchement » ; « J'ai peur de voir mon bébé » ; « J'ai peur de me séparer de mon bébé ». « J'ai tellement peur de rentrer à la maison, vide, où tout est prêt pour elle. » La blessure est intense, la future mère perd son statut. « J'ai peur d'annoncer ce décès, j'ai peur du regard des autres. » La mère peut manifester sa peur d'être une mauvaise mère ou une mère pas comme les autres : « J'ai peur de ne pas être à la hauteur avec les aînés » ; le décès du bébé in utero va parfois jeter des doutes sur sa propre identité féminine, sa capacité à procréer un enfant sain et à être maternante. « J'ai peur des répercussions pour ma famille et mon couple. » La peur peut également se manifester plus tard, sur le chemin de la reconstruction : aux dates anniversaires (« J'ai peur de ne jamais me relever », ou « J'ai tellement peur que ce petit bonhomme soit oublié »), lors d'une grossesse suivante (peur de la répétition), « Ma troisième grossesse a été loin d'être sereine. J'ai eu très peur de trop m'attacher à ce bébé et de revivre encore et encore ce cauchemar ». Et bien après encore, comme cette patiente de 63 ans venue consulter en acupuncture pour compléter sa rééducation périnéale : « Ma fille est enceinte et j'ai tellement peur pour elle. Mon premier enfant est décédé à 7 mois de grossesse. Elle est née un an après. J'ai tellement peur que l'histoire se répète. » Enfin, la patiente pourra, après une mort in utero, exprimer une crainte indéfinissable, sans menace précise identifiée « J'ai peur ».

Quel sera le rôle de la sage-femme acupuncteur face à cette émotion ?

La spécificité de la sage-femme est l'accompagnement de la physiologie. L'acupuncture est pour nous un outil essentiel pour rester dans un équilibre physiologique. Nous avons délibérément exclu la frayer Jing ainsi que les tableaux psychiatriques qui ne sont pas du recours de la sage-femme.

Notre rôle sera d'entendre la peur, travailler à partir d'elle, en tant que fonction rééquilibratrice (nous développerons cet aspect), pour prévenir la bascule dans les mécanismes chroniques et/ou pathologiques, causes internes des maladies.

Nous avons choisi comme point de départ le symptôme de la peur, qui va éclore sur un terrain particulier énergétique. Nous ne développerons pas ici les étiologies de la MFIU en Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) même si évidemment il faudra en tenir compte dans la prise en charge de la patiente.

KONG, est le caractère 6541 du Grand Ricci. Peur. Sentiment lié au Rein (Eau) et caractérisé par un effondrement du flux vital. Le mouvement de l'Eau est de retenir en bas à l'interne pour maintenir les assises fondamentales de la Vie dans l'immobilité qui contient tout.

Le sinogramme KONG représente dans sa partie supérieure une main tenant un objet et une équerre réalisant un ouvrage par attouchements répétés par petits coups placés sur Xin, le radical du Cœur.

L'ensemble peut évoquer les troubles du rythme cardiaque que peuvent engendrer la peur et ses analogues. (2)

L'émotion « peur » illustre particulièrement l'unité entre le corps, les émotions et l'Esprit décrite en MTC. La peur s'exprime par des symptômes autant physiques que psychiques, c'est une émotion - sensation désagréable, qui est une évidence dans certaines situations.

Dans son expression physiologique, la peur est sage prudence, crainte bienvenue, mesurant à l'avance les conséquences (surtout néfastes) d'une action : ainsi, il peut être utile d'avoir peur de faire un grand pas en avant au bord d'un précipice.

Dans le contexte d'une MFIU, où la perte de l'enfant est la perte d'une partie de soi, la peur

peut effectivement être évidente, physiologique, voire positive ou utile, même si c'est une sensation désagréable.

C'est l'excès d'une émotion qui perturbe l'organe, de même que dans l'autre sens, c'est la perturbation énergétique de l'organe qui peut faire apparaître une émotion spécifique. Le vide de Rein lié à la grossesse prédispose à la peur, comme la MFIU peut engendrer une peur qui lèse le Rein.

Dans le cas de l'émotion peur KONG se manifestant après la situation très particulière de la MFIU, nous avons choisi de raisonner selon le système des Zang Fu. Nous prenons ici évidemment le risque d'une approche simplifiée qui a l'avantage cependant de nous permettre de dégager 5 tableaux cliniques essentiels :

- 1) La peur nuit en premier au Rein, sapant alors les fondements de la Vie, notre base d'appui, notre socle vital, notre énergie de base.
- 2) Il y a alors danger pour le grand axe de la Vie, l'axe Shao Yin, entre Rein et Cœur, entre Eau et Feu, entre le Yin et le Yang. C'est un mouvement figeant, ralentissant, engluant. La peur de vivre s'oppose à la joie de vivre.
- 3) La Rate peut être concernée par la peur parce qu'elle est au centre de l'axe Rein / Cœur. Envahie par la peur, on se « terre », on se recroqueville, on ne reçoit plus la lumière du Cœur.
- 4) Si la peur affaiblit le Rein, le Foie et la Vésicule Biliaire ne reçoivent plus le Qi et le Jing du Rein. L'indécision peut alors se manifester, on se perd ne sachant plus dans quelle direction aller.
- 5) Le Rein lésé par la peur peut ne plus recevoir le Qi du Poumon, qui, ainsi affaibli, peut être atteint dans sa fonction mentale de cheminement du deuil. Inversement, un deuil difficile, long, peut affaiblir le Poumon.

1)

La peur après la MFIU et le Rein

Le Rein stocke le Jing, c'est la racine de la vie, il gouverne la naissance, la croissance, le développement et la reproduction.

Le Rein est à l'origine de la vie, il est le maître de la destinée (SW1).

Le Jing transmet l'hérédité.

Le Rein est en relation avec l'utérus et les merveilleux vaisseaux Ren Mai et Chong Mai, il est donc important dans le processus de conception, dans la grossesse et la naissance.

Le psychisme du Rein est le Zhi, dans le sens volonté, détermination, force mentale, capacité de poursuivre ses buts ; il dépend du Jing de Rein.

La peur porte atteinte au Rein (SW5).

Cette peur en rapport avec le Rein me fait penser à Isabelle R. qui vient me consulter en acupuncture huit mois après une mort fœtale de jumeaux à 22 semaines d'aménorrhée (SA) parce qu'elle ne va pas bien moralement, elle n'y arrive pas car elle a peur : « J'ai peur, je suis angoissée, je vois toujours ma famille en danger, j'ai toujours peur qu'il arrive quelque chose à ma famille, j'en fais des cauchemars qui me réveillent... » Elle a des cystites fréquentes depuis la mort fœtale, a beaucoup maigri, a des règles et des ovulations très douloureuses, a toujours mal au ventre et aux lombaires, est très fatiguée physiquement et psychiquement. Isabelle a eu une première grossesse à l'âge de 35 ans, issue d'une fécondation in vitro (FIV), qui s'est bien déroulée, elle a accouché par voie basse à terme d'un garçon pesant 3210g, en bonne santé. Elle a refait une deuxième FIV trois ans après, à l'âge de 38 ans, pour laquelle elle s'est retrouvée enceinte de jumeaux.

Face à une infertilité certaine, on peut, entre autres, penser à un vide de Rein qui de toute façon s'accentue au fil des grossesses, de l'âge et par la gémellité...

Elle rompt prématurément la poche des eaux du premier jumeau à 22 SA, et est hospitalisée.

Elle a peur de perdre ses bébés tant attendus, peur de les perdre le jour de l'anniversaire de son fils aîné qui approche. Elle commence à avoir des contractions pendant le goûter d'anniversaire de son fils, dans la chambre de la maternité, elle me décrira plus tard comment selon elle sa peur a permis de bloquer le processus jusqu'au lendemain, où elle accouche du premier jumeau décédé pendant le travail. Quelques jours plus tard, elle accouchera du deuxième jumeau, lui aussi décédé pendant le travail. Son conjoint est effondré de culpabilité, il était réticent pour avoir un autre enfant, ayant 20 ans de plus qu'elle, il avait très mal vécu l'annonce de la gémellité, pour finalement les perdre... Il lui renvoie aussi beaucoup de peur... Comment ne pas imaginer la présence de peur liée à un vide de Rein chez Isabelle ? Et que faire avec cette peur qui somme toute est sans doute normale ?

Le Vide de Rein peut correspondre à un vide de Qi de Rein, un vide de Jing de Rein, un vide de Yin de Rein, et /ou un vide de Yang de Rein.

On peut retrouver dans les symptômes des sensations vertigineuses, troubles de la maîtrise des orifices du bas, œdèmes des membres inférieurs, affaiblissement des cheveux, troubles de l'audition, de la mémoire, gémissement, lombes et genoux faibles, douloureux, froids, faiblesse des membres inférieurs, fatigue.

La langue peut être légèrement pâle ou normale (vide de Qi de Rein), pâle et humide, qui ruisselle, gonflée (vide de yang de Rein), couleur normale rose sans enduit ou enduit sans racine (vide de yin de Rein).

Le Pouls peut être normal ou un peu faible au pied à droite (vide de Qi de Rein), profond et faible (vide de Yang de Rein), flottant, superficiel et vide (vide de Yin de rein).

NB : La MFIU se traduit par l'arrêt du caractère glissant du pouls...

Les points qui nous paraissent intéressants dans ce cadre-là sont :

V23 (shen shu), Shu du Rein, Creux du Rein, *Point shu du dos du Rein*.

V23 est un des principaux points d'acupuncture pour renforcer le Rein, fortifier le Yang, nourrir le Yin, il a des effets bénéfiques sur le Jing. L'utérus dépend du Jing du Rein pour son développement, sa maturation et sa nutrition, Chong Mai et Ren Mai se nourrissent et s'enracinent tous les deux dans le Rein. (3)

V52 (zhi shi), Demeure de la volonté, Salle de la volonté, Chambre intime du Vouloir Vivre. Le nom fait référence à la fonction qu'a ce point de gouverner le Zhi ou volonté, qui réside dans le Rein. (4) On trouve dans ses indications ponctuelles « noué par les émotions », lorsqu'il n'y a plus de créativité, il stimule la puissance vitale de l'être. Il est surtout indiqué dans un contexte de peur.

Il porte aussi un deuxième nom : **jīng gōng** Palais (Temple des Ancêtres) de l'essence. Nous retrouvons dans les symptômes de ce point les signes liés à l'insuffisance de Jing Shen (essences et esprits), la puissance vitale de l'être. (5)

V52 est indiqué quand le Zhi traduit un sentiment d'incompétence, peur de l'inconnu, de l'échec, de la mort. En obstétrique, il traite les émotions liées au Rein. (6)

DM4 (ming men), Porte de la vie.

Tonifie le Rein, Tonifie le Jing, Calme l'Esprit. Il a dans ses indications : peur et frayeur. (4)

RM4 (guan yuan), Porte de l'Origine, Pivot de la source, *Point mu antérieur de l'Intestin*

Grêle, Point de croisement de Ren Mai, avec les méridiens de la Rate, du Foie et du Rein.
Il fortifie le Qi Originel et a des effets bénéfiques sur le Jing. Il tonifie et nourrit le Rein, a des effets bénéfiques sur l'utérus et aide à la conception.

« La peur est étroitement liée au Rein et une peur durable peut léser et affaiblir le Rein et le Jing, alors qu'un vide de Rein peut rendre la personne sujette à une peur profondément ancrée... Dans tous les cas, RM4 (*guan yuan*) est d'une importance fondamentale. On utilise aussi RM4 (*guan yuan*) pour la pathologie connue sous le nom de syndrome du porcelet qui court. (3)

R1 (yong quan), Source bouillonnante, *Point Puits (jīng) et point Bois du méridien du Rein*.
Ce nom évoque l'énergie fraîche et active de ce point et fait référence à sa localisation en tant que premier point du méridien du Rein, à partir duquel le Qi du méridien circule vers le haut et vers l'extérieur comme sortant d'une source ou d'une fontaine. (4)
R1 calme le Shen. les deux points R1 sont de véritables fenêtres subtiles qui nous permettent d'être reliés et de respirer le Qi de la Terre. Ils ancrent la personne en elle-même et l'amènent à plus de conscience « ici et maintenant ». C'est un point qui assurément éveille. (7)

R5 (shui quan), Source de l'eau, *Point d'Accumulation (Xi) du méridien du Rein*.
Selon le Dr Mougلالis, c'est le point de « l'Angoisse Existentielle » : point Xi, il désobstrue l'obstruction du Yin du Rein lié à l'impact du refoulement de l'angoisse.
Pour lui, c'est le refoulement de l'angoisse qui est à l'origine des troubles psychosomatiques. « Il s'agit d'angoisse Existentielle, au fait de vivre, de ne pas savoir, de ne pas contrôler, au mystère auquel la femme enceinte est confrontée. »
S'il y a prise de conscience de cette angoisse « fondatrice » dit-il, alors le Rein sera plus fort et le Zhi va se réajuster, avec l'envie de vivre, d'exister.
C'est le mécanisme Kong Rein pathologique, qui est en jeu et qui provoque « l'obstruction du Rein », donnant lieu à une dissociation Yin/Yang avec atteinte de l'axe Rein/Cœur, et dégagement exagéré de Yang dans le haut du corps et une stase de Yin dans le bas du corps. (8) (9)
Peut-on penser utiliser R5 (*shui quan*) pour se servir de la peur, somme toute physiologique dans certaines situations, comme système régulateur vers un état plus équilibré ou surtout pour ne pas évoluer vers un système pathologique ?

Rt6 (san yin jiao), Réunion des Trois Yin, *Point de croisement des Méridiens de la Rate, du Foie et du Rein*.
Point essentiel pour le traitement de nombreux troubles digestifs, gynécologiques, sexuels, urinaires et émotionnels. Calme l'esprit. (3)
Rt6 (*san yin jiao*) est un point important pour un certain nombre de troubles psychiques. (7)

R9 (zhu bin), Maison des invités, *Point d'accumulation (Xi) du vaisseau de Yin Wei Mai*.
Purifie le Cœur, calme la terreur, apaise le Shen, tonifie le Yin du Rein. (3)
C'est un point bien connu en obstétrique. Selon Soulié de Morant, R9 (*zhu bin*) donne un enfant au teint spécialement lumineux, dormant la nuit, riant le jour. C'est le point qui coupe l'hérédité chargée. (6)
Ce point nous semble particulièrement indiqué lors d'une grossesse ultérieure à une MFIU.

R7 (fu liu), Retour du courant, Courant répété, *Point Fleuve (jing) et point Métal du méridien du Rein*.
Tonifie le Yang du Rein, équilibre la peur, stabilise les émotions après une grossesse arrêtée. (6)

R3 (tai xi), grande rivière, grand courant, *Point Rivière (shu)*, *point Source (Yuan)* et *point Terre du méridien du Rein*.

En obstétrique, ce point permet de nourrir la grossesse lorsque le Rein est en vide. (6)

RM6 (qi hai), Mer du Qi.

Entretient le Qi originel, tonifie le Qi, tonifie le Rein et fortifie le Yang, sauve le Yang qui s'effondre, régule le Qi et harmonise le Sang. (3)

Association : **E27 (da ju)**, Gigantesque et Colossal. En obstétrique pour Caroline Viry « il permet de digérer les événements de notre vie, de prendre possession de notre territoire » (6) E27 consolide le Jing, renforce le Rein et calme le Shen, traite la peur empêchant le sommeil avec **R6 (zhao hai)**, Mer Illuminée, *point d'ouverture du Yin Qiao*, traite la peur et la tristesse dans le sommeil. (10)

2) Cœur et Rein ne communiquent pas :

L'équilibre entre Cœur et Rein se fait si l'Eau du Rein monte au Cœur pour le stabiliser, pour l'apaiser et si le Feu du Cœur descend au Rein pour le réchauffer. Si l'Eau du Rein est insuffisante (vide de Yin du Rein préexistant accentué ou créé par la peur liée à la MFIU) elle n'apaise plus suffisamment le Cœur : il apparaît des signes de Chaleur au niveau du Cœur.

Cela rappelle l'idéogramme KONG. La peur est rupture des communications bénéfiques entre haut et bas, entre Cœur et Rein. Cette rupture peut venir d'une émotion violente (quoi de plus violent que d'apprendre la mort son enfant au sein de son ventre ?).

« En cas de blocage au Cœur, les *mai* ne circulent plus aisément ; s'il y a malaise, sous le Cœur cela fait comme un tambour ; il y a brutale remontée des souffles et dyspnée ; la gorge est sèche et on a tendance à éructer ; quand les souffles en fléchissement remontent, il y a peur. » (SW 43)

L'échange entre Cœur et Rein est compromis, le Rein ne recevant plus l'impulsion du feu du Cœur perd de sa force et ne domine plus son vouloir propre : la peur s'empare d'un Cœur devenu incapable de se conduire en maître. (11)

Le sujet est fatigué, en proie à une agitation nerveuse, une anxiété permanente ; son esprit ne sait plus se fixer, ni son corps se tenir tranquille. Il tremble de peur, le cœur s'agit et palpite... Le retentissement sur le cœur est inévitable. La peur ronge progressivement la joie de vivre, mettant en insécurité.

Marina C a accouché il y a 48 heures d'un enfant décédé in utero. Marina a 29 ans, elle a déjà un premier enfant de 22 mois. Devant son examen clinique normal, elle est déclarée « sortante » par l'équipe. Lors de notre proposition de retour à domicile, Marina nous dit qu'elle ne peut pas, elle a trop peur de rentrer chez elle. Évidemment son séjour en maternité est prolongé pour prendre le temps qui lui sera nécessaire, et une séance d'acupuncture lui est proposée pour « sa peur ». Qu'est-ce qui vous fait peur ? « J'ai peur de partir et de laisser mon bébé, je l'ai déjà vu, mais je ressens encore le besoin de le prendre dans mes bras, de lui parler. Il est très beau, ses traits sont fins et il semble apaisé. C'est fou comme il ressemble à son frère à la naissance, j'ai peur de la confrontation à la réalité et des bouffées de tristesse qui pourraient m'envahir en reconnaissant ses traits dans mon premier enfant. J'ai peur de devoir reprendre ma vie "comme avant", j'ai peur de ne pas en avoir le goût, j'ai peur du regard des autres quand je vais l'annoncer aux gens autour de moi (mes proches sont au courant et très

soutenants mais à la crèche, à la boulangerie...). » À l'interrogatoire, Marina ne dort pas bien la nuit, elle s'endort (elle se dit très fatiguée) mais se réveille et ne parvient plus à se rendormir. Elle a de vagues douleurs lombaires (qu'elle décrit à type de courbatures), elle ressent quelques palpitations. Son transit est bon. Elle est plutôt calme et volubile. À la palpation, elle dit qu'elle ressent une boule dans le plexus, au niveau du RM15 (*jiu wei*). Marina restera 2 jours de plus à la maternité, pour prendre le temps de commencer à apprendre à vivre « avec » cette terrible absence, sans faire semblant ; pour prendre le temps de pleurer. La sage-femme l'accompagnera revoir son bébé avec son conjoint, lui proposera de laisser un doudou à son enfant, de prendre des photos et réaliser des empreintes des mains et des pieds de son bébé, pour garder un maximum de souvenirs de cet enfant, afin de l'inscrire dans l'histoire familiale. Ces empreintes sont une trace matérielle du trop court passage de cet enfant. Elles vont aider à intégrer cette histoire et ne pas la refouler. Marina sera suivie par acupuncture pendant plusieurs mois et exprimera plus tard sa gratitude : « Me permettre de dormir était capital pour apaiser mes peurs. »

Les manifestations cliniques du tableau Cœur et Rein ne communiquent pas sont principalement l'insomnie, par agitation mentale « Je n'arrive pas à faire le vide, je continue à penser », le Cœur continue l'activité mentale de la journée puisque l'Eau du Rein ne monte pas éteindre le Feu du Cœur, on ne dort pas, on a des palpitations surtout nocturnes. Le sommeil peut être perturbé par des rêves abondants. Le sujet manifeste anxiété, inquiétude et angoisse. On peut aussi retrouver acouphènes, sensations vertigineuses, lombalgie, faiblesse des genoux, dysurie, troubles de la mémoire ou de l'attention, sensation de chaleur en fin de journée, fébricule, gorge sèche la nuit, envie de boire par petites gorgées, sécheresse des muqueuses, transpiration nocturne.

La langue est rouge sans enduit ou enduit sans racine, avec la pointe plus rouge, avec une fissure de type Cœur jusqu'à la pointe de la langue. Plus il y a de la chaleur, plus l'aspect est gonflé sur les bords de la fissure. Elle est sèche.

Le pouls est flottant, vide, rapide et fin. Il est profond et faible au niveau du pied et vaste au niveau du pouce. Il est souvent « remuant » comme un haricot.

Les points que l'on peut proposer sont alors :

V15 (*xin shu*), Shu du Cœur, Creux du Cœur, *Point Shu du dos du Cœur*.

Régularise et tonifie le Cœur, tonifie le Qi ancestral, calme l'Esprit (4). En obstétrique, point volontiers utilisé pour traiter les troubles émotionnels et l'anxiété (6).

RM15 (*jiu wei*) Queue de colombe, queue de tourterelle, *Point de communication (luo) de Ren Mai*.

Régule le Cœur et calme l'Esprit (3). Est en relation avec le Cœur et son expression, difficulté à être là dans le moment présent (8).

RM14 (*ju que*) Grand portail, *Point mu antérieur du Cœur*.

Régule le Cœur, calme l'Esprit, a dans ses indications : palpitations de type frayeur (3). C'est le point mu du Cœur, de la communication avec le Shen. Il gouverne le Cœur-Centre c'est-à-dire le Centre source de vie. Il est le point de l'impulsion vitale (5).

RM23 (lian quan) Source de l'angle, Source Pure, *Point de Croisement de Ren Mai et de Yin Wei Mai*.

Point nœud du Shao Yin qui est en relation avec le contrôle excessif que la personne exerce sur elle-même : régularise l'excès de contrôle, difficultés d'élocution (8).

Yin Tang (M-HN-3), Pièce du Sceau, Salle des Sceaux

Point puissant et efficace pour calmer l'Esprit dans le traitement de l'insomnie, de l'anxiété, et de l'agitation (3).

DM20 (bai hui) Les Cent Réunions, *Point de Croisement de Du Mai avec les méridiens de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, du Triple Réchauffeur et du Foie ; Point de la Mer des Moelles*. DM 20 (*bai hui*) est réputé pour son action calmante, il peut être prescrit dans la plupart des troubles psychologiques (insomnie, agitation, stress...) (7). Il calme l'Esprit (4). Il est indiqué dans : agitation et oppression, sensation de chaleur et oppression du Cœur, palpitations de type frayeur, mauvaise mémoire, désorientation, pleurs nombreux, tristesse et pleurs avec envie de mourir (3). Utile dans l'anxiété (6).

C5 (tong li) Communication interne, Itinéraire de communication, *Point de communication (luo) du méridien du Cœur, Point étoile céleste de Ma Dan-yang*.

Régularise et tonifie le Cœur (douleur de la poitrine, palpitations par frayeur, perte soudaine de la voix...) (3) ; calme l'Esprit (somnolence ou insomnie, palpitations par frayeur, peur des gens...) (4).

C6 (yin xi) Accumulation du Yin, Fissure du Yin, *Point d'Accumulation (Xi) du méridien du Cœur*.

Calme l'Esprit, tempère les pathologies aiguës (3). Il désobstrue le Yin et le Cœur, permet d'être beaucoup plus présent à la situation vécue (8).

C6 (*yin xi*) est préférable à C7 (*shen men*) pour le vide de yin du Cœur et la chaleur vide du Cœur, particulièrement si signes de vide de yin (transpirations nocturnes, palpitations, agitation, bouffées de chaleur...) (7).

C7 (shen men) Porte de l'Esprit, *Point Rivière (Shu), point Source (Yuan) et point Terre du méridien du Cœur*.

Calme l'Esprit ; régule et tonifie le Cœur. C7 (*shen men*) est le point d'acupuncture le plus important pour calmer et réguler l'Esprit. Quel que soit le tableau, on peut utiliser C7 (*shen men*) pour aider à ramener la paix et l'équilibre de l'Esprit (3). Incontestablement un des points les plus utilisés en obstétrique. Indiqué en cas d'hypersensibilité émotionnelle intense, personne tendue, contrariée, remuante, angoissée (6). Ce point peut être utilisé pendant une grossesse ultérieure en prévention.

C8 (shao fu) Moindre palais, *Point de Jaillissement (Yīng) et point Feu du méridien du Cœur*. Élimine la chaleur du Cœur, calme l'Esprit, régule le Qi du Cœur. Il a dans ses indications : palpitations de type frayeur, tristesse et soucis avec baisse du Qi, peur, peur des gens, soupirs excessifs, syndrome du noyau de prune, douleur de la poitrine, agitation et plénitude (3).

IG7 (zhi zheng) Branche de celui qui est droit, Branche du Principal, *Point de Communication (Luo) du méridien de l'Intestin Grêle*.

Calme l'Esprit, il a dans ses indications : peur et frayeur, tristesse et anxiété (3).

IG1 (shao ze) petit étang, *point Puits (Jing) du méridien de l'Intestin Grêle*.

Il est associé au Cœur. Tri des informations et idées, éclairent l'esprit, calme la peur (6). Le Dr

C. Rempp confère à ce point une action sur le mental, il préconise sa puncture pour toute accouchée à J2 en prévention du baby blues (12). Par ailleurs, l'indication majeure de ce point en obstétrique concerne les problèmes d'allaitement (hypo ou hyper lactation). IG1 (*shao ze*) nous paraît ainsi un point particulièrement indiqué dans le post-partum d'une mort fœtale in utero, avec montée de lait, ce qui n'est pas rare.

R3 (*tai xi*) Grande Rivière

Point Rivière (Shu), point source (Yuan) et point Terre du méridien du Rein

C'est un point important pour soutenir le Rein et lui permettre d'aider le Cœur (3).

Association : **R5 (*shui quan*)** Source de l'Eau, *point Xi des Reins*. Libère l'obstruction des Reins provoquée par une peur soudaine. Avec **RM23 (*lian quan*)** Source pure, *point noeud du Shao Yin*. Pour le Dr Eyssalet, cette association est particulièrement indiquée en cas de peur quand Cœur et Rein ne communiquent plus (10).

Autres associations possibles : **MC7 (*da ling*)** grande colline : point qui traite la peur en tant que symptôme et pas la racine et de **R1 (*yong quan*)**.

Ou, utile pour apaiser le shen en cas de peur dans le tableau « Cœur et Rein ne communiquent pas » : **R7 (*fu liu*) + C7 (*shen men*) + Rt6 (*san yin jiao*)** (7).

3) La peur, et la Rate au centre de l'axe Rein / Cœur

La Rate peut être concernée par la peur car elle est au centre de l'axe Rein-Cœur ; elle peut empiéter sur le Rein lorsqu'il est affaibli par la peur.

Lorsque le centre, l'élément Terre, correspondant au couple Rate/Estomac est en vide, il ne joue plus correctement son rôle d'intermédiaire, de plaque tournante entre le haut et le bas. C'est le cycle de mépris dans lequel la Rate est attaquée par ce qu'elle devrait dominer, le Rein. L'Eau déséquilibre la Terre, élément qui devrait normalement la contrôler.

« Quand il y a peur (Kong), les souffles de la Rate chevauchent (cheng, empiètent sur les Reins). » (SW 19)

« L'Estomac fait les souffles en contre-courant (qi ni), les éructations (yue) et les peurs (kong). » (SW 23) (11)

On peut donc imaginer que la peur liée à une MFIU puisse engendrer ou accentuer un vide de Yang de Rein couplé à un vide de Qi de Rate.

On retrouve ainsi : lombes, genoux et petit bassin faibles, froids et douloureux, corps et membres froids, frilosité, teint blanc, blême et brillant, fatigue, urines claires, nycturie, mictions difficiles, œdème des jambes, diminution de l'appétit, selles molles, distension abdominale, envie de rester allongé, diarrhée du chant du coq ou d'aliment non digérés.

La langue est pâle, ruisselle d'humidité, gonflée, avec enduit blanc, lisse.

Le Pouls est profond et faible.

Élodie G. est une jeune femme que je suis régulièrement en acupuncture. Elle a une maladie de Crohn depuis plusieurs années et souffre d'obésité. On peut donc déjà penser à un petit déséquilibre de Rate/Estomac préexistant... Elle a une première grossesse à l'âge de 25 ans. La grossesse se déroule bien, elle souffre principalement de sciatique. Puis des œdèmes commencent à la gêner, au niveau des jambes et du canal carpien, puis une oligurie apparaît. Malheureusement une mort fœtale in utero est constatée au début du 9^{ème} mois de grossesse. Elle continue de venir consulter en acupuncture après la mort fœtale car elle a peur, peur de ne pas y arriver, peur de ne pas retrouver son corps, peur de retomber enceinte à la même

période, peur de revivre la même histoire. Elle est encore longtemps gênée par la sciatique, des douleurs au niveau du bassin et surtout des œdèmes qui ont du mal à régresser. Elle décide de faire attention à rééquilibrer son alimentation, arrête son traitement médicamenteux pour la maladie de Crohn, et continue l'acupuncture. Elle est de nouveau enceinte un an après, sa grossesse se déroule bien malgré l'angoisse qu'elle maîtrise et elle met au monde une petite fille qui est en bonne santé.

Quels sont les points qui peuvent aider à accompagner la peur dans un tel contexte ? Le principe thérapeutique sera de tonifier la Rate et les Reins. Il ne faut pas hésiter à utiliser les moxas.

V23 (shen shu), Shu du Rein, *Point Shu du dos du Rein*.

Tonifie le Rein et fortifie le Yang. « Le Yang du Rein est aussi la source du Yang de la Rate. » (3)

V20 (pi shu), Shu de la Rate, *Point Shu du dos de la Rate*.

Tonifie le Qi et le Yang de la Rate (3).

RM6 (qi hai), Mer du Qi

Entretient le Qi originel, tonifie le Qi, tonifie le Rein et fortifie le Yang.
« En favorisant le Qi du ciel antérieur, RM6 (qi hai) est capable d'entretenir le Qi du ciel postérieur de l'Estomac et de la Rate. » (3)

Rt6 (san yin jiao), Réunion des Trois Yin, *Point de croisement des méridiens de la Rate, du Foie et du Rein*.

A pour action de tonifier Rate et Estomac, harmoniser le Foie, tonifier le Rein, tonifie le sang, calme l'Esprit (3).

Peut être associé à **Rt3 (tai bai)** : ensemble, ils tonifient la Rate, font circuler le Qi et le Sang, traitent le sentiment d'insécurité, stabilisent les émotions, régulent le mental (6).

Rt4 (gong sun), Petit-fils et grand-père, ancêtre et descendant, *Point de communication (luo) du méridien de la Rate, point de confluence de Chong Mai*.

Fortifie la Rate, calme l'Esprit (3).

E14 (ku fang), Maison du Trésor.

Gouverne « l'absorption » du monde extérieur, influe sur l'hypersensibilité morale ou physique, surtout à droite d'après Soulié de Morant (5). On l'utilise comme point du choc : pour digérer un choc que l'on se prend de plein fouet dans la poitrine.

Association de : **E14 droit (ku fang)** + **R24 gauche (ling xu)** + **RM15 (jiu wei)** : triangle d'anxiété de Thérèse Martiny.

E27 (da ju), Grand et gros

A dans ses indications : palpitations de type frayeur et insomnie, propension à la frayeur, agitation avec soif (3).

E30 (qi chong), Qi qui se précipite, Assaut du Qi, *Point de croisement du méridien de l'Estomac et de Chong Mai, point de la Mer de l'Eau et des Céréales*.

Calme le « syndrome du porcelet qui court » lorsque le Qi monte précipitamment et attaque le Coeur.

E36 (zu san li), Trois miles du pied, trois mesures du pied, *Point mer (He) et point terre du méridien de l'Estomac, point commande de Gao Wu, Point étoile céleste de Ma Dan-yang, Point de la mer de l'eau et des céréales.*

Conforte le Qi correct et renforce le Qi Originel, élimine le Feu et calme l'Esprit (3). Indications : état de choc, anxiété et palpitations par obstruction des Liquides (4).

V17 (ge shu), Shu du diaphragme, *Point de réunion (Hui) du Sang.*

Nourrit et harmonise le Sang (3).

E45 (li dui), Échange réduit. *Point jing (Puits) et Métal du méridien de l'Estomac.*

Calme l'Esprit (3). Pour le Dr J.-M. Kespi : « Il porte le nom du dernier Empereur mythique. L'être peut alors se tourner face à l'étoile polaire, au nord, et avec sa boussole initier son chemin de retour. La joie du Cœur survient quand on est en lien avec soi, puis les autres, puis entre Ciel et Terre et avec l'Univers. Il permet de marcher d'un pas léger et d'un cœur léger. » En obstétrique, ce point représente le lien d'une vie qui se déroule (6).

Ce dysfonctionnement de la Rate peut évoluer vers un tableau de glaires. Alors, les points intéressants seront :

RM12 (zhong wan), Cavité du Centre, *Point Mu antérieur de l'Estomac, Point de Réunion (hui) des Entrailles (fu), Point de croisement de Ren Mai avec les méridiens de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur et de l'Estomac.*

Indications : lésion par les soucis, l'angoisse et l'excès de pensées, lésion par les sept émotions qui entraîne une douleur épigastrique (3).

Point nœud de *tai yin* (Poumon / Rate), met en évidence le ressastement, la ruminatior, l'obsession secondaires à la peur (8).

E40 (feng long), Grosse Bosse, Prospérité Abondante, *Point de communication (luo) du méridien de l'Estomac.*

Transforme les glaires et l'humidité ; élimine les glaires du Cœur et calme l'Esprit. Indications : syndrome du noyau de prune, obstruction douloureuse de la gorge avec perte de voix soudaine (3). Calme l'Esprit et transforme les glaires du Cœur, indiqué dans : discours incohérent, douleur de la poitrine et palpitations avec anxiété et insomnie (4).

E44 (nei ting), Cour Intérieure, *Point jaillissement (ying) et point eau du méridien de l'Estomac, point étoile céleste de Ma Dan-yang.*

Calme l'Esprit, indiqué dans l'aversion pour le bruit des conversations, désir de silence, bâillements fréquents. Sert à soigner les chocs (3).

MC6 (nei guan), Porte Interne, *Point de communication (luo) du méridien du Maître du Cœur et point de confluence de Yin Wei Mai.*

Libère la poitrine et régule le Qi, régule le Cœur et calme l'Esprit. Il est indiqué pour l'insomnie, la mauvaise mémoire, la frayeur, la tristesse, la peur et l'appréhension (3).

4) La peur, le Rein et Foie / Vésicule Biliaire

LS 8 : « Quand les souffles du Foie sont en vide, il y a peur. »

Si la peur affaiblit le Rein, Foie et Vésicule Biliaire ne reçoivent plus le Qi et le Jing de Rein. L'atteinte du Rein ne soutient plus le mouvement d'ascension du Foie. La peur envahit le Foie-Bois qui ne trouve plus de quoi prendre son élan sur une base Rein-Eau déficiente.

Cela se traduit par une faiblesse du Bois, plus particulièrement dans l'aspect Yang : la Vésicule Biliaire. Ce qui manque alors, c'est l'ardeur généreuse, le courage d'aller vers l'avant, la capacité à « foncer ». En cas d'atteinte sévère, l'équilibre du mental n'a plus d'allant et n'ose plus rien.

Ainsi, Zhi, Capacité Réalisatrice qui normalement permet le passage à l'acte, la volonté, les réalisations, manque de dynamisme Yang induisant de l'hésitation, de l'inaction, de la rétention. Dans les cas aigus, c'est la frayeur qui paralyse la personne ; dans les cas chroniques, c'est la peur qui provoque l'apathie, la passivité, le manque de réalisations concrètes (13).

La Vésicule Biliaire est une entraille différente des autres. Elle fait partie des entrailles curieuses et est investie d'une fonction mentale.

« La Vésicule Biliaire a un rôle de décision. » (SW18)

Un Qi de Vésicule Biliaire faible se traduira par une incapacité à trancher, une incertitude, une instabilité. La Vésicule Biliaire balance alors sans force, dans un état qui mène peu à peu à l'anxiété, l'affolement, l'inquiétude.

Dans le cas d'un décès in utero, le sentiment d'injustice est profond dans notre culture occidentale actuelle, et le choc est d'autant plus important du fait de la quasi éradication des décès périnataux. Cet enfant était parfois longuement attendu, parfois « programmé ». La médicalisation de la grossesse et le diagnostic anténatal n'ont pas su éviter ce drame. Ici, la mort in utero vient blesser la Vésicule Biliaire, qui déteste la contrariété.

Quel que soit le contexte de la MFIU, la culpabilité est majeure pour la femme : aurait-elle fait quelque chose qui aurait pu nuire à son bébé ? Aurait-elle pu dépister des signes précurseurs ? Le déséquilibre Foie/Vésicule Biliaire peut aussi être entretenu par cette culpabilité perçue comme une colère contre soi-même.

Le sujet devient craintif, en proie à une peur latente avec fuite des confrontations, indécision, distension et plénitude sous les côtes et dans l'abdomen, vision diminuée ou trouble, insomnie avec palpitations.

La langue est pâle recouverte parfois par un enduit fin et blanc. Le pouls est fin Xin et faible Ruo, vide voire tendu à la barrière gauche.

Le principe thérapeutique est de tonifier le Foie et la Vésicule Biliaire.

Ce tableau m'évoque le cas de Delphine, hospitalisée dans le service de grossesses à risques. Elle présente un antécédent de MFIU « inexpliquée » (sans étiologie mise en évidence par la médecine occidentale) il y a 2 ans et demi, survenue à 32 SA. Elle est de nouveau enceinte, et sa grossesse, très surveillée, est de déroulement normal (selon la médecine occidentale). Lors de la consultation à 31 SA, Delphine se dit incapable de poursuivre cette grossesse tellement la peur la submerge. La gynécologue qui la suit en vient à lui proposer une hospitalisation pour la rassurer et passer le cap des 32 SA. Delphine accepte, puis ne se présente pas le jour même, et revient finalement en urgence au milieu de la nuit, submergée par l'angoisse. Elle demande à être branchée sous monitoring 24h/24 pour vérifier les battements cardiaques du bébé, demande une césarienne en urgence, puis se ravise. Elle dit ne pas savoir ce qu'elle veut, ne dort plus, n'arrive plus à envisager l'avenir. Son conjoint ne la reconnaît plus et est inquiet pour elle. Delphine est très mince, et on attribue la gêne sous-costale dont elle se plaint à la place que prend son utérus pour son petit gabarit.

Les points que l'on peut proposer devant ce tableau sont :

DM20 (bai hui) déjà cité.

F13 (zhang men) Porte du Règlement, Porte de l'Ordre *Point Mu antérieur de la Rate, point de réunion Hui des organes Zang, Point de croisement des méridiens de Foie et de Vésicule*

Biliaire.

Diffuse le Qi du Foie et régule le Qi (3).

Associé à **F14 (qi men)** Porte du Cycle. Porte de l'Espérance. *Point Mu antérieur du Foie, Point de croisement des méridiens du Foie et de la Rate avec Yin Wei Mai.*

Diffuse le Qi du Foie et régule le Qi. F14 (*qi men*) répond à des dialectiques de « fin du Yin » temporelles, quantitatives ou qualitatives. Il harmonise le passage à une nouvelle étape. Il régit le passage de la fin d'un cycle à un autre, passage qui nécessite une séparation ou un sacrifice de la vie (5).

F3 (tai chong) Grande Précipitation, Grande Voie de Communication. *Point Rivière (shu), point Source (yuan) et point Terre du méridien du Foie, Point Étoile céleste de Ma Dan-yang.* Diffuse le Qi du Foie, nourrit le sang du Foie et le Yin du Foie, éclaircit la tête et les yeux. Indications : insomnie, personne facilement effrayée ; distension et douleur de la zone latérale des côtes, impossibilité de reprendre son souffle, soupirs, douleur du Foie et du Cœur, douleur du Cœur avec pouls en corde, amaigrissement, insuffisance du Jing. Selon l'axe spirituel, « le Foie stocke le sang, le sang est la résidence de l'âme éthérée (Hun) ; lorsque le qi du Foie souffre de Vide, la peur survient » (3).

Rt6 (san yin jiao) Réunion des trois Yin, *Point de croisement des méridiens de la Rate, du Foie et du Rein.*

Point important pour traiter les troubles du Foie et du Rein. Il est capable d'assouplir et d'harmoniser le Foie, à la fois en diffusant le Qi du Foie et en nourrissant le Sang du Foie, tout en ayant des effets bénéfiques sur le Qi du Rein. Indications : palpitations, insomnie, vide de la Vésicule Biliaire (3).

MC6 (nei guan), Porte Interne, *Point de communication (luo) du méridien du Maître du Cœur et point de confluence de Yin Wei Mai.*

Régularise le Qi, calme le Shen et le Hun (7).

RM4 (guan yuan) Barrière de la Source,

Déjà cité, ici pour soutenir le mouvement du Foie et de la Vésicule Biliaire, il agit conjointement sur la montée du Foie, du Ren Mai et du Chong Mai.

VB35 (yang jiao) Croisement des Yang, point méridien curieux du Yang Wei agissant sur les « esprits tremblants ».

Régule le Qi de la Vésicule Biliaire et calme l'Esprit (3).

RM18 (yu tang) Salle de Jade.

Point nœud du jue yin (Foie/Maître-Cœur) fait référence à l'instabilité émotionnelle, ce point met en jeu le processus de séparation (difficulté à se séparer de quoi que ce soit) (8).

VB9 (tian chong) Précipitation Céleste, *Point de croisement des méridiens de la Vésicule Biliaire et de la Vessie.*

Apaise l'esprit et calme la frayeur. Indications : propension à la peur et à la frayeur, palpitations de type frayeur (3).

VB34 (yang ling quan) source de la colline yang. *Point Mer (He) et Terre du méridien de la Vésicule Biliaire, point de Réunion (Hui) des tendons et point étoile Céleste de Ma Dan-Yang.* A dans ses indications : peur des gens comme si la personne allait être interpellée (3). Fortifie le Qi de Vésicule Biliaire (6).

V47 (hun men) porte du Hun, l'âme éthérée.

Calme le Shen, stabilise le Hun, ancre le Hun dans le Foie, active les forces d'extériorisation de l'individu, imagination, création, communication. V47 (*hun men*) réactive les pulsions de vie de l'être (7).

VB40 (qiu xu) grande colline, Monticule de Ruines, *Point Source (Yuan) du méridien de Vésicule Biliaire*.

Augmente le pouvoir de décision d'après le Dr Eyssalet.

VB43 (xia xi) Torrent Valeureux, Rivière étroite. *Point Jaillissement (Ying) et point Eau du méridien de la Vésicule Biliaire*.

Tonifie la Vésicule Biliaire et le courage d'affronter la peur (14).

En obstétrique, il donne la force et l'audace d'avancer vers une nouvelle vie en tant que mère. C'est le point du courage et de la décision (6).

5) **Rein – Poumon : S'attacher... se détacher**

Le Po, âme corporelle loge dans les Poumons. C'est la manifestation la plus corporelle, matérielle du Shen qui fixe l'humain dans un corps.

Le Po renvoie à la fusion, au repli narcissique. Le Po de l'enfant à naître est solidaire du Po de la mère, il va diriger toutes les transformations pendant la grossesse.

Le Zhi quant à lui réside dans le Rein, organe de la puissance, de la vitalité et du désir. Il donne à l'être la détermination, la volonté, la persévérance qui lui permettent d'accomplir ses désirs. Le Zhi, « désir de vivre » est transmis à l'enfant à la naissance (9).

Comment ne pas imaginer la difficulté psychique d'une mère portant un enfant mort en son sein, après s'attacher...se détacher...

Après s'être attachée par la force du Po à ce petit être, il faut trouver la force du Zhi pour arriver à s'en détacher, sans pour autant l'oublier et tout en continuant à avancer, à retrouver le désir de vivre après la mort d'une partie de soi.

Ici, il peut s'agir d'un vide de Qi du Rein et Poumon.

Le Poumon est le maître du Qi, le Rein est le fondement du Qi, c'est pourquoi la pathologie du Qi du Poumon et du Rein vide se manifeste souvent par une anomalie de la respiration. Comme sa source est dans le Rein, on dit de cette maladie que « Le Rein ne reçoit pas le Qi ». Les manifestations cliniques sont difficultés respiratoires, voix faible, appréhension, anxiété. En cas de vide de Yang : transpiration spontanée, énurésie, membres froids, visage bleu, langue pâle, parfois sueurs profuses, pouls vide (Xu), superficiel (Fu), sans racine.

En cas de vide de Yin : visage rouge, énervement, agitation, gorge et bouche sèches, langue rouge, pouls fin (Xi) et rapide (Shuo).

Le Poumon joue un rôle majeur dans le cheminement du travail de deuil, dans les notions de lien et de séparation. Un deuil long, difficile, peut perturber le Poumon dans ses fonctions mentales. Le psychisme du Poumon est l'instinct de conservation, d'adaptation, calcul, prévision à long terme, savoir tirer profit. Le Poumon lésé à l'excès peut se manifester par de la tristesse, de la mélancolie, égoïsme, jalouse, excès de prévisions, l'angoisse de l'avenir et de l'inconnu.

Lætitia G. est une femme de 32 ans qui a déjà eu deux fausses couches spontanées avant une première grossesse qui évolue bien. Son bébé se présentant par le siège, elle souhaite accoucher par voie basse ce qui lui est autorisé jusqu'au jour du terme. La veille du terme, ne s'étant pas mise en travail, elle rentre pour être hospitalisée. À son entrée, les bruits du cœur sont absents et une échographie confirme la mort fœtale in utero. Elle vient consulter en

acupuncture 2 mois après la mort fœtale, et sur son cheminement de deuil ce qui la perturbe principalement est le fait qu'elle ait peur pour l'avenir de son couple, elle fait régulièrement des crises de jalousie incontrôlables, elle a peur que son mari la trompe et la laisse. Elle manifeste également beaucoup de tristesse, et se plaint de difficultés inspiratoires (« Je cherche à prendre mon air. »). Elle s'apaise au fil du temps puis, sept mois après, débute une nouvelle grossesse qui se déroule bien, elle accouche à terme d'un petit garçon qui se porte bien.

Dans ce type de dysfonctionnement Rein/Poumon dans les suites d'une mort fœtale, comment accompagner en acupuncture la peur qui s'exprime ?

V42 (*po hu*), Porte de l'âme corporelle ou porte de l'essence vitale

Le nom de ce point suggère qu'il est efficace pour traiter les troubles de l'âme corporelle (Po) et les troubles émotionnels liés au déséquilibre du Poumon (3).

SW36 : « V42 veut dire que l'âme loge dans les Poumons, il permet de faire le deuil, il a pour fonction de gérer la vie et la mort. »

V42 (*po hu*) est un grand point à puncturer lors d'une grossesse survenant après une MFIU. L'état émotionnel des mères pendant les grossesses qui suivent un décès in utero est souvent dominé par la peur d'une nouvelle perte. L'anxiété est constante et d'autant plus vive que la grossesse débute rapidement après le décès in utero. Notons ici les recommandations du Collège Français de Gynécologie et Obstétrique, de ne plus attendre un certain délai minimum et d'enchaîner les grossesses, sans tenir aucunement compte au-delà du bouleversement psychologique de l'épuisement énergétique généré par cette grossesse. À la peur il faut ajouter les réactivations émotionnelles qui surviennent lors des dates anniversaires, les confrontations avec les souvenirs de la perte précédente, date et âge gestationnel, hôpital, échographies...

L'objectif lors d'une grossesse suivante est de permettre à la femme d'être dans un climat affectif qui mène à un attachement sûre à l'enfant. Que la mère ait confiance en ses capacités parentales (15), (16). V42 (*po hu*), « porte de l'âme corporelle » ou « porte de l'essence vitale » permet de soutenir la mère dans sa fonction maternante, et vient l'aider à s'attacher à son bébé malgré la peur. On peut le puncturer mensuellement lors d'une grossesse avec antécédent de MFIU (17).

Indiqué lorsque la personne refuse de s'engager par peur de perte (« J'ai tellement peur de m'attacher à ce bébé et de revivre ce cauchemar. ») (6)

P1 (*zhong fu*), Résidence Centrale, *point mu antérieur du Poumon*.

Peut être également indiqué lors d'une grossesse survenant après une MFIU (17).

Diffuse et fait descendre le Qi du Poumon (3). Point utile dans la stagnation du Qi du Poumon d'origine émotionnelle (6).

P3 (*tian fu*), Résidence Céleste, *point Fenêtre du ciel*.

Peut aider la mère à surmonter ses peurs de ne pas être une bonne mère et à trouver l'attachement sûr à son enfant (6).

P4 (*xia bai*), Conserver le Blanc.

Utile pour faciliter le lien d'attachement entre la mère et son enfant (6).

RM17 (*shan zhong*), Centre de la Poitrine ou *tan zhong* Autel Central, *Point mu antérieur du Maître du cœur, Point de réunion (hui) du Qi, Point de la mer du Qi, Point de croisement de*

Ren Mai avec les méridiens de la Rate, du Rein, de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur. Régule le Qi et libère la poitrine, fait descendre la rébellion du Poumon, a des effets bénéfiques sur le Qi de la poitrine (3). Régularise le Poumon, tonifie le Qi ancestral et a dans ses indications : incapacité à parler par vide, respiration difficile, pâleur du visage, douleur de la poitrine, palpitations, anxiété (4).

RM21 (xuan ji) ou **RM22 (tian tu)** points locaux indiqués en cas de « boule dans la gorge » points de base cités dans le tableau « le Rein ne reçoit pas le Qi » (18).

P10 (yu ji), Au bord du poisson, Limite du poisson, *Point jaillissement (ying) et point feu du méridien du Poumon.*

A dans ses indications : agitation du Cœur, tristesse et peur, obstruction douloureuse du Cœur avec peur et frayeur (3). Indications : souffrance émotionnelle (4).

Association **P7 (lie que)**, Suite Brisée ou Séquence Rompue, *Point de communication (luo) du méridien du Poumon, point de confluence de Ren Mai, point de commande de Gao Wu, point étoile céleste de Ma Dan-yang* et **R6 (zhao hai)**, mer brillante, *Point de confluence de Yin Qiao Mai.*

P7 (lie que), libère la surface et chasse le vent, favorise la fonction de descente du Poumon, apaise le vent et les glaires, a des effets bénéfiques sur la tête et la nuque, ouvre et régule le Ren Mai (3).

P7 (lie que), point d'ouverture de Ren Mai et point luo du Poumon contribue à traiter le reflux du Qi et la fermeture du foyer supérieur par frayeur chronique (10).

En obstétrique, l'action de ce point est remarquable dans les troubles psychologiques (deuil, tristesse, pas envie de vivre) (6).

Dans le contexte du deuil, **P7 (lie que)** est le point de l'engorgement mammaire.

R6 (zhao hai) nourrit le Rein et élimine la chaleur vide, régule le Yin Qiao Mai, calme l'Esprit. Il a dans ses indications : insomnie, tristesse, frayeur, cauchemars, agitation et chaleur des cinq coeurs, travail de l'accouchement difficile, sensation d'oppression dans le cœur.

Ce sont des points clés ouverture que l'on peut utiliser après l'annonce de la MFIU pour favoriser le déclenchement du travail s'il est bloqué par la peur...

Cette association de points peut servir aussi par la suite, pour aider à avancer dans le cheminement du deuil lorsque la peur agit comme un grain de sable bloquant l'engrenage.

Association **R4 (da zhong)**, Grande Cloche, Luo longitudinal du Rein qui monte jusqu'au réchauffeur supérieur tout en régularisant la fonction des orifices inférieurs, avec **MC4 (xi men)** Porte du Vallon : traite la peur accompagnant le sentiment de crainte des gens, lorsqu'elle entraîne une oppression thoracique et une tendance au chagrin (deuil ou avortement) ou un sentiment d'échec (10).

Conclusion

Cela fait beaucoup de points ! Quelle frustration d'avoir dû les ranger tous dans des tableaux. Les points essentiels à retenir pour nous sages-femmes, pour accompagner la peur suite à une MFIU, ceux que l'on utilise fréquemment et qui sont efficaces sont :

V23 (shen shu), V52 (zhi shi), R1 (yong quan), R5 (shui quan), R9 (zhu bin), Rt6 (san yin jiao), MC6 (nei guan), Yin Tang (M-HN-3), DM20 (bai hui), C7 (shen men), E14 (ku fang), V42 (po hu), VB43 (xia xi), P7 (lie que), R6 (zhao hai).

Et aussi, ce qui est vraiment efficace, un peu comme la puncture d'un point ashi, c'est de

suivre ce que décrit le Dr Mougglis et tout simplement de puncturer le lieu de l'angoisse, c'est-à-dire l'endroit où se bloque la peur, de façon à l'utiliser pour débloquer les noeuds.

On retrouve ainsi : la gorge, le thorax, le plexus, l'estomac, le bas ventre. Où avez-vous peur ?

RM23 (lian quan), « la boule à la gorge »,

RM18 (yu tang), « l'oppression, le serrement au thorax »,

RM15 (jiu wei), « le plexus »,

RM12 (zhong wan), « la boule à l'estomac »,

RM6 (qi hai), RM5 (shi men), RM4 (guan yuan), « le noeud au bas ventre, les spasmes ».

Les autres points sont bien sûr très intéressants et souvent utiles dans des indications particulières.

La peur n'est qu'un symptôme et travailler pour l'accepter et ne pas la refouler permet d'avancer dans la physiologie et de ne pas basculer dans un mécanisme pathologique.

La Sage-femme intervient à tous les moments, de l'annonce de la MFIU à la prochaine grossesse, voire même après lors de séances de rééducation périnéale ou de suivi gynécologique. Nous avons accompagné Isabelle, Marina, Élodie, Delphine, et Lætitia, qui ont toutes salué les bienfaits de l'accompagnement par acupuncture. La MFIU entraîne une profonde modification de la dynamique familiale. L'enjeu est de construire une histoire plus riche, riche de ce que cet enfant a modifié en chacun. Dans leur cheminement, les parents sont souvent isolés car leurs proches ont eux aussi peur.

Nous avons vu que la peur « kong » est une constante évidente dans les suites d'une MFIU pour la maman bien sûr mais ce que beaucoup ignorent c'est qu'elle est omniprésente chez la sage-femme : « J'ai peur d'annoncer la MFIU » ; « J'ai peur de dire des mots blessants » ; « J'ai peur de ne pas savoir faire » ; « J'ai peur de m'occuper de ce bébé mort » ; « J'ai peur de montrer ce bébé à ses parents » ; « J'ai peur de ne pas savoir accompagner ces parents » ; « J'ai peur de ne pas retenir mes larmes ». « J'ai peur de trop m'investir. »... « J'ai peur de présenter ce topo à l'AFERA » !!

Nous savons maintenant que la peur peut s'apprivoiser, il faut travailler pour l'accepter, ne pas la refouler et il faut apprendre à s'ouvrir à nos questionnements, à nos difficultés, écouter ce qui nous échappe et faire confiance !

Bibliographie

(1) Sites internet consacrés au deuil périnatal consultés en novembre et décembre 2015 :

- [Association Petite Émilie, pour les personnes confrontées à une interruption médicale de grossesse et à un deuil périnatal. http://petiteemilie.org/](http://petiteemilie.org/)

- Deuil périnatal : survivre au décès d'un bébé mort-né, le blog de ParadisBlanc. <http://www.paradisblanc.com/blog/2012/08/deuil-perinatal-bebe-mort-ne/>

- La naissance de Marie, bébé mort-né <http://www.bienvenueabebe.net/deuil-perinatal/naissance-bebe-mort-ne.htm>

- Chemin de deuil : naissance d'un bébé mort-né, comment vivre le séjour à la maternité ? <http://chemin-de-deuil.blogspot.fr/2015/01/souvenirs-naisance-bebe-mort-ne.html>

(2) site internet consulté le 04/11/2015 : Les cinq mouvements et leurs émotions, DIU Acupuncture Lille, pp 1 - 11.

www.meridiens.org/obslille/bertrand/lesemotionset%20les5%20mvts.pdf

(3) Deadman P et Al-Khafaji M., *Manuel d'acupuncture*, Satas, Bruxelles, 2003.

(4) Lade A, *Images et fonctions des points d'acupuncture*, Satas, Bruxelles, Belgique, 1994.

- (5) Schneider C, *L'accompagnement de la mort fœtale in utero par acupuncture*, Mémoire de fin d'études, université de Strasbourg, 2011.
- (6) Pelletier-Lambert A. *Obstétrique et Acupuncture mise au point pour la sage-femme*. Éditions du Lau. Hyères les Palmiers. 2014.
- (7) Sionneau, Ph., *Acupuncture, les points essentiels*. Guy Tredaniel, Paris, 2013.
- (8) site internet consulté en décembre 2015 Approche de la notion d'angoisse dans la médecine traditionnelle chinoise, Dr Mouglalis C., Nantes, FMCRDAO. www.acupuncture-medic.com/Congres/Lyon05/angoisse.htm
- (9) Benitah-Dupuy S., *Désordres émotionnels pendant la grossesse et acupuncture*, Mémoire présenté pour la validation du Diplôme Interuniversitaire d'Acupuncture Obstétricale, université de Lille 2, 2014.
- (10) Eyssalet J.M., Traitement de la peur selon ses phases et ses formes, *Actes du congrès de la FAFORMEC 2005*, pp 124 - 129.
- (11) site internet consulté en novembre 2015 : Elisabeth Rochat de la Vallée : Éléments de réflexion, « La Peur Kong » extraits de fascicules de l'École Européenne d'Acupuncture, extrait du fascicule « Les Émotions », pp 1 - 7. http://www.elisabeth-rochat.com/docs_fr.html
- (12) Rempp C., Bigler A, *La pratique de l'acupuncture en obstétrique*, La Tisserande, Paris, 1992.
- (13) Sionneau Ph., *Troubles psychiques en Médecine traditionnelle chinoise*, Guy Tredaniel, Paris, 2001.
- (14) Eyssalet J.M. *Au confluent du ciel-terre, émotions et passions*. Guy Trédaniel Éditeur. Paris.2011.
- (15) De Broca A. *Deuils et endeuillés (se) comprendre pour mieux (s')écouter et (s')accompagner*. Masson. 2ème éd. Paris. 2001.
- (16) Ouvrage collectif. Études sur la mort, les deuils d'enfants, de la conception à la naissance. *Revue de la société de thanatologie N°119. L'esprit du temps*. PUF. Paris. 2001
- (17) Baud, A, *Accompagnement par acupuncture de grossesses ayant un antécédent de mort fœtale in utero*, Mémoire de fin d'études, université de Strasbourg, 2013.
- (18) Ross J. *Organes et entrailles en Médecine traditionnelle chinoise*, Satas, Bruxelles, 1984.

ABORD PRATIQUE DE POINTS EN RELATION AVEC LES ÉMOTIONS

GIRAUD Jean-Pierre

Résumé : Transmission d'une pratique quotidienne en acupuncture de pathologie ou principes liés aux émotions.

Mots clés : émotion, acupuncture, pratique personnelle

INTRODUCTION

Transmettre, communiquer une expérience, un souci de pragmatisme ont contribué à la base de cet exposé. Au sujet des émotions, seront abordés des principes fondamentaux, une relation sémiologique entre MTC (médecine traditionnelle chinoise) et MO (médecine occidentale), la relation entre C et MC, la première consultation en cas de suite d'émotions, pour terminer par les critères de choix de quelques points d'acupuncture. Ce propos est le fruit de 40 ans de consultation et n'engage que l'auteur qui en a fait sa ou ses règles au fil du quotidien, sans en faire une vérité absolue au sujet des émotions et sentiments.

I Le premier des principes fondamentaux est de ne pas confondre émotions du patient et celles que vous ressentez ou imaginez ou pensez être justes en tant que praticien.

Deux écueils sont possibles :

1) rentrer dans un schéma culturel : un décès de proche ne peut être que tristesse et chagrin. Penser ainsi vous fait exclure bon nombre de patients. La colère peut dominer, le patient en veut au monde entier de cette injustice ou souvent le patient en veut à son conjoint décédé de l'avoir laissé seul pour affronter la vie. Les soucis et la rumination pour la situation sociale, financière, affective peuvent dominer la situation. La peur de sa propre mort parfois ou de l'avenir devient majeure comme émotion. Je passerai sous silence la joie du décès de la « belle mère » qui nous a gâché la vie jusqu'à maintenant...

2) « J'ai ressenti chez ce patient de la tristesse et du chagrin » ne préjuge pas de l'émotion réelle, c'est au patient de définir son émotion.

II Le deuxième des fondamentaux repose sur la quête des symptômes aboutissant au diagnostic.

« J'ai du stress », « je suis nerveux » n'aident nullement dans cette quête. Il est nécessaire de faire préciser la ou les émotions présentes et surtout comment elles se traduisent en signes

cliniques physiques, par un interrogatoire non directif : qu'est ce qui vous fait dire que vous avez telle émotion, que ressentez-vous, décrivez-moi, mais encore.

Plus nous avons affaire à une affection liée aux émotions, plus nous nous intéressons aux signes physiques liés à l'émotion, liés à une pathologie concomitante, liés à l'état général.

La symptomatologie physique est souvent la meilleure manière de fonder son diagnostic devant ces affections psychologiques ou psychosomatiques ou émotionnelles.

III Le troisième des fondamentaux de ma pratique dans ce type d'affections liées aux émotions est le rôle très utile de la métaphore.

Le nom des points en MTC permet la métaphore, en même temps qu'il est une excellente introduction pour une thérapie orientée vers la solution.

Ainsi nous pouvons :

- Ouvrir un champ de possibles tel que An Men point hors méridien nommé « porte de l'âme ».
- Donner une bénédiction comme peut le faire E36 (Zusanli) pour les patients trop centrés sur leur problème, même avec une traduction erronée comme « éternelle indifférence ».
- En fixant une injonction, comme le MC6 (Neiguan) qui doit arrêter les agressions de l'intérieur (barrière de l'interne) mis en parallèle avec le TR5 (Weiguan) qui lui arrête les agressions externes.

IV Le quatrième point est une interprétation des émotions ou sentiments liés à notre existence au travers du filtre de la psychologie occidentale.

Faire face à notre problème existentiel fondamental invite à nous organiser, afin de palier au manque de réponse, définissant de grandes attitudes ou comportements que l'on peut relier aux codes de la MTC, nous permettant ainsi d'élargir, d'éclaircir, d'illustrer la sémiologie parfois pauvre dans ce domaine.

Le premier comportement :

- Pour exister : je dois être regardé, aimé, apprécié
- , alors on va séduire, mettre des bijoux, attirer l'attention....
- Si cela ne suffit pas, l'arme pourra être la colère qui va attirer cette attention.

- On passera par des hauts et des bas, des expressions changeantes, des intensités variables également comme peut le faire du vent.
- Ce côté **histrionique**, variable, changeant, est lié au **Foie**.

Le deuxième comportement :

- « Si demain est comme hier au moins je sais où je vais. »
- Alors règnent des habitudes, des rites et rituels, du rangement, sinon le souci est là, c'est le territoire où l'on exclut l'extra (vaguant, ordinaire, verti...), où domine la régularité et la lourdeur de la terre.
- L'**obsessionnel** est là avec la routine de la **Rate**.

Le troisième comportement :

- « Ce monde inconnu me fait peur. »
- Je vais donc limiter mes expériences, le monde va rétrécir pas par rite mais par évitemen, toute terra incognita va générer la fuite évoquant l'élément eau.
- La **phobie** est là avec la peur du **Rein**.

Le quatrième comportement :

- Il est lié à une perception de beauté et de bonté de ce monde.
- Ce monde est beau, il est ma raison de vivre et je vais confirmer cette croyance.
- Avec optimisme le monde est beau, avec enthousiasme il est très beau. La satisfaction est omniprésente, avec le rire, une certaine agitation ou fébrilité qui évoque le feu. La déception étant exclue au pire par un raisonnement, c'est le ravissement.
- Celui-ci est là avec la **joie du Cœur**.

Le cinquième comportement :

- L'inverse du précédent dans son comportement.
- Son vécu est difficile, ce monde est horrible, en plus ces ennuis qui me tombent dessus, tout ceci est bien triste.
- C'est Calimero, pessimiste à souhait, qui va exprimer un malheur supplémentaire à chaque consultation.
- Ce pessimisme rapidement **dépressif** est rattaché au **Poumon**.

Ces comportements définissent des traits de personnalité, nous avons tous un peu de chaque. Le pathologique apparaît si un seul comportement se manifeste et comme en MTC il y a les pléitudes (excès) et les vides (défaut).

V Le cinquième point est la relation entre Cœur (C) et Maître du Cœur (MC)

- Souvent on rend équivalent les points de C et MC quant à leurs indications liées aux émotions. Pourtant, on dit du MC qu'il est l'enveloppe du Cœur et qu'il protège le Cœur.

Quel va être notre critère de choix entre ces deux méridiens proches ?

- Pour MC :

Je choisirais MC avec des indications plutôt réactionnelles, **conjoncturelles**, liées avec le monde extérieur ou environnemental.

Ceci peut se formuler par peur des gens, folie agressive, irritabilité, peur fréquente, indécision, appréhension, excès d'indignation, timide, persécuté, inquiet.

Enfin, MC6 (Neiguan) est nommé « barrière de l'interne » barrière des émotions. Je l'illustrerais plus par « barrière des événements extérieurs générant un excès d'émotions ».

Ce point apaise, permet de prendre du recul, de mettre de la distance, calme un emballlement interprétatif.

- Pour le C :

Les indications sont plutôt **structurelles**, liées au monde intérieur de la personne. Ceci peut se formuler par rire sans raison, tristesse sans objet, mélancolie, propos incohérents, regret, perte de vitalité, idées fausses, découragement, émotivité, esprit tremblant sans joie.

Et deuxième remarque pour C, les 5 (Tongli) 6 (Yinxi) 7 (Shenmen) 8 (Shaofu) 9 (Shaochong) ont une **expression physique** à leur inconfort émotionnel.

En résumé, MC me semble plus indiqué en cas de situation liée au monde extérieur, à expression essentiellement psychologique.

C sera plus indiqué en cas de situation structurelle et pourra être accompagné de manifestations physiques.

VI Le sixième point : lors de la première consultation : 4 associations de points.

L'attitude thérapeutique devant un patient, en première consultation, présentant un tableau complexe voire compliqué, suite à une émotion ou un événement générateur d'émotions, définit le territoire indiqué.

Je vous propose pour ceci **quatre associations de points** qui me paraissent utiles dans de tels cas

1) 4GI (Hegu) 3F (Taichong) RM6 (Qi hai) RM12 (Zhongwan)

Cette association est indiquée quand à la suite d'émotion il y a apparition d'un décalage dans la vie ou le rythme de vie, accompagné de fatigue. Ce décalage peut concerter le sommeil, l'appétit, les règles, les selles, les urines, la profession, l'affectif. La langue est souvent normale, les pouls un peu vides et un peu tendus.

2) 4GI (Hegu) 7P(Lieque) 36E (ZuSanli) 4Rte (Gongsun) auxquels je peux ajouter DM20 (Baihui) et RM 15 (Jinwei)

Cette association est ma préférée car revenant le plus souvent dans ma pratique ; certes elle ratisse large, mais a permis de débloquer de nombreuses situations. Le tableau est complexe, très complexe, la symptomatologie est éparsillée et variable. Il fait suite à un événement qui a créé une tension interne. Le patient peut se sentir fatigué mais pas en vide, fatigué par excès de tension, pouls et langue tout est possible.

Laisser les aiguilles 30 minutes en place est utile. Au moment du retrait des aiguilles, poser la question « Êtes-vous détendu ? » ; vous validez une réponse positive et en cas de réponse « pas tout à fait » vous demandez si la personne veut conserver les aiguilles un instant de plus (induction et invitation à la détente).

La consultation suivante est souvent plus claire et plus détendue, le patient, même à symptômes égaux, les vit déjà mieux.

3) 2F (Xingjian) à droite 7C (Shenmen) à gauche 6MC (Neignan) à droite 4Rte (Gongsun) à gauche

Pour cette association, les patients sont tendus, mais également agités, en colère, agacés. Il y a de la chaleur (vide ou plénitude) donc de l'agitation, on peut remarquer le pied qui bouge sans arrêt au cours de la consultation ou des mouvements incessants du visage. La langue peut être rouge mais est surtout souvent sèche, le pouls peut être rapide et tendu ou en corde.

S'il y a insomnie, tics ou équivalent, des symptômes faisant suite à un grand choc, on peut rajouter 10TR (Tianjing) qui paraît profitable.

4) 6MC (Neiguan) 14F (Quimen) sont des points de Yin Wei Maï

Cette association est utilisée quand, à la suite d'émotions même mineures, il y a oppression, pointe au cœur, palpitations, gêne respiratoire, le patient se sent envahi par cette émotion ; en complément on peut noter la boule à la gorge, une colopathie à expression préférentiellement latérale, parfois de la peur. Le pouls est plutôt fin et tendu, la langue souvent normale.

Y associer :

21RM (Xuangji) s'il y a la boule à la gorge ;

15Rte (Daheng) s'il y a colopathie, parfois lombalgie par l'intermédiaire du psoas ;

9R (Zhusin) s'il y a de la peur, de l'évitement.

VII Le septième point : quelques points d'acupuncture utilisés fréquemment dans ma pratique avec des indications liées aux émotions.

Cette liste n'est pas exhaustive, mais essaie de donner soit des symptômes détaillés soit une ambiance, soit les critères pour choisir ces différents points.

1) 9C (Shaochong)

Pour les points de C, le 7C (Shenmen) est indiqué dans tous les troubles du shen.

Cependant le 9C peut être utile :

Si la symptomatologie est intense, associant une chaleur importante à expression psychique (agitation, rire ou pleurs, cris) sous-tendue par un vide majeur (épuisement).

Si le mal être est profond, ancien, le type de dépressif chronique que structurellement rien n'enchanté.

À côté, des signes physiques sont souvent présents : palpitations, trouble du rythme cardiaque, malaise avec perte de connaissance (vagal), hypotension artérielle, aphtose.

Le pouls de C doit être en vide, la pointe de la langue est rouge, la bouche sèche. Il peut rêver de Feu (seul point de C avec rêves perturbés).

Le **9MC** (Zhongchong) peut l'accompagner, s'il y a une étiologie externe surajoutée, s'il y a des symptômes sur le trajet du méridien de MC, s'il y a une connotation sexuelle, si le vide du C paraît majeur, potentialisant l'effet de 9C (Shaochong).

L'association 20DM (Baihui) 9C (Shaochong) 9MC (Zhongchong) est utilisée en cas de dépression profonde, structurelle, majeure, ne rien rajouter en plus ou en collatéral.

2) Deux points de Rate : **5Rte et 2Rte**

5 Rate (Shanqiu) lui est trop centré

Obsessionnel, majorant les soucis, anxieux sur l'avenir, a besoin de rituel, religiosité, scrupules nombreux et variés, souhaite contrôler ou maîtriser la situation. Sa vie structurée, étriquée, parfois peut paraître lourde à son entourage.

Rigoureux et facilement rigide, juge facilement pour ne pas être dérangé.

Le pouls est plein dans la loge, la langue large et humide, parfois bleutée.

S'il y a des troubles du sommeil ou gynécologiques, je lui préfère 6Rte (Sanyinjiao) ou les deux points en même temps.

Des signes physiques qui m'incitent à le retenir : hernie du renard, fissure, fistule anale, hémorroïdes, jambes lourdes pour les femmes, varicosités chez les hommes.

2 Rate (Dadu) : lui est en manque de centre.

L'attention est difficile, ainsi que la concentration ou la synthèse. Il est distrait, influençable, sans personnalité, mais égoïste. Ne voit pas les conséquences, manque de prévoyance, il a peu de vie intérieure, parfois agitation anxieuse.

C'est l'image d'un papillon, agité, superficiel, dispersé.

La langue est large, enflée et humide.

Des signes d'accompagnement orientent : gourmand, présence de glaires, problèmes cutanés ou articulaires liés à l'humidité, hallux valgus.

Pour ces deux points, **2Rte** et **5Rte**, s'il y a des symptômes d'humidité et/ou des symptômes digestifs évoquant Rate-Estomac, l'association avec 13F (Zhangmen) et 20DM (Baihui) potentialise mutuellement leur effet.

3) Deux points de Du Maï

12DM (Shenzhu)

C'est un point marqué pour ses indications émotionnelles (hostilité, phobie, haine, désir de faire du mal, peur la nuit).

Mais ce que ma pratique retient en plus c'est l'idée d'autolyse. Cette idée est prenante ou répétitive ou puissante. Les patients en général et habituellement n'ont pas d'idées morbides. Ceux sont des idées réactionnelles essentiellement, mais pas toujours.

Je ne pose pas une question trop directe mais indirecte : « Pensez-vous pouvoir vous faire du mal ? » qui déjà oriente vers une abstention d'un tel geste. Parfois on se situe dans un contexte de grande tristesse, lassitude, où disparaître est la solution.

Ce point rafraîchit et dynamise, en dispersant une chaleur interne avec vide de Qi.

20DM(Baihui)

Je pique ce point si on me le demande.

Vide de Yang, esprit obscur, aide au projet, aide à passer à l'acte.

Clarifie les idées, meilleure concentration, calme la tension interne. Ce point a une action dynamisante et régulatrice, parfois apaisante.

Je l'évite s'il y a idée d'autolyse, afin de ne pas favoriser un passage à l'acte.

Le paragraphe précédent sur les points 2 et 5 Rte montre une association de points avec 13F (Zhangmen) et DM20 (Bai hui).

Une autre association me paraît intéressante 20DM (Baihui) 1R(Yongquan) dans deux situations :

Soit le ou les patient(e)s « planent », ce sont des rêveurs, oublieux, dans les nuages, étourdis, avec une concentration difficile, ne sont pas à ce qu'ils font.

Soit aide également lors de certains troubles de la mémoire chez le sujet âgé qui présente en plus de la sécheresse (peau, langue, articulation, gynéco,), une langue sans enduit.

4) Deux points de la sphère épigastrique

36E (Zusanli)

L'ambiance de ce point est pour moi définie par quelques mots :

- Tonifier le Qi, réchauffe
- Action sédative apaisante
- « Tranxène estomac »
- Expression gastrique plus que plexus épigastrique
- Trouble de l'appétit associé
- La peur du R s'exprime si l'estomac lui en donne l'autorisation.

Traiter le R uniquement dans la peur est parfois limité, 36 E me paraît compléter le traitement dans le cadre de cet adage.

- Les entrailles font descendre l'impur permettant son excrétion ; si l'impur, par non descente, s'accumule, il peut venir obstruer les purs orifices du C. 36 E(Zusanli) peut être associé à 37 E(Shangjuxu) et à 39 E (Xiajuxu) ainsi qu'à des points des méridiens de GI, IG et E. Je dois dire que j'ai plutôt été déçu de ces indications.

15RM (Jiuwei)

Je le pique si on me le demande.

Patients qui pour exprimer un ressenti d'anxiété ou émotions mettent le poing ou la main au creux épigastrique.

Je constate souvent une composante sexuelle ou d'abstinence.

Très fréquent dans une stagnation nouure du foie avec expression épigastrique.

Si des signes cardiaques sont présents (palpitations, trouble du rythme, TA) je préfère le 14RM (Juque) ; 15RM (Jiuwei) étant plus indiqué pour l'anxiété.

5) Les points de la branche externe de Vessie.

Les points correspondants aux points shu des organes sont nommés « logis, porte, salle de » suivi de l'émotion de ceux-ci.

Ces points ont peu d'indications émotionnelles. Je vais essayer de vous préciser les indications que je retiens.

42V (Po Hu)

- État de dépression plutôt profond par tristesse.
- Personne qui se voûte, portant le poids du monde.
- Amplitude respiratoire limitée.
- Associé à 20DM (BaiHui) si le sujet est physiquement abattu.

44V (Shantang)

- Insomnie par excès d'idées, associé à MC6 (Neiguan) dans ce cas-là.
- Troubles de l'organe C lié à l'émotion, associé à C7 (Shenmen) V15 (Xiushu) de première intention si palpitations, extrasystoles, trouble du rythme, trouble de la TA. Associé à DM11 (Shenduo) en deuxième intention dans les mêmes indications.
- Si abondance de rêves, ou cauchemars (E45, Lidui) y est parfois associé.

47V (Hunmen)

- Insomnie agitée, ou sommeil agité, sursaut à l'endormissement.
- Patient colérique, violent, parfois cette violence est intérieure, contenue, refoulée.
- Suite de frustration.

49V (Yishe)

- J'utilise peu ce point dans ses indications liées aux émotions malgré son nom « logis de l'imagination ».

52V (Zhishi)

- Suite de peur, patient peureux, craintif, anticipation excessive.
- Patient phobique, aux multiples évitements.
- Lombalgie suite de situation (sociale, familiale, ...) bloquée.

6) Les points Ting

Classiquement, les points Ting ont une action sur le psychisme et les émotions.

Je les retiens si :

- Il y a une pathologie de surface, c'est-à-dire essentiellement méridien, de l'organe concerné.
- Suite à un choc émotionnel, ou à un événement qui génère des signes psychiques avec absence de signe physique.

Pour ces deux cas, je les pique rarement lors de la première consultation, mais plutôt en deuxième ou troisième séance.

- Je les choisis si dans la rubrique de l'organe il y a des signes majeurs de chaleur : agitation observée et patente, langue rouge parfois sèche, pouls rapide.

Par exemple : agitation touchant un patient qui sort ou à qui on impose de sortir de son rituel, Rte1 (Yinbai) est indiqué ; ou agitation d'un phobique peut relever d'un R1 (Yongquan)

7) Maintenant, quelques points à la volée

43VB (Xiaxi)

- Manque de courage
- A la volonté du quotidien basique, mais absence de courage pour ses désirs et ambitions.
- Procrastination, a les idées mais pas le courage de faire et remet au lendemain.
- Importance de la métaphore pour ce point.

4R (Dazhong)

- Vie en autarcie par choix.
- Mauvais contact avec l'autre même si se veut aimable.
- Peut être objectif vis-à-vis de son état
- Utilité de la métaphore.
- Peut être fait seul, sans y associer d'autre point.

10P (Yuji)

- Rafraîchit la chaleur du poumon
- Suite de deuil (au sens large)
- Insomnie
- Alcoolisme

8F (Ququan)

L'onychophagie peut être révélatrice d'un état d'anxiété, d'un rituel, d'une autolyse à minima, évoquant une attitude liée aux émotions. La prescription de tâche suivante :

« Se masser le point opposé avec le doigt que l'on a envie ou que l'on est en train de ronger » est d'une redoutable efficacité si le patient le fait respectueusement.

CONCLUSION

Débutant avec ces fondamentaux simples mais pas toujours utilisés, pour finir par une « recette » thérapeutique relevant de la brindille, l'auteur vous a livré quelques éléments concrets de sa pratique quotidienne.

Voici donc quelques informations et réflexions supplémentaires à verser dans le gigantesque chaudron de la médecine traditionnelle chinoise, en particulier l'acupuncture.

Bonnard, peintre de la Joie

Résumé :

A partir des œuvres du peintre Pierre Bonnard, l'auteur s'intéresse à la Joie. Elle recherche la présence de la Joie dans la vie et dans l'œuvre du peintre. Elle propose un parallèle entre les tableaux du peintre et les tableaux cliniques des zang/fu pour s'exprimer autour de l'excès de joie et du manque de joie.

Mots clés :

Joie, Vide de *yin* Rein – Cœur, Vide de *yin* Rein - Cœur - Poumon
Glaires obstruent les orifices du pur, Vide de *qi* du Rein - Cœur - Poumon.

Docteur Frachon Laurence
17 cours Fauriel 42100 Saint Etienne
04.77.41.37.03
laurence.frachon6@orange.fr

Cher Pierre Bonnard,

Vous m'avez invité à l'exposition de vos œuvres au Musée d'Orsay.
Je vous en remercie. C'était un enchantement !

Permettez-moi la familiarité de vous appeler par votre prénom.
Permettez-moi d'imaginer que vos tableaux sont une invitation à notre rencontre.

En écrivant cette lettre, je voudrais apprendre à vous connaître.
Je voudrais aussi vous parler de l'acupuncture.
Comme j'ose entrer dans votre univers, j'ose vous proposer une visite dans le mien.
La peinture et l'acupuncture s'expriment toutes les deux sous forme de tableaux...

Vous êtes à la croisée de l'impressionnisme, du fauvisme, du cubisme, et du surréalisme (1).
Vous regardez le bouillonnement de ces différents courants picturaux, mais vous restez sur
votre chemin.

Vous êtes le peintre des couleurs et de la lumière.
Vous êtes le peintre de l'ombre qui elle aussi a ses couleurs.
Vous êtes le peintre du dedans et du dehors, de l'interne et de l'externe.

Vous êtes le peintre qui nous offre l'impression. Viendra ensuite l'émotion.

Pierre, je voudrais vous parler de la Joie.
Votre joie et la mienne.
J'oserais une question : quelles sont les sources de cette joie ?

VOTRE JOIE, L'AMITIE :

Vous êtes né le 3 octobre 1867, votre père est haut fonctionnaire au ministère de la guerre,
votre mère vous élève ; vous avez une sœur ; vous étudiez le droit et prenez des cours de
dessin où vous rencontrez Vuillard. Vous avez 20 ans.

Vous choisissez la peinture. Avec lui et quelques autres vous fondez le groupe des Nabis.



Talisman de Paul Sérusier 1888

Ce mot signifie Prophète et Initié en hébreu. Rien que ça ! Vous avez l'exaltation de votre jeunesse. Cette œuvre, le Talisman de Paul Sérusier, sera votre chant de ralliement (2). Ce tableau est une révélation : des arbres aux troncs bleus, aux feuillages jaunes qui se reflètent dans une rivière multicolore. Ce tableau est manifeste pour la couleur. Ne plus imiter ce qui est, mais interpréter.

Il est une invitation à laisser s'exprimer l'émotion.

Vous entretenez avec Vuillard une longue amitié, pleine de respect mutuel. Vous êtes tous les deux discrets et simples. Vous paraissiez plus drôle et enjoué que lui. Vous partagez vos quotidiens, votre atelier, vous participez aux mêmes expositions collectives. Vous arpentez les pays méditerranéens, vous êtes curieux.

Puis, vos vies prennent un tournant différent. Vuillard souhaite rester à Paris, vous souhaitez travailler à la campagne. Votre correspondance est alors abondante. Vous partagez vos idées sur la peinture, sur la vie, sur cette première guerre mondiale qui arrive. Très pudiques, vous faites peu allusion à votre vie intime, rares sont les effusions. Entre vous, point de rires désordonnés, extravagants, point de fou-rire. Mais une complicité respectueuse de vos différences, de vos individualités.

Pierre, avez-vous remarqué que parfois les rires ne sont pas justes, qu'ils ne viennent pas du cœur, qu'ils n'expriment pas la joie ?

Pour l'acupuncture, ce rire qui ne vient pas du cœur :

- peut jaillir du Foie : je penserais à : **FO2** « intervalle agissant » (*xing jian*).
- peut exprimer une pudeur triste du Poumon : alors je choisirais **PO7** « creux aligné » (*lie que*).
- ce rire ne permet pas le déploiement du Cœur : est indiqué **CO5** « village de passage » (*tong li*), point *luo* du cœur

En lisant Soulié De Morant (3), je trouve que :

- le rire peut être désordonné : on pensera à **MC6** « barrière interne » (*nei guan*) (4) : ce rire n'arrive pas au moment opportun, il est décalé dans le temps.

- le rire peut être explosif : on pensera à un feu et aux points :

CO7 « porte de l'évolué » (*shen men*), **CO8** « moindre atelier » (*shao fu*), **CO9** « moindre assaut » (*shao chong*).

- le rire peut être extravagant : on pensera à **CO7** « porte de l'évolué » (*shen men*), **ES36** « troisième stade » (*zu san li*), **IG5** « vallée externe yang » (*yang gu*).

- le rire peut devenir fou, il peut devenir fou-rire : on aimerait bien parfois faire **MC8** « palais des fatigues » (*lao gong*) devant ces rires explosifs, en salve ; si ce fou-rire n'est pas communicatif, il peut mettre mal à l'aise.

Plus que l'éclat de rire, c'est peut-être le sourire qui exprime la joie du cœur, un sourire qui vient de l'intérieur, un sourire qui rayonne.

Vous respectez votre ami Monet :

Vous avez choisi de le rejoindre à Vernon en Normandie, où la lumière est si belle. Monet vous porte de l'intérêt. Vous vous rendez régulièrement visite. Il demande à voir vos dernières toiles, il les considère attentivement. Il parle peu, vous guère plus. Il suffit d'une parole de Monet, d'un sourire sur son visage et vous sentez cette chaleur qui rend heureux.

Pierre, vos mots sont rares.

En consultation, je commence par observer le patient, je voudrais l'écouter ; mais parfois, ses mots ne viennent pas et ses émotions restent cachées. Pour libérer la parole, je penserais à :

CO5 « village de passage » (*tong li*) : ne peut parler, visage sans expression, cœur serré (3)

RM22 « portillon de jade » (*tian tu*) quand l'élocution n'est pas fluide, quand dire est difficile, ce point est indiqué enroulement (3).

Votre amitié avec Matisse est complice,

Votre estime est réciproque. Vous restez très différents dans l'expression de votre art, vous êtes proches dans l'expression de vos recherches.

Pierre, c'est avec Vuillard que vous partagez une amitié de toute une vie, pleine d'écoute, d'attention et de joie.

VOTRE JOIE, L'INTENSITE DU PRESENT :

Vous êtes né à Fontenay-aux-Roses. Paris restera tout au long de votre vie une source d'inspiration. Vous y appréciez l'émulation entre artistes.

Vous observez la ville, la foule, les enfants.

Vous captez l'atmosphère particulière des rues et des places parisiennes.



Le cheval de fiacre 1895

Vous fixez des petits bouts de vie urbaine dans ces carnets qui ne vous quittent pas (2). Simplement quelques traits de crayons, un mot. Vous aimez la saisir l'instant.

Vous avez la capacité de vivre dans l'intensité du présent toujours neuf.

Vous disiez « vivre comme si l'on ne devait jamais mourir ». Vous expérimentiez une forme d'éternité. L'éternité ne consiste pas dans une durée indéfinie ; « l'éternité, comme l'œuvre d'art est un arrêt du temps ».

Vous marchez, vous flânez, vous savez prendre le temps.

Vous partez habiter dans le midi, au Cannet où vous appelez votre maison : le Bosquet.

Tous les matins, vous vous promenez alentour, encore un carnet de croquis sur vous. Vous inscrivez une impression, un mot « *beau* », « *pluie* », « *giboulée* », une phrase « *il y a du vermillon dans les ombres oranges et du violet dans les gris* »...

Ici encore, vous aimez saisir l'instant, vous aimez la lenteur.

Pierre, je suis étonnée quand je regarde une **personne agitée**, qui parle vite et fort, ses gestes sont rapides.

En acupuncture, je parlerais d'un tableau de chaleur et choisirais les points :

CO7 « porte de l'évolué » (*shen men*) et

GI11 « marais de la courbe » (*qu chi*),

FO2 « intervalle agissant » (*xing jian*),

VB20 « marais des vents » (*feng chi*).

Quand la personne est agitée, je proposerais :

RM13 « estomac supérieur » (*shang wan*) : cette personne agit avec hâte et précipitation (3)

IG7 « membre correct » (*zhi zheng*), si en plus, elle est excitée quand elle parle (3)

IG3 « vallon post » (*hou xi*) quand elle est agitée, bouge beaucoup avec des idées qui partent dans tous les sens ; je pourrais associer **IG3 et IG4** « os du carpe » (*wan gu*) si elle est surexcitée dans un flot de paroles (3)

MC5 « envoyé intercalaire » (*jian shi*), la personne devient violente (3)

DM12 « colonne du corps» (*shen zhu*) quand il y a hostilité, haine (3).

Peut exister un tableau de Feu du Cœur à traiter par des points tels que :

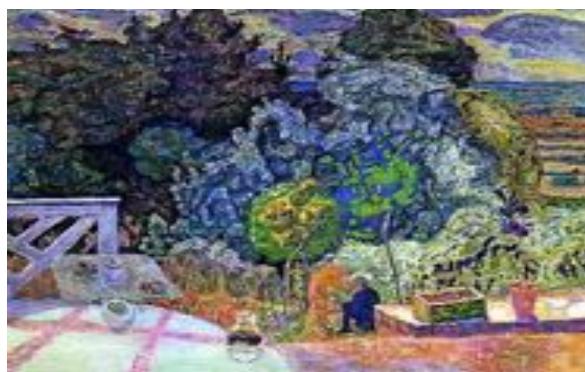
CO7 + IG7 ou MC8 .

Je devine que la lenteur qui permet de saisir l'instant est une des sources de votre joie.

VOTRE JOIE, LA NATURE :

Nombreux sont vos tableaux où vous la sublmez.

Vous aimez les maisons immergées dans la nature. Vous aimez, depuis un salon, avoir la sensation que cette nature est toute proche. Vous aimez l'absence de frontière entre le dedans et le dehors. Vous aimez la nature foisonnante et désordonnée.



Le jardin sauvage 1918

Vos tableaux, par la suite, s'éclaircissent, les couleurs sont plus douces, plus nuancées. L'horizon de vos tableaux devient plus vaste, votre œuvre s'élargit.



Paysage du Cannet 1928

Pierre, pour se laisser habiter par la joie, il est bon d'élargir son regard.

Mais voilà, parfois le regard est figé, fixé, tourné vers soi-même, le regard est étroit, les idées deviennent obsessions, tourments.

En acupuncture, je penserais à **RA5** « tertre des marchands » (*shang qiu*) devant un excès de centre. La personne est centrée sur elle, incapable d'une vision large et globale. Ce point est indiqué : sans joie, grands soupirs, obsession, chagrin, pessimisme, anxiété sur l'avenir (3).

Il me semble qu'il est important de trouver un juste équilibre entre :

l'excès de centre, avec des obsessions et une rigidité qui correspond à RA5 et

l'insuffisance de centre : la personne ne sait pas où se situer, elle manque d'intériorité (3) ; cela correspond à **RA2** « grande capitale » (*da du*).

Alors, dans ce juste équilibre « Narcisse » sera à sa juste place, le narcissisme aussi.

Il me semble que marcher dans la nature aide à trouver le juste centre, à ouvrir sa pensée, à trouver une respiration ample et profonde. En acupuncture, je penserais à :

MC6 « barrière interne » (nei guan) quand la poitrine est pleine, contractée, ce point aide l'ouverture du foyer supérieur,

RM17 « milieu de la poitrine » (*shan zhong*) qui ouvre la poitrine

VE17 « assentiment du diaphragme » (*ge shu*) aide les mouvements du diaphragme

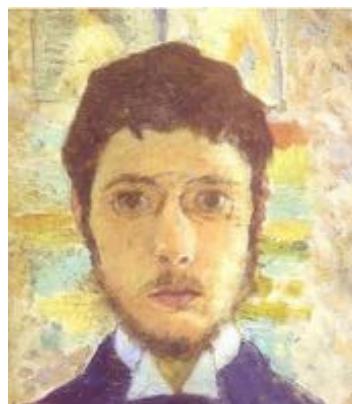
RE25 « trésor de l'évolué » (*shen cang*), quand la personne ne peut respirer, la poitrine est trop pleine, elle s'attarde aux côtés déplaisants de la vie, elle n'aime pas la vie (3)

PO1 « atelier central » (*zhong fu*) et **FO14** « porte de l'époque » (*qi men*) devant une respiration serrée, sans amplitude, un ventre noué.

Pierre, la nature nous ouvre à l'inconnu, nous ouvre à l'autre, nous ouvre au mystère qui nous dépasse. Dans cette ouverture, je devine ici votre joie.

VOTRE JOIE, VOTRE DISCRETION :

Pierre, vous voici (5), vous êtes jeune, vous êtes longiligne, votre axe vertical semble solide.



Dressing room 1891

J'ai d'abord été frappée par votre discréction.

Vous avez été reconnu, admiré, respecté, vous êtes resté un peu à l'écart.

Vous êtes contemporain des cubistes. Vous agacez Picasso, tempétueux, exalté, vous ne répondez pas à ses provocations. Le feu qui vous anime n'est pas tourné vers les autres.

C'est le feu de la création, de la recherche de couleurs et de lumières qui vous anime.

Et puis les années ont passées. Quarante ans plus tard, vous peignez votre portait avec des couleurs douces ; ici, vous êtes effacé, votre regard est tourné vers le bas (4).



Portrait au chevalet 1930

Vous étiez longiligne, votre dos se voute. La circulation entre DM et RM n'est plus aussi fluide. Alors je penserais à **IG3 + VE62 + PO7 + RE6 associés à DM20** « palais du champ du cinabre » pour vous redresser.

Cet axe s'affaiblit, j'ai l'impression que le Cœur et le Rein communiquent moins facilement. Il existe, en acupuncture, un tableau reliant le Cœur et le Rein pour qu'ils soient en harmonie. Les points indiqués pourraient être : **VE15 + VE23 + RM5 + RM15**.

Votre vie est restée simple. Vous vivez de votre art, votre art suffit à vos besoins. Vous avez horreur du luxe matériel, vous redoutez même le confort. Vous ne voulez pour vous que des sièges, une table en bois blanc, un lit de camp.

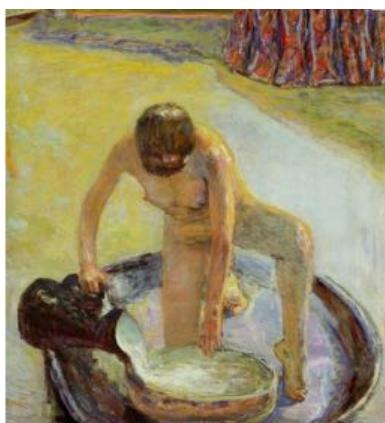
Votre femme, très occupée aux soins de son corps, impose un cabinet de toilette où l'eau ruisselle. C'est le seul luxe qu'elle souhaite avec celui des étoffes un peu voyantes, des fleurs en vase et des fruits en pyramide.

Tout au long de votre vie, vous avez su rester discret et garder ce mouvement de la création vous pousse en avant.

VOTRE JOIE, VOTRE MODELE : MARTHE

Elle est votre femme, votre compagne, votre muse, votre modèle ...

De son visage, je ne sais rien. Ses courbes, je les devine. Vous mettez Marthe en lumière.



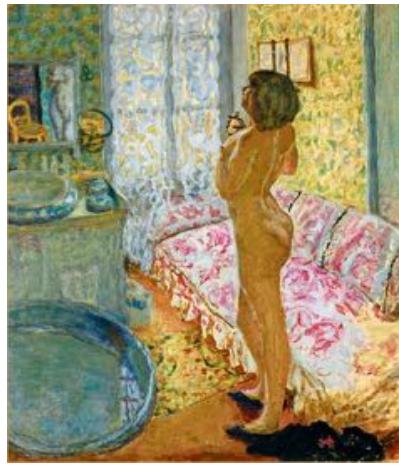
Nu accroupi au tub, 1918

Vous rencontrez Marthe, vous avez 26 ans. Sa santé est délicate, vous n'avez pas d'enfants.

Elle devient le sujet principal de vos toiles (1).

Vous dessinez des carnets de poses lascives et sensuelles avec toute la tendresse d'un artiste amoureux. Marthe est en mouvement, vivante, elle est au centre, dans l'eau, dans le tub.

Pierre, ce tableau suivant est pour moi une œuvre majeure, vous êtes au sommet de votre art.



Le cabinet de toilette au canapé rose 1908

Marthe pose, une main cachant un sein, son déhanchement accentue ses jambes élancées.

Le jour s'arrête sur le corps de la jeune femme. Elle est épanouit dans la lumière du matin. Puis, le jour glisse, sur le canapé rose, sur le mur jaune et vert, dans l'eau du tub.

Marthe est bien ancrée dans la terre, solidement campée sur ses jambes. Elle s'étire, a le regard tourné vers le ciel, elle rêve, elle est légère.

Un de vos proches dira de Marthe qu' « elle a d'un oiseau, l'air effarouché, le goût de l'eau, la démarche sans poids qui vient des ailes ».

Pierre, j'ai feuilleté un livre qui chez nous fait référence, le Su Wen (6). J'ai été amusée de trouver « *Shao yin* favorise les bêtes à plumes ». Alors je pense à Marthe, comparée à un oiseau. Sur cette peinture, Marthe s'étire, elle me fait penser à un petit oiseau prêt à s'envoler. Alors, pour la première fois, je pense à l'élément Air auquel est associé le Poumon. Dans ce tableau, Marthe est jeune, épanouit, le Poumon est solide.

Je garde en tête la phrase du Su Wen « *Shao yin* favorise les bêtes à plumes » ...

Shao yin correspondrait-il à Marthe ?

Shao yin représente le Cœur et le Rein. En acupuncture, l'eau du Rein doit monter rafraîchir le Cœur et la chaleur du Cœur doit descendre pour réchauffer le Rein (7).

Peut-on dire de Marthe, alors âgée d'une vingtaine d'année, qu'elle présente un tableau de Vide de yin du Rein et du Cœur ? Marthe est effarouchée, inquiète, anxieuse. Je ne serais pas étonnée qu'elle dorme mal ayant chaud la nuit, qu'elle soit oppressée, sujette à des palpitations. Peut-être que ses lombes sont douloureuses. Sa langue aurait pu être rouge sans enduit, plutôt sèche avec un pouls vide, fin et rapide.

Dans le Vide de *yin* du Rein et Cœur, je choisirais l'association :

MC6 VE15 RE6 VE23 RM4.

Marthe est de santé fragile, il me semble qu'elle présente une tuberculose. Les médecins lui conseillent le repos, le bon air de la montagne et l'hydrothérapie des cures thermales.

Dans le tableau précédent, vous avez peint Marthe, nue, vivante, élancée, au centre.

Ici, elle devient fine, gracile.



Nu dans un intérieur 1914

Elle est éclairée dans la lumière jaune, mais c'est à peine une demi-femme que l'on voit dans l'embrasure de cette porte. Marthe commence à décliner.

Dans ce tableau, Marthe se tient debout, un peu en retrait, sa tête est dans l'ombre.



Nu rose, tête ombrée 1919

Pierre, vous ne peignez jamais le visage de Marthe. Je crois qu'elle préfère le cacher avec un chapeau, une ombrelle... Souvent, elle détourne le regard, s'évade au loin, elle s'absente. Ou alors, sa tête est baissée, son regard descend. L'impression première de bonheur et de sérénité ressentie face à vos tableaux est ternie par les présences - absences de Marthe. Sur ce tableau, elle paraît d'humeur bien sombre ... Vous mettiez Marthe en lumière, sa vie passe dans l'ombre.

De nouveau, je pense que chez Marthe, le Cœur et Poumon peuvent être bloqués, la joie vient à manquer, la tristesse s'installe. Je penserais à un Vide de yin du Rein, du Cœur et du Poumon.

Je choisirais les points :

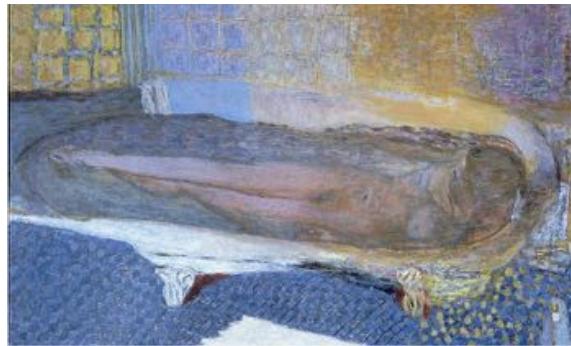
CO1 « source de l'axe » (*ji quan*) indiqué : sans joie (3)

PO10 « coin du poisson » (*yu ji*): peu d'énergie, malaise, peur, angoisse, chagrin, insomnie (3)

J'utiliserai l'association suivante : **CO1 VE15 PO10 VE23**

Pierre, une personne dans un tableau de Vide de *yin* peut évoluer vers une rupture de relation avec l'extérieur (7). Vous choisissez d'habiter des maisons perchées dans la verdure pour rester au contact de la nature mais aussi pour protéger Marthe de toute agression venue du dehors. La maison est le lieu où le tumulte extérieur n'entre jamais. Marthe est peu sociable, elle fuit

la société. Vous montrez toujours Marthe seule, dans une salle de bain, dans une chambre, un salon. Marthe s'isole.



Nu dans le bain 1936

Vous réalisez plusieurs tableaux de Marthe alors qu'elle est allongée dans une baignoire.

Je penserais alors à :

FO1 « source de l'eau » (*shi quan*) indiqué sans joie, soupire, aime être couché (3). Dans le contexte d'un Vide de *yin* avec manque de joie, il me semble indiqué d'utiliser des points du Foie. Le Foie permet le jaillissement, première étape nécessaire au déploiement du Cœur.

RE4 « grande cloche » (*zhao hai*) indiqué : sans joie, désire s'exclure du monde et fermer sa porte, complexe d'infériorité, appréhension, désire s'étendre (3). C'est le point *luo* du Rein. Le point *luo* d'un méridien *yin* favorise le mouvement du dedans vers le dehors (extériorisation). Peut-être que ce point aurait permis à Marthe de s'ouvrir... un peu...

RE7 « coule de nouveau » (*fu liu*): volonté décision insuffisante, rêve être dans l'eau (3).

La chaleur d'un Vide de *yin* semble pouvoir être apaisée par l'eau rafraîchissante du bain.

Marthe n'aime pas l'agitation, les discussions, le bruit.

Je penserais aussi à :

RM15 « queue de pigeon » (*jiu wei*) indiqué ennui, n'aime pas entendre des voix humaines, attend un malheur prochain (3)

DM9 « yang au maximum » (*zhi yang*) : Marthe parle peu mais en plus, elle est découragée, sans énergie (3).

Elle finira par ne plus vouloir parler : alors **PO3** « atelier céleste » (*tian fu*) aurait peut-être pu l'aider (3).

Dans cette situation de Vide de *yin* Rein – Cœur – Poumon avec repli, je proposerais :

RE4 + RM15 + FO1 + VE15 + PO3

Marthe présente un tableau de Vide de *yin*. Alors l'excès de chaleur qui condense les liquides organiques peut favoriser la formation de glaires.

Apparaît ainsi un tableau de Glaires qui obstruent les purs orifices du Cœur (7) provoquant une confusion mentale, idées fausses, hallucinations, angoisses, palpitations.

Je penserais à :

MC5 « envoyé intercalaire » (*jian shi*) beaucoup d'émotivité, se croit persécuté (3)

RM14 « grande barrière » (*ju que*) transforme les glaires, les idées fausses (3)

DM20 « les cent réunions » (*bai hui*) ou

DM24 « palais de l'évolué » (*shen ting*) qui transforment les glaires et clarifient les idées

RE1 « source bouillonnante » (*yong quan*) pour tonifier *yin*. Ce point est indiqué mémoire confuse, timidité, chagrin facile (3).

Je proposerais l'association suivante : **MC5 RM14 DM24 RE1**

Le Vide de *yin* a pu évoluer vers un tableau de glaires.

Mais le Vide de *yin* aurait aussi pu évoluer vers un Vide de *qi* : une personne qui dort mal s'épuise. Ainsi, pourrait apparaître un Vide de *qi* du Rein, du Cœur et du Poumon (7).

Pierre, je sais que vous ne direz pas de Marthe qu'elle était toujours fatiguée. Et pourtant... Il me semble que l'on pourrait parler de fatigue chronique, d'apathie, de perte de l'élan vital, voir même de mélancolie.

Je voudrais insister sur :

CO3 « moindre mer » (*shao hai*) : perte de vitalité (3)

CO9 : son nom est « moindre assaut » (*shao chong*) ou « commencement des méridiens » (*jing shi*) ; il est indiqué : faiblesse physique et psychique, sans entrain, yeux ternes, voix sans timbre, visage lassé, tristesse, chagrin (3)

RE21 « porte obscure » (*you men*) : mélancolie, est amélioré par les mouvements rythmiques, aime être porté (3)

DM13 « voie des fours » (*tao dao*) : apathie, comprend lentement, mémoire faible (3)

PO5 « marais du pied » (*chi ze*) : mélancolie, chagrin, peu d'énergie (3)

RM6 « océan de l'énergie » (*qi hai*) : épuisement de l'énergie *yin* et *yang*, désire mourir (3).

Je proposerais à Marthe l'association de points suivante : **RE21 CO9 PO5 DM13 RM6**.

Pierre, Marthe est restée votre modèle pendant 50 ans, vous l'avez choyée, vous l'avez acceptée. Marthe a évolué dans l'étroitesse de sa vie. Vous n'avez plus voyagé. Vous avez mis en valeur cette sédentarité et cet isolement. Dans ce décor, vous avez fait votre métier de peintre et vous en avez tiré des merveilles (8).

VOTRE JOIE, LA PEINTURE :

Votre joie, la couleur :

Pierre, en acupuncture, il existe des correspondances entre les zang et les couleurs :

Dans le Su Wen (6), je trouve :

le Foie est associé au bleu-vert, au bois, à la mer

le Cœur, est le rouge, le feu, le soleil

la Rate, est le jaune, la terre, la vallée du fleuve jaune

le Poumon, le blanc, l'air, les montagnes enneigées

le Rein, le noir, l'eau, la nuit noire.

Ce sont les correspondances retrouvées dans le système des cinq éléments où les couleurs de la nature font référence.

Les points *shu* (9) sont des points qui font circuler le *qi* et le sang ; ils peuvent être associés à des couleurs :

le point *jing* proximal est bleu-vert comme le Foie ; point de départ ; il traite le mental

le point *ying* est rouge comme le Cœur ; point de traversée ; traite le Feu

le point *shu* est jaune comme la Rate ; point de déversement ; traite l'humidité

le point *jing* distal est blanc comme le Poumon ; point d'écoulement ; traite le poumon

le point *he* est noir comme le Rein ; point de concentration ; traite les liquides.

Pierre, il existe des familles de couleurs :

Les couleurs primaires sont : le rouge, le bleu, le jaune ; c'est l'essence, le *jing*.

Les couleurs complémentaires sont opposées sur un cercle chromatique ; le rouge est complémentaire du vert, le bleu de l'orange, le jaune du violet. Dans le système des cinq éléments, c'est la relation de dominance. Les couleurs complémentaires instaurent une relation de pouvoir : ainsi un rouge placé à côté d'un vert apparaîtra encore plus rouge.

Les couleurs chaudes sont le rouge, l'orange, le rose, le jaune : ce sont des couleurs *yang*.

Assemblées, ces couleurs chaudes favorisent l'émotion de la joie.

Les couleurs froides sont le bleu, le vert : ce sont des couleurs *yin*.

Pierre, voici l'histoire de la vie et de ses couleurs :

Au départ de la vie est le Rein, le noir. Le noir rassemble toutes les couleurs. Le *yin* et le *yang* s'associent. Puis, apparaît la matière, la chair. La Rate donne corps. Arrive la naissance, l'air du Poumon, le blanc et la clarté de la lumière. Il y a ensuite séparation, les couleurs chaudes et froides apparaissent, c'est le mouvement de la vie, le *yang* et le *yin* se transforment l'un l'autre. Les émotions apparaissent, la Joie est souveraine.

Pierre, je ressens de la joie dans votre peinture, lorsque que je trouve les couleurs primaires du *jing*, les couleurs chaudes du *yang*, les couleurs complémentaires du mouvement de la vie.

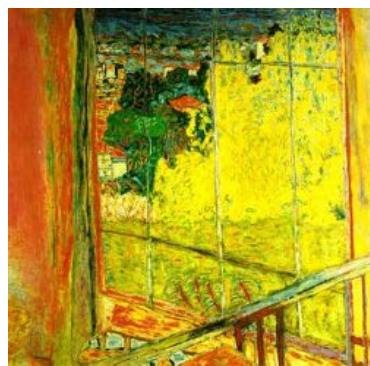
Pierre, je suis touchée par l'harmonie de ce tableau, chaque couleur est à sa place, la lumière au-devant, l'ombre en profondeur.



Le Jardin 1938

Votre joie, la lumière :

Comme d'autres peintres, vous avez été impressionné par la lumière de la Normandie et du sud de la France. Dans ce tableau, la lumière transparaît à travers le jaune des mimosas, elle est rehaussée par la couleur rouge des murs de la pièce.



Atelier au mimosa 1939 – 1946

La lumière de Renée :

Vous avez rencontré Renée en 1916, vous aviez 33 ans. Renée a posé pour vous.



Jeunes femmes au jardin 1921

Dans ce tableau, apparaît son visage lumineux qui s'oppose à celui de Marthe. Renée, blonde incandescente apparaît comme une incarnation du soleil. Marthe est dans un coin du tableau, elle semble passer dans l'ombre. Une chaise au dossier bleu fait écran entre elles. Renée a été votre soleil pendant plusieurs années.

Votre joie : la perspective, la composition :

Vous ne voulez pas être enfermé dans les conventions de perspective, vous aimez jouer avec.

Dans un même plan peuvent se trouver le mur, le sol, le sujet (2).



Le cabinet de toilette 1932

Vous êtes le peintre de dedans et du dehors qui se fondent et se confondent.
Pour cela, vous utilisez le thème de la fenêtre ; le paysage et l'atmosphère de la chambre se prolongent pour ne donner qu'une seule sensation.



Fenêtre ouverte sur la Seine 1912

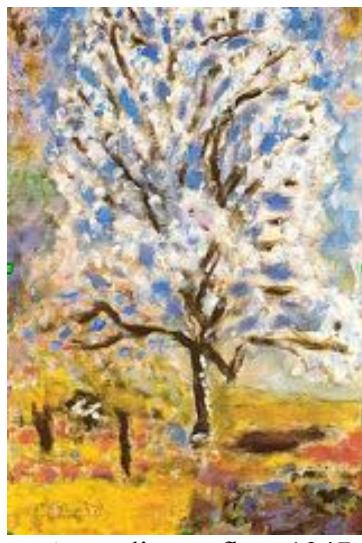
Vous utilisez aussi les effets de miroir ; vous trouvez des angles de vues nouveaux, votre regard est décalé.



Effet de glace 1909

Pierre, en acupuncture aussi, nous avons à cœur de porter sur le patient un regard différent.
Accueillir un patient, n'est-ce pas aussi accueillir l'intérieur et l'extérieur pour que l'harmonie apparaisse ? N'est-ce pas ouvrir une fenêtre ? N'est-ce pas être un miroir ?

Vous avez peint ce dernier tableau, un arbre, un amandier, c'était au printemps.



Amandier en fleur 1947

Par petits points, inlassablement, pendant des années, vous avez retouché cette toile (1) en quête de beau et d'harmonie. Points après points d'acupuncture, puissions-nous avoir cette même quête.

Cher Pierre, je vous remercie.

Je vous remercie pour ce voyage que nous avons fait ensemble. Tout au long de votre vie, j'ai trouvé la joie qui vous a rendu si vivant.

Souhaitons que cette Vitalité, cette curiosité et cette Joie qui furent les vôtres, nous inspire et nous anime.

Que les émotions soient les couleurs de nos vies.

Que la lumière éclaire notre shen.

Bibliographie :

(1) Malinaud S. Bonnard, peintre de l'intime. Editions A Propos. Paris. 2005.

(2) Terrasse A. Bonnard « La couleur agit ». Editions Gallimard. France. 2011.

(3) Soulié de Morant G : L'acuponcture chinoise. Maloine Editeur. Paris. 1972.

(4) Gérard G, Mach C : Dictionnaire des points d'acupuncture. Guy Trédaniel Editeur. Collection La Tisserande. Paris. 1995.

(5) Cogeval G, Cahn I. Bonnard 1867 – 1947 Musée d'Orsay. Editions Hazan. Paris. 2015.

(6) Su Wen (Traduction Husson A). ASMAF, Paris. 1973.

(7) Maciocia G : Les principes fondamentaux de la médecine chinoise. Editions Satas. Bruxelles. 1992.

(8) Lenoir F : La puissance de la Joie. Editions Fayard. France. 2015.

(9) *Nan Jing*. (Explications et commentaires, par Bach QM et Rudermann J. AFERA. Nîmes, 1989.

Le Singe et le méridien de Vessie

Dr. Edithe AUSSEDA

Résumé : la fonction de Vessie peut être explorée en observant et en écoutant les personnes nées dans l'année astrologique du Singe. Ce lien établi entre la fonction et la typologie particulière d'un Signe est une clef diagnostique et thérapeutique précieuse. Il permet aussi d'établir une meilleure communication avec les patients.

Mots clefs : Vessie, méridien de Vessie, signe astrologique chinois, diagnostic traditionnel, acupuncture.

Introduction

Mon intention est de partager avec vous la richesse de ce va et vient entre la notion traditionnelle d'une fonction, ici la Vessie, et la typologie du Signe Chinois qui lui correspond: le Singe.

Ce regard a l'avantage d'être à la limite entre deux connaissances d'où peuvent jaillir des informations inattendues et précieuses.

Chaque Signe a une façon particulière de vivre, de se comporter avec les autres, de parler de lui, mais aussi d'être malade et de se soigner.

Comme le singe, souple et habile, grimpons ensemble sur la branche et observons !

Remarques préliminaires

Selon mon expérience, toutes les relations utilisées en Acupuncture peuvent s'appliquer à l'étude des Signes.

Et, à l'inverse, les relations entre les Signes, en Astrologie Chinoise, donnent un autre angle de vue, pour comprendre les données médicales traditionnelles.

Le choix de cet animal emblématique n'est pas fait au hasard. Les singes font mieux comprendre les natifs de ce Signe. Et, ces informations permettent de s'adresser au cerveau droit, le cerveau des images. Nous y avons tous accès.

Ma démarche est plutôt une étude typologique.

Ce travail s'appuie sur l'observation et l'écoute des personnes. Il est sans fin, enrichi chaque jour par les récits des patients, les pathologies qui les amènent à consulter, mais aussi par la littérature, la vie des personnages célèbres, les années que nous traversons.

L'Année du Singe

Nous venons d'entrer dans l'Année du Singe.

Selon le sinologue Jean-Michel Huon de Kermadec (1), il existait en Chine un calendrier propre aux astrologues, différent du calendrier lunaire des paysans. Dans ce calendrier qui permettait à l'empereur de disposer d'informations précieuses pour l'exercice de son pouvoir, le premier jour de l'année était toujours 45 jours avant l'équinoxe de printemps, c'est-à-dire le plus souvent, le 4 février. C'est le cas, cette année.

Les personnes nées dans ce Signe sont évidemment particulièrement concernées, mais nous avons tous, en nous, un petit Singe !...

Les données de base :

Le Singe est un Signe Yang. Il correspond au méridien de Vessie.

Il a une qualité Eau, JING.

Son élément primitif ou élément fixe pour les astrologues, est le PO, dont la qualité est Métal.

Sa planète est Mercure.

Son heure de magnitude est de 15h à 17h. (Heures solaires et heures avec lesquelles nous vivons, car nos rythmes s'adaptent aux changements horaires de notre lieu de vie).

Il est en relation midi-minuit avec le Tigre-Poumon.

Il a une corrélation harmonieuse avec le Dragon-Estomac et le Rat-Vésicule Biliaire.

Il partage avec la Chèvre-Intestin Grêle le même grand méridien, le Tai Yang.

Il est l'époux du Lièvre-Gros Intestin et du Sanglier-Triple Réchauffeur.

Dans la relation des 12 Méridiens, il est le fils de la Chèvre-Intestin Grêle et la mère du Coq-Rein.

Dans la relation des 5 Mouvements ou 5 Agir, comme le dit Cyrille Javary, il est La mère du Bois et le fils du Métal. Il domine le Feu et, la Terre le tempère.

Il a pour organe, la vessie, logée dans le Foyer Inférieur.

Son Méridien Principal circule sur la face postérieure du corps. Il est le plus long de tous.

Une de ses branches pénètre dans le cerveau, au **20 DM** et ressort au **17 DM**.

Son trajet interne passe par l'anus, le rectum, la vessie, les reins, le cœur, les yeux et le cerveau.

Son méridien a plus de Sang que d'Energie.

Sa fonction Yin couplée est le Rein.

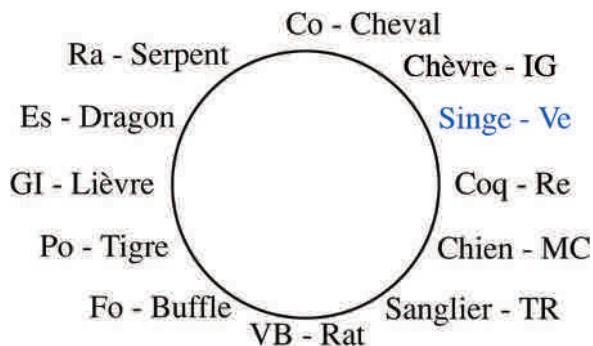
Il donne au Merveilleux Vaisseau, Yang Qiao Mai, son point clef.

Il est très proche du Merveilleux Vaisseau Du Mai, anatomiquement et énergétiquement.

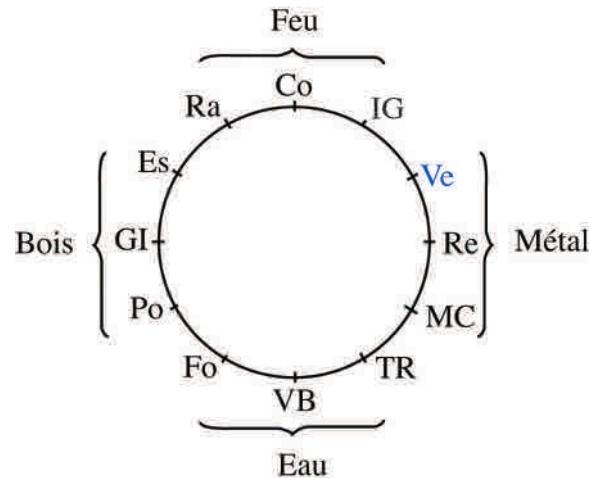
Selon la terminologie psycho-somatique transmise par notre confrère Bob du Bois (2), le Mouvement-Agir de l'Eau est la condensation, sa pulsion est le désir (au sens de pulsion de vie), son affect est l'angoisse, son sentiment est la peur et, sa raison est la décision.

Les schémas des différentes relations :

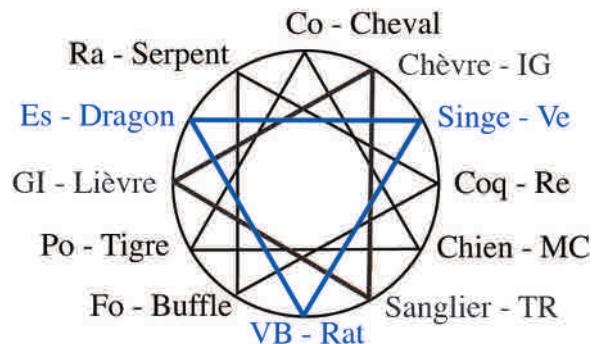
Les douze signes ou rameaux terrestres et les douze méridiens



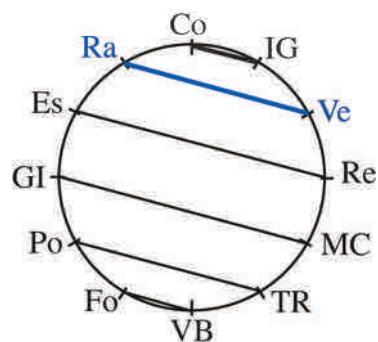
L'élément fixe et les instances primitives



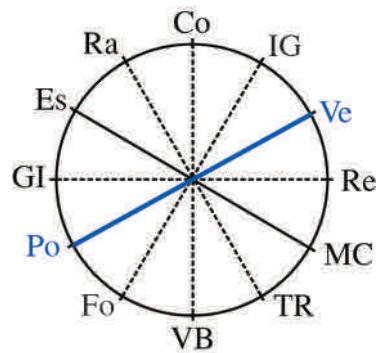
La relation d'harmonie ou d'amitié



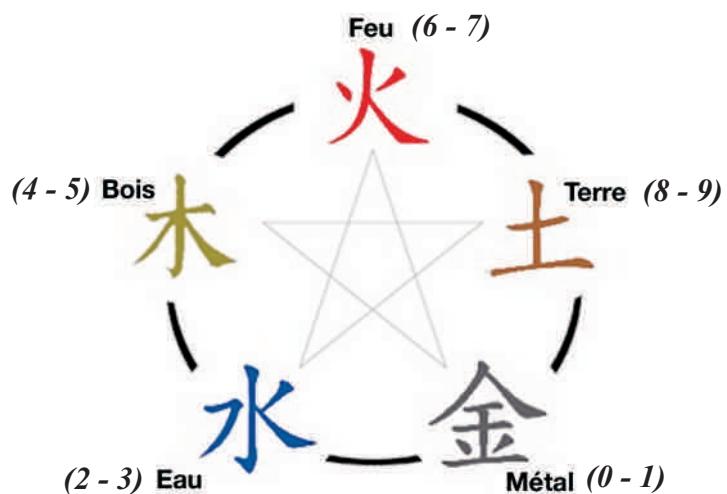
La relation d'affinité ou d'attraction



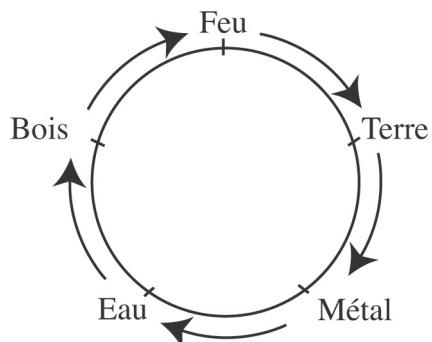
La relation d'antagonisme et la relation Midi-Minuit



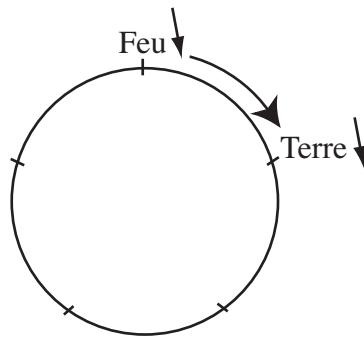
Les relations des cinq mouvements - Agir (XING) ou troncs célestes



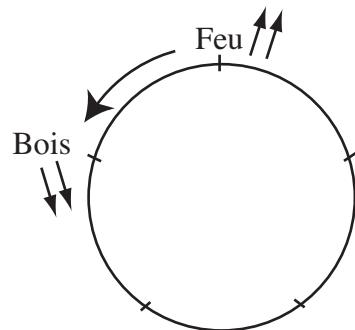
Le cycle nourricier ou cycle sheng



La mère protège naturellement son enfant

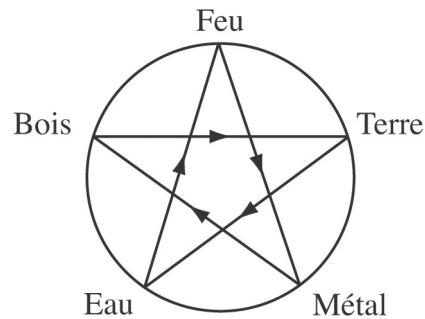


La mère est faible et nourrit insuffisamment son enfant

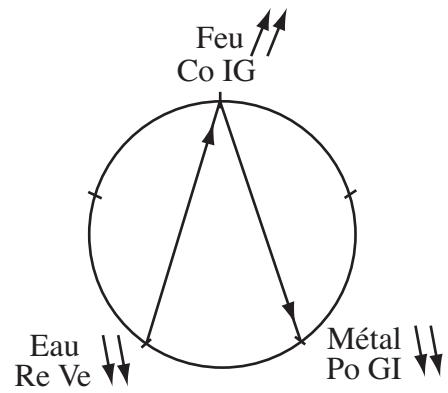


Le fils indigne se retourne contre sa mère et l'épuise

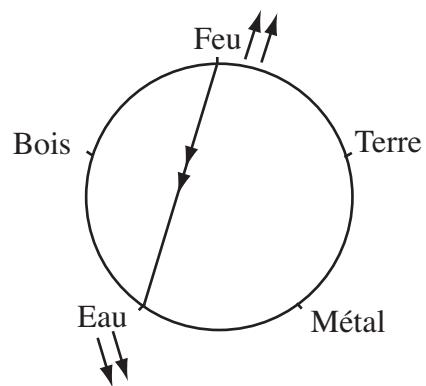
Le cycle ke ou cycle de tempérance, de conquête, de domination



La grand-mère exerce une surveillance bienveillante sur son petit-fils



Le cycle Cheng, exagération du cycle ke



Le cycle wu, le petit fils insulte la grand-mère

*

Dans l'horoscope chinois, l'année de naissance est le premier des quatre "piliers du destin", les autres étant déterminés par le mois, le jour et l'heure. Pour notre propos, les informations données par l'année sont déjà très abondantes.

Les "troncs célestes" correspondant aux 5 xing se retrouvent tous les dix ans, puisque chaque xing dure deux ans.

Les "rameaux terrestres" correspondant aux signes et aux méridiens se retrouvent eux, tous les douze ans.

Ce qui nous conduit à un cycle complet de soixante ans.

Voici les années successives du Singe :

4 Février 1920 Singe de Métal
4 Février 1932 Singe d'Eau
4 Février 1944 Singe de Bois
4 Février 1956 Singe de Feu
4 Février 1968 Singe de Terre
4 Février 1980 Singe de Métal
4 Février 1992 Singe d'Eau
4 Février 2004 Singe de Bois
4 Février 2016 Singe de Feu

L'élément fixe ou primitif

Chez le Singe, cet élément est le Métal, le PO. Il donne la capacité d'entrer et sortir, dire : « oui ! » et dire « non ! », prendre et donner, commencer et finir, inspirer et expirer... trancher... connaître sa valeur, sa légitimité.

Le Métal est altéré lorsque la conception, la grossesse, la naissance, ou la petite enfance avant l'expression de la pensée, ont été perturbées. Et les conséquences, à long terme, sont bien sûr, des pathologies physiques ou psychiques de type Métal:

Atteintes respiratoires avec asthme, allergies, bronchite chronique, cancer bronchique...
Atteintes de la peau,

Troubles psychiques tels que état dépressif, cyclothymie et bipolarité, troubles de l'attention chez l'enfant... sentiment de ne pas compter... insécurité affective.

Quels événements peuvent blesser le Métal, le PO de l'enfant ?

Un deuil ou une dépression chez la mère pendant la grossesse.

Tous les abandons même de courte durée, ou ce qui est vécu comme tel par le bébé et le petit enfant : une hospitalisation, une maladie de la mère, un sevrage sans préparation, l'adoption... L'enfant non désiré qui ne compte pas ou, l'enfant qui compte trop !...

Pour traiter ce déficit du Métal primitif, le choix des points MU, soit le **1 P** « palais central » (zhong fu) et le **25 E** « axe céleste » (tian shu) (2) crée un apaisement et un changement de regard sur la vie qui survient dès la première fois et persiste, le plus souvent. Si la blessure a été très importante, il faut y revenir quelques séances plus tard. Le changement est subtil mais exprimé clairement par le patient. Ce traitement accompagne efficacement une démarche de thérapie psychologique. Nous sommes dans une blessure hors parole et les points MU s'adressent à sa trace vibratoire cellulaire.

La nature du Signe est l'Eau.

L'Eau est la première façon dont l'énergie s'exprime dans l'Univers. C'est la phase de l'énergie au repos, de la graine. En elle, tous les potentiels sont présents. C'est le JING . Dans l'Evangile, Jésus parle du minuscule grain de sénevé qui donnera un arbre immense.

L'Eau est aussi un des cinq Mouvements ou Agir.

L'Eau descend. Elle suit la pente la plus aisée. Elle remplit tous les creux avant d'aller plus loin. En atmosphère humide, sur une vitre froide se forment de fines gouttelettes qui glissent lentement et descendent jusqu'à fusionner en une flaque. L'atmosphère s'est matérialisée. C'est la condensation.

« L'eau ne se bat pas, elle gagne ».

Si elle est trop abondante, elle peut envahir, submerger, faire disparaître toutes les structures...

Elle est aussi la source de la vie sur la Terre.

Elle sait tout, elle a la mémoire de tout.

Quelques données sur l'Eau :

La direction est le Nord.

C'est l'hiver, il fait froid, les feuilles sont tombées. L'herbe a séché. Tout est silencieux, semble endormi.

Sa planète est Mercure.

Ses couleurs : le noir, le bleu-marine, le violet.

Ses pierres : le diamant et le saphir.

Sa note de musique, le Ré.

Son métal : le mercure.

Le moment de la journée, minuit, la pleine nuit.

Pour ce qui concerne le corps humain,

l'Eau est reliée au Foyer Inférieur et aux deux premiers centres énergétiques ou chakras: chakra 1, le **1 RM** « réunion du yin » (hui yin), au centre du périnée, et chakra 2, le **2 RM** « os incurvé » (cu gu), juste au-dessus du pubis.

Ses fonctions sont les reins, la vessie, les surrénales, les glandes génitales internes.

Ses sécrétions sont l'urine, le cérumen, la salive permanente, par opposition à la salive digestive de la Terre, et les liquides Tin-Ye.

Sa saveur est le salé, qui a pour propriété d'assouplir, de ramollir, de faire descendre.

Son organe des sens est l'oreille.

Sa voix est gémissante, monocorde.

Son bruit physiologique est le soupir.

Si la personne soupire, c'est que son diaphragme est resté surélevé, ceci pour des raisons essentiellement émotionnelles. Et le corps tente de rétablir en vain, son mouvement naturel, par cette amplitude accrue de l'acte respiratoire.

Le Rein, alors, ne peut enracer le souffle, ce qui entretient l'anxiété.

Ses tissus sont l'os, la moelle osseuse, les dents, la barbe, la racine des cheveux, le tissu nerveux central et périphérique, les glandes génitales internes, les tissus de la gorge.

Le symptôme clef est l'œdème.

La posture est la position debout.

Les tremblements et les frissons sont de l'ordre de l'Eau.

La Vessie.

En MTC, elle a le rôle de « contrôleur général de l'eau » dans l'organisme. Il s'agit non seulement de l'urine, mais des liquides Tin-Ye, et de toute l'eau contenue dans l'organisme dont elle maintient le volume constant.

Elle stocke les liquides et les excrète selon les besoins.

Elle diffuse les liquides purs jusqu'à la surface du corps par les cou li, pour permettre une circulation chaude et fluide, source de confort et de bien-être.

Elle filtre ce qui vient de l'intestin grêle, renvoie les liquides purs à la Rate pour constituer le Sang et élimine les liquides impurs sous forme d'urine.

Elle préside à la « voie des eaux » et traite l'humidité. Que cette humidité soit d'origine externe ou interne, il faut stimuler Poumon, Rate et Vessie pour la transformer et, l'envoyer à l'extérieur, sous forme d'urines.

Elle intervient dans la physiologie glandulaire du bas-abdomen.

Chez l'homme, elle traite la prostate, les vésicules séminales, les glandes de Cooper.

Chez la femme, elle joue un rôle au niveau des ovaires, du vagin, et des glandes de Bartholin.

Les grandes caractéristiques du Signe du Singe

Le Singe est le roi des Signes.

Pour les Tibétains le Bouddha a été, dans une vie antérieure, le roi des singes. C'est dire la place unique et importante dont ils parent l'animal et sa symbolique.

Si l'on observe le méridien de Vessie, il est non seulement le plus long et celui qui a le plus de points, mais il porte les points Shu du dos qui agissent sur toutes les fonctions du corps.

Il a des points qui tonifient le Qi, le Sang, l'énergie générale.

Il est relié au cerveau mais aussi aux reins et au cœur.

Il commande la posture debout, par les pieds, les genoux, le bassin, les yeux et le vertex.

Il fait partie du Tai Yang, le Yang suprême, mouvement s'ouvrant sur l'extérieur et le monde.

Le Singe prend la tête, il fédère, c'est un leader.

Le Singe voit les choses de façon synthétique. Il a reçu des informations de sa mère la Chèvre et, lucide, la tête froide, il anticipe.

Dans un poste à responsabilités, il prend de la hauteur, et commande à bon escient. Le Singe observe les uns et les autres, met chacun là où il pourra exceller. Telle l'Eau, il va dans le sens de la pente et use rarement de son autorité de façon brutale. Ce n'est pas nécessaire. C'est un bon chef qui n'hésite pas à mettre la main à la pâte et même, à en faire plus que ceux qu'il dirige.

Gentil, serviable, soucieux de l'harmonie du groupe, le Singe épargne chacun. Plus rapide que les autres, et supportant peu d'être ralenti dans son mouvement, il a la tentation de faire à leur place. Pour peu que son Métal primitif ait été blessé, il lui semble qu'il n'en fasse jamais assez.

Il s'en met alors trop sur les épaules, et risque le burn out. Le bien commun passe à ses yeux avant le sien.

Dans ce cas, les points **MU** du Métal : **1 P** « palais central » (zhong fu) et **25 E** « axe céleste » (tian shu) sont utiles, ainsi que les points du thorax antérieur, pour renforcer le sentiment de sécurité affective : du **23 R** au **26 R** et le **19 RM** « palais de pourpre » (zi gong). (3)

Le Singe grimpe sur sa branche.

Agile et rapide, le Singe dont l'énergie Yang monte naturellement au cerveau, se sert habilement de sa pensée. Il est à l'aise avec les mots et les concepts. Il a besoin comme la Chèvre, sa mère, de logique et de cohérence. Joueur, il aime la rhétorique. Il veut comprendre et il participera pleinement au traitement, si vous lui expliquez le bien fondé de votre thérapeutique.

Cette capacité lui permet d'échapper, dès l'enfance, à une atmosphère, quand elle est conflictuelle, en se retirant dans sa bulle. C'est ce qui fait dire aux parents : « Ce petit est sans problème ! ». En fait, il quitte la terre et la réalité. Il n'est plus tout à fait là.

Si, devenu grand, le Singe répond à vos demandes par : « Fais comme tu veux ! », « Ca m'est égal ! » Attention ! Danger ! Il est en mode « survie ». Dans ces moments-là, faites-lui préciser son réel désir. Il redescendra de sa branche et, vous retrouverez avec lui, une communication de qualité.

En consultation, nous pouvons l'aider avec des points tels que **41VB** « près des larmes du pied » (zu lin qi), **13F** « porte de l'ordre » (zhang men), **11V** « grande navette » (da zhu), et **10TR** « puits céleste » (tian jing).

L'importance de la tête.

Si l'enfant Singe souffre d'un Syndrome de Déficit de l'Attention, les points **63V** « porte d'or » (jin men), **43V** « creux de la graisse vitale » (gao huang shu), calment son hyperactivité et l'apaisent. Le point **LO**, **58V** « yang volant » (fei yan), « réveille le cerveau ». Etant donné que le trajet interne du méridien de Vessie passe par le Cœur, on peut associer chez ces enfants, le **5C** « itinéraire de communication » (tong li), point **LO**, pour améliorer la microcirculation cérébrale.

Quand les Singes ne prennent plus de temps de pause, la tête chauffe. Ce sont ces patients qui travaillent intensément toute la semaine et développent une migraine chaque week-end... Pas gai pour l'entourage ! Mais, récupération salutaire, commandée par l'intelligence du corps !

Les points de Vessie efficaces, dans ce cas, sont des points qui font redescendre le Yang Qi : **58V** « yang volant » (fei yang), **62V** « vaisseau étendu » (shen mai), **63V** « porte d'or » (jin men), **64V** « os central » (jing gu).

Une autre pathologie de l'excès de travail cérébral est l'atteinte du sommeil, soit par trop de pensées qui, comme une lampe allumée, empêche de s'endormir, soit par un enraidissement ou des douleurs de la colonne cervicale. Cette pathologie, particulièrement fréquentes chez les Singes, le réveille après quelques heures de sommeil.

S'il s'agit d'une hyperactivité de la pensée, on peut utiliser le Merveilleux Vaisseau Yang Qiao Mai, avec son point maître, le **62V** « vaisseau étendu » (shen mai).

Si la pathologie est cervicale, le **2V** « collection de bambous » (zang zhu) relaxe toute la chaîne musculaire para-vertébrale, en même temps que les muscles oculaires. Le **40V** « prend en charge le centre » (wei yang) agit sur les muscles du cou, le **8V** « tracé des veines » (luo que), sur les muscles latéraux du cou jusqu'à l'omoplate, le **9V** « oreiller de jade » (yu zhen), sur le complexus, le scalène postérieur, et le splénius capitis. Pour la raideur du cou, Soulié de Morant propose : **5V** « les cinq endroits » (wu chu), **10V** « pilier céleste » (tian zhu), **11V** « grande navette » (da zhu), **12V** « porte du vent » (feng men).

Un massage de la base de l'occiput, pendant quelques instants, lors de la pose des aiguilles, est efficace pour aider à cette détente.

Pour compléter le soin, il est essentiel d'évoquer la nécessité du repos cérébral, cette pause entre diastole et systole, entre inspir et expir...matérialisée par la prescription suivante :

« 5 minutes de pause entre chaque activité, en fermant les yeux ».

« Le corps doit suivre ! ».

Un petit garçon, Singe de Bois de 4 ans, est en train de jouer. Ses parents l'appellent pour le repas. Il ne répond pas. Au troisième appel, les parents lui précisent qu'ils desservent la table. Quelques minutes plus tard, le petit arrive et voit la table vide. Deux grosses larmes coulent sur ses joues...et, il dit en pleurant : « le corps a faim ! »

Emporté par l'action, qu'elle soit ludique ou laborieuse, le Singe peut négliger complètement ses besoins vitaux et en particulier la nourriture. Il mange sur un coin de table ce qui lui tombe sous la main, sans cuisiner, sans plaisir. Il préféreraient des comprimés. « Ce serait plus simple et plus rapide !!! »

Là, nous sommes dans une pathologie de la Terre et, les Singes de Bois peuvent particulièrement en souffrir. Tonifier la Terre permet de garder l'équilibre entre la Terre et le Bois.

C'est comme s'il y avait une frontière entre la tête et le corps. Les points qui font descendre l'énergie de la tête vers le bas et la profondeur de l'abdomen tels que le **12 E** « bassin du point » (que pen) ou le **13 E** « portillon de l'énergie » (qi hu) associés au **12 RM** « cavité centrale de l'estomac » (zhong wan) et au **32 E** « lapin allongé » (fu tu), sont apaisants et efficaces.

La nourriture peut perdre sa destination naturelle et, devenir un anxiolytique. Les prises de poids sont alors fréquentes, surtout à la maturité. Mon expérience m'a montré qu'il était particulièrement laborieux d'aider ces patients à maigrir, les hommes comme les femmes.

Je fais l'hypothèse que cette prise de poids est complexe et, fait intervenir plusieurs mécanismes. L'Eau du Singe est yang. On peut donc évoquer une pathologie du Rein Yang et des surrenales. La Vessie joue un rôle dans la voie des eaux. Ce surpoids peut avoir un lien avec la mauvaise gestion des liquides, donc de la Rate et de la fonction opposée de Vessie, le Poumon. L'épouse de Vessie est le Triple Réchauffeur son point **HE** inférieur est le **39V** « prend en charge le yang » (wei yang), grand point de la voie des eaux. L'hyperactivité cérébrale consomme beaucoup de sucre et la fonction pancréatique peut être trop sollicitée, de même que les besoins en magnésium, augmentés.

L'autre versant de ce trouble de l'alimentation est l'anorexie mentale. Nous sommes dans le besoin, pour le Singe, de garder le contrôle, sur lui-même surtout, afin de fuir l'angoisse. Une jeune fille, Singe de Métal de 1980, dit : « Je me sens totalement perméable, j'ai perdu ma carapace ». Et, elle alterne boulimie et anorexie.

Très sensible le Singe a besoin de garder la main.

Signe Yang, le Singe n'explore pas spontanément les profondeurs de son être, en tous cas en première partie de vie. Actif, il ne veut pas être ralenti, submergé, par les émotions qui le traversent. Il veut garder la tête froide, rester lucide.

Pour ne pas faire de peine, « avoir la paix », il peut arranger la réalité jusqu'à mentir, ou être de mauvaise foi.

Comme il a peur de souffrir, il préfère ne pas ressentir et, intellectualise son « histoire personnelle ».

Ou bien, il se noie dans le travail et ne se donne pas une seconde pour laisser monter l'angoisse, séquelle pénible de cette « histoire ».

Quand « il ne veut pas dire », son silence pèse des tonnes. Si on l'interroge, il semble qu'il n'y ait rien, dans ce silence.

Une autre manière de rester maître de la situation est de minimiser ce qui le dérange. La petite phrase toxique est : « Ce n'est pas grave ! ». Petite phrase qui s'adresse à lui, ou à l'autre ! C'est une forme de manipulation.

Cependant, la résilience existe. Nous connaissons tous Françoise Dolto, Singe de Terre de 1908, psychanalyste pionnière et courageuse, si sensible, si fine, qui a su ouvrir et explorer la voie pour aider les parents et les enfants, dans des histoires personnelles difficiles.

Voici quelques points du méridien de Vessie qui peuvent aider le Singe à vivre ses émotions, dans certaines situations particulières :

52V « salle de la volonté » (zhi shi), bloqué et noué par les émotions, appréhension.

10V (-) « pilier céleste » (tian zhu), Glacé par les émotions, avec transpiration des paumes.

15V « creux du cœur » (xin shu), glacé par entrevues, examens.

64V « os central » (jing gu), émotivité, ne boit, ni ne mange.

La colère du Singe.

Chez les hommes, elle peut être permanente avec de l'irritabilité, de l'énerverment, des emportements, surtout chez les Singes de Bois, qui sont rarement calmes.

Chez les femmes, la colère est très loin de la conscience. J'avais une fois conseillé à une patiente, Singe de Terre de 1968, de couper du bois, en faisant passer dans la hache sa colère contre son mari. Elle m'a dit qu'elle avait essayé mais, que cela lui était impossible. Il y avait seulement de la mauvaise humeur et un tremblement interne.

En réalité, le plus souvent, la manière de réagir chez le Singe, quand « Trop c'est trop ! », est de partir. Il a encaissé longtemps, souvent sans rien montrer et, tout d'un coup, il disparaît ou, rompt brutalement la relation avec des mots de Métal, coupants et terribles. C'est dur, parce que du fait de son silence, les autres ne comprennent rien à ce revirement soudain. C'est dur aussi pour lui, car il n'aime pas blesser. Et là, il faut du courage, ce dont il peut manquer.

Le clown.

Le Singe fait des grimaces, amuse la galerie. Il observe et imite. Il aime jouer. Il fait des blagues. Il peut être un excellent comédien.

Jean-Pierre Marielle, Singe d'Eau de 1932, parle de son Art ainsi : « j'ai un don d'invention étrange, inexplicable, qu'il s'agit de ne briser à aucun prix (...) Si un metteur en scène essaie de m'imposer des choses que je ne sens pas, je résiste ! (...) Je me mure simplement en moi-même ». (4)

Ce rire, cet esprit, cet humour, parfois aux dépends des autres, peuvent être une sorte de masque, une forme de protection. Nous connaissons tous le regard triste du clown. Peut-être est-ce une catharsis, de rire de la condition humaine, avant d'en pleurer ?

Un de nos clowns les plus populaires est Coluche, Singe de Bois de 1944. N'a-t-il pas l'air d'un vieux gamin triste avec sa salopette et ses petits airs, quand il nous envoie des vérités ? Un autre est Boris Vian. Mais lui est un Singe de Métal de 1920. Son rire devient blessant et désespéré.

Avec son Métal en élément fixe, le Singe a souvent une confiance en lui très limitée, ce qui le rend susceptible. Il se moque, mais évitons de lui rendre la pareille. Il n'apprécie pas. Le **26R** « dans le doute » (yu zhong) a pour indication : susceptible.

En consultation, un Singe, souriant, parle avec légèreté de ce qu'il traverse de difficile et, devant la porte, glisse ces quelques mots : « Il vaudrait mieux en finir ! ». Le rire du pendu !

Est-ce une manière de dire que personne ne peut l'aider ? Ou bien une grande pudeur ?

Son désespoir peut le conduire au suicide. Je me souviens d'une patiente, mère de famille, qui avait imaginé un suicide déguisé en accident, pour ne pas « en rajouter ». L'un de ses enfants a eu besoin d'elle, au moment où elle s'apprêtait à partir pour son dernier voyage. Elle est toujours là et, a trouvé un vrai bonheur de vivre !

Le méridien opposé du Singe est le Poumon. Des points comme le **42V** « porte de l'âme animale » (po hu), le **12DM** « pilier du corps » (shen zhu), le **7P** « séquence rompue » (lie que) sont utiles, en plus du conseil d'engager une démarche pour visiter la racine de cet état dépressif. L'haptonomie qui fait intervenir le corps et travaille sur la sécurité affective, est une excellente voie, pour ces patients.

Résister pour garder sa liberté.

Ce qui sauve le Singe est son besoin irrésistible de liberté, pour lui, et pour les autres. Même s'il est docile pendant des années, même s'il peut aller jusqu'à se faire maltraiter, le Singe entre en résistance, et finit par se défaire de son joug.

Il a une capacité à monter au-dessus de la mêlée, même en situation gravissime. Madame Geneviève de Gaulle-Anthonioz, nièce du Général, Singe de Métal de 1920, incarcérée à Ravensbrück pour résistance, en 1944, a écrit ce qu'elle a vécu au camp, dans : « la traversée de la nuit » (5).

Pour échapper à la perte de son identité humaine, programmée par les nazis, elle a trouvé en elle des trésors d'imagination, d'intelligence de la vie, de compassion, qui l'ont sauvée de la folie et, lui ont permis de venir en aide à ses compagnes de camp, alors qu'elle était dans un état de déchéance physique, difficile à concevoir.

Après la guerre, elle a continué ce combat contre la déshumanisation, en militant aux côtés du Père Wresinski, dans le Mouvement Aide à Toute Détresse (ATD Quart Monde).

Une patiente, atteinte de coxite, dans un contexte de polyarthrite rhumatoïde très avancée, parle de la douleur qui n'a plus de limites. Le fauteuil roulant se profile et c'est, pour elle, intolérable. Elle veut rester maîtresse de son destin et envisage le suicide. « Ma liberté passe par mes jambes ! »

La posture du Singe.

Du fait de son trajet, le méridien de Vessie a un rôle capital dans le maintien debout. Il est yang. Il passe par les pieds, les genoux, le bassin, les muscles para-vertébraux et le sommet de la tête, pour finir aux yeux. Tous les éléments de la posture sont là. Soulié de Morant propose même des points de Vessie pour les troubles de la mandibule : **2V** « collection de bambous » (zan zhu) et **59V** « yang du tarse » (fu yang).

La colonne et ses courbes, est élastique, et s'adapte à tous les mouvements. Les muscles para-vertébraux, en cas de troubles émotionnels, se tendent. Apparaissent alors, les pathologies vertébrales, en particulier au niveau lombo-sacré, mais aussi scapulaire. Cette tension musculaire, peut signifier que le Singe ne veut plus sentir, ne veut plus ressentir. C'est « la carapace émotionnelle ».

La posture dépend de la qualité de l'acte respiratoire et, de la souplesse du diaphragme. Nous savons qu'un état émotionnel pénible peut laisser le diaphragme relevé. L'épigastre devient douloureux. Le Foyer Médian se contracte, se rétrécit. La connexion avec la terre s'affaiblit.

Outre les problèmes digestifs qui s'en suivent : gastralgies jusqu'à ulcère, RGO, troubles intestinaux, le Rein ne reçoit plus le souffle et l'angoisse s'installe, car la capacité respiratoire est diminuée. Le **4RM** « pivot de la source » (guan yuan), le **17V** « creux du diaphragme »

(ge shu), le **21R** « porte obscure » (iu men) sont utiles pour assouplir le diaphragme et faire descendre le souffle.

Un massage du diaphragme, pratique ostéopathique simple, est très curatif.

Autres possibilités thérapeutiques : le chant, les Arts Martiaux, le Qi gong, le Tai Qi, la danse, le sport bien conduit.

La peur

Du fait de sa capacité à anticiper, de son mental souvent très actif, si l'énergie de sa fonction Vessie est affaiblie, au départ, ou par les épreuves de la vie, le Singe, submergé par la peur, l'appréhension, et le stress se met sous l'autorité de quelqu'un d'autre. Il se laisse mener.

Ou bien, trop lucide, il anticipe négativement, ce qui le paralyse et, l'empêche d'avancer. Toute décision est impossible. Il procrastine, ne finit rien, « reste entre deux chaises ».

Il ne supporte pas de se sentir impuissant à résoudre un problème et, en même temps, il peut devenir phobique.

On dit de lui qu'il est paresseux. En fait, son énergie yang est insuffisante pour lui permettre de « prendre les choses en main ». Les points **23V** « creux des reins » (shen shu) et **52V** « salle de la volonté » (zhi shi) sont utiles. Mais surtout le **Ming Men**, le **4DM**, « la porte de la vie ».

Le Foyer inférieur

En Egypte Ancienne, le singe est l'image du dieu Baba « mâle d'entre les babouins, querelleur, lubrique et baveux » (6). Agressif, provocateur, il se laisse dominer par ses appétits. Pour les Indiens Winebago d'Amérique du Nord, « il a la mentalité d'un enfant qui n'a pour but que la satisfaction de ses besoins les plus élémentaires. Il est cruel, cynique, insensible » (6). Il peut devenir méchant.

Pour les Chrétiens du Moyen-Age, le singe est un symbole « de l'homme dégradé par ses vices et en particulier par la luxure et la malice » (6).

Ce regard symbolique évoque une énergie qui reste enfermée dans le Foyer Inférieur et ne passe pas la barrière du diaphragme. Le Singe dans ces cas-là n'a pas accès au Cœur, lieu de la compassion et de la conscience de l'autre. Il devient très critique. Il juge et condamne. Il complique tout, ce qui est une forme de rejet de l'autre.

Au niveau des pathologies, il souffre de la congestion viscérale du foyer, avec prostatite, infections urinaires, endométriose, syndrome prémenstruel, kystes ovariens, fibrome, salpingite, stérilité...

Et sur le plan locomoteur, il est atteint de troubles vertébraux avec sciatiques, hernies discales, syndrome des jambes sans repos, pathologies tendino-musculaires des membres inférieurs.

La fidélité au lignage

Le Singe est un Signe pour qui l'appartenance au groupe est particulièrement vitale. Il protège les siens, il s'inquiète de tous, parfois à l'excès, anticipant l'accident ou les difficultés.

Héritier d'un savoir ou d'une famille, il veille à préserver la qualité de ce qu'il a reçu afin d'en faire profiter les générations suivantes. Nous trouvons déjà cela avec les singes qui imitent leurs parents et transmettent à leurs petits :

Chez les macaques de l'île de Koshima au Japon, une femelle a découvert que c'était plus agréable de laver les patates douces avant de les manger. Ses petits l'ont regardée faire et l'ont imitée. Depuis des générations, les singes de ce groupe particulier lavent les patates douces ! (7)

Autre manière de rester fidèle au lignage, l'impossibilité de faire mieux que sa famille. Ce qui est dans ce cas source de culpabilité insupportable.

Une jeune femme Singe de Métal de 1980, s'interdit de se régaler de son travail car elle gagne plus que ses parents et a changé de statut social, du fait de ses compétences. Elle tait ce qu'elle comprend pour ne pas les blesser, quand elle est avec eux, et elle travaille jusqu'à en tomber malade. C'est une sorte de punition.

Les Défis du Singe

Les trois petits singes de Jingoro, au temple de Nikko, sont une manière imagée de montrer la sagesse du Singe. Il veut garder l'harmonie autour de lui. Il fait comme s'il ne voyait rien, n'entendait rien et, il ne dit rien.

En fait, il voit clairement, il entend, les oreilles étant son organe des sens privilégié, et il se tait, mais n'en pense pas moins ! N'oublions pas son aisance à grimper au-dessus de la situation.

La communication entre son Foyer Inférieur et son Foyer Médian est aisée. Il sait jouir de chaque instant, les doigts de pieds en éventail, et se régale de la bonne chair comme des réunions entre amis. Sa Terre est saine. Il est capable de prendre des temps uniquement pour lui et, de se faire du bien. Et, il aime ceux qui l'entourent, de près ou de loin. Le Pape Jean-Paul II était Singe de Métal de 1920. Les catholiques en ont fait un saint.

Pour que sa posture soit souple, il pratique des sports, souvent collectivement, et s'y prépare par des échauffements, avant et, des étirements après, car il respecte son « petit corps de rêve » !

Il crée. Il a quatre mains ! Un de ses grands représentants est Léonard de Vinci, Singe d'Eau de 1452, omniscient, artiste, ingénieur, poète, philosophe, écrivain...Pour lui il n'y avait pas de frontière entre l'Art et la Science.

Il sort de l'opposition et, relié à lui-même, à son centre, il est « pour lui et pour l'autre », en même temps. Cela rejoint la philosophie de l'Aïkido où le pratiquant reçoit l'énergie de l'autre, la canalise, l'amplifie et la fait tourner pour revenir au centre ce qui réduit le mouvement à néant. Il est un axe. L'autre aussi.

Il « prends part » toujours, ce qui le fait sortir de l'attitude de victime. Il ose l'expérience et il ose s'exposer en disant ce qu'il ressent.

Doué pour la transmission, il accepte humblement de recevoir les informations de ceux qui ont une compétence par l'expérience ou par la connaissance. Et, de ce fait, il est paré quand il entreprend quelque chose de nouveau.

Tel Thot, le dieu égyptien, à tête de cynocéphale blanc, patron des lettrés et des savants, scribe divin, il a accès au monde spirituel et à la Sagesse. Le Bouddha serait né une année du Singe de Métal et, si Jésus était réellement né en l'an zéro de notre ère, il serait aussi Singe de Métal !

Installé comme Hermès « au carrefour du visible et de l'invisible » il est un excellent thérapeute.

Comme le singe du théâtre traditionnel chinois, il cache sa véritable nature sous une apparence bouffonne. Il est en réalité un sage taoïste initié.

Bibliographie

- (1) Huon de Kermadec JM. Horoscope chinois. Encre. Paris. 1996.
- (2) Du Bois B. Psychopathologie en acupuncture. You Feng France 2012. pp 84-102.
- (3) Soulié de Morant G. L'acupuncture chinoise. Maloine. Paris. 1972.
- (4) Murat P. Jean-Pierre Marielle entretien. Telerama 3018 :14 novembre 2007. pp 16-18.
- (5) De Gaulle Anthonioz G. La traversée de la nuit. Editions du seuil. 1998.
- (6) Dictionnaire des Symboles. Robert Laffont. 1969.
- (7) de Waal Frans. Quand les singes prennent le thé. Fayard. 2001.

La régulation des émotions

Jean-Louis Lafont

Résumé. Certains textes anciens du *Classique de l'interne* (SW39), comme certains ouvrages contemporains (*Essentials of chinise acupuncture*) montrent que la rubrique des résonnances et correspondances des émotions avec les 5 *zang* présente une particularité : c'est la réflexion qui est attribuée à la Rate-Terre-Centre. Or la réflexion n'est pas une émotion mais une activité mentale. Cette singularité suscite plusieurs interrogations auxquelles l'auteur tente de répondre en montrant que la réflexion est le moyen dont dispose l'être humain pour réguler et maintenir ses émotions dans les limites de l'homéostasie.

Mots clés : émotions, réflexion, méditation, activités mentales, *shen*.

Introduction

Dans *Essentials of chinise acupuncture* (1), le tableau des résonances et correspondances des 5 Eléments, montre que la rubrique « Emotions » présente une certaine incohérence. On relève :

- Bois - Foie- colère
- Feu - Cœur – joie
- Terre - Rate – réflexion
- Métal - Poumon – tristesse
- Eau - Rein – peur.

Ce modèle, exposé pour la première fois dans SW39 (2), est singulier, car la réflexion n'est pas une émotion mais une activité mentale. Un modèle incohérent, qui a persisté pendant 20 siècles, pose une série d'interrogations parmi lesquelles : doit-on le garder tel quel ? ou doit-on le modifier et l'actualiser ?

Dans l'exposé qui suit on tentera de répondre à ces questions en définissant :

- Les fonctions des émotions.
- Les différents types d'émotions.
- La place de la réflexion dans les processus émotionnels.

1^{er} Fonctions des émotions

Au sens premier, émotion (dérivé de *motio*) a le sens de mouvement.

Les émotions ont une fonction biologique et les neurophysiologistes contemporains (3) considèrent aujourd'hui que :

« Les émotions fournissent automatiquement à l'organisme des comportements orientés vers la survie. (...)

Au niveau le plus fondamental, les émotions font partie de la régulation homéostasique et se trouvent là pour éviter la perte de l'intégrité qui est un signe avant-coureur de la mort, ainsi que pour accéder à une source d'énergie, à un abri, ou à la sexualité. »

En d'autres termes : un évènement induit une émotion ; l'émotion induit un mouvement du *qi* ; le mouvement du *qi* induit un comportement adapté à l'évènement.

2^{ème} Types d'émotions et réactions émotionnelles

Si les émotions fournissent automatiquement aux être humains des comportements orientés vers leur survie, la première étape est de définir les types d'émotions et les types de mouvements dont on dispose pour se maintenir en vie. Suivant la théorie du *yin yang* on doit pouvoir classer les émotions de telle sorte qu'à chaque émotion de type *yin* corresponde une émotion de type *yang* et corresponde un mouvement du *qi* du même type. On peut classer ainsi :

- la joie et la tristesse,
- la colère et la peur.

La joie, (l'allégresse, le plaisir, l'attrance pour le côté agréable des choses) induit un mouvement de déploiement vers le dehors à la recherche du « plaisir » (mouvement de déploiement-rayonnement du Cœur-été). On peut souligner qu'aux fonctions fondamentales du vivant (sexualité, nutrition, sommeil) sont rattachées les notions d'attrance et de plaisir. La joie induit un comportement de type *yang*.

La tristesse (le chagrin, la mélancolie, la peine, suite à une perte), induit un comportement de retour vers le dedans, de recueillement nécessaire à une réorganisation de soi et à une réorientation de l'existence (recherche d'un abri) (mouvement de repli du Poumon-automne). La tristesse induit un comportement de type *yin*.

Face à un danger qui met en jeu la vie, l'être humain dispose de deux émotions induisant des comportements opposés et complémentaires.

La colère, (l'indignation, l'irritation, la fureur) induit un comportement d'affrontement, de lutte « je vais contre ». La colère induit un comportement de type *yang* (mouvement de jaillissement du Foie-printemps).

La peur (la crainte, l'apprehension, la frayeur) induit un comportement de fuite « je vais me mettre à l'abri ». La peur induit un comportement de type *yin* (mouvement d'enfouissement du Rein-hiver).

A ce stade on peut se poser la question : a-t-on besoin d'une 5^{ème} émotion pour se maintenir en vie ? Et si oui, laquelle ?

3^e) Les émotions, les mouvements du *qi*, la pathologie

Chaque type d'émotion induit un mouvement du *qi*, dont la description est exposée par SW39.

1^{er}) La colère correspond au mouvement de jaillissement du printemps-Foie. L'excès du mouvement entraîne un reflux du *qi*.

« La colère fait refluer le *qi* qui s'échappe par les vomissements et la toux. Dans les cas graves il y a hématémèse et diarrhée. »

L'excès de colère entraîne un comportement d'agressivité, d'hostilité, le sujet est « hors de lui » et ne se contrôle plus (syndromes d'agitation du *shen*, chaleur, feu et vent du Foie). L'inhibition de la colère (refoulement) entraîne une insuffisance du jaillissement du Foie et du déploiement du Cœur (syndrome d'obstruction du *shen* par stagnation du *qi*, mécontentement, tristesse par manque de joie).

2^e) La joie correspond au mouvement de rayonnement-déploiement de l'été-Cœur.

« La joie assouplit le *qi*, élargit les sentiments, fait circuler aisément le *qi* et le sang. »

C'est l'aspect physiologique qui est ici décrit.

En pathologie, l'excès de joie se traduit par les désirs immodérés, les passions qui font perdre la raison, une quête du plaisir insatiable, une activité improductive et désordonnée (syndrome de chaleur et de feu du Cœur avec agitation du *shen*).

A l'inverse l'insuffisance du *qi* du Cœur entraîne une insuffisance du déploiement-rayonnement, insuffisance de joie, tristesse par affaiblissement du *shen*.

3^e) La tristesse, correspond au mouvement de repli de l'automne-Poumon.

« La tristesse resserre le Cœur déploie les lobes du Poumon qui obstruent le Foyer supérieur. Le *qi* et le sang ne peuvent se répandre. Il y a chaleur interne qui dissout le *qi*. »

En clinique il faut distinguer :

- la tristesse après une perte (blocage du mouvement de repli du Poumon, dû à la difficulté d'adaptation à la nouvelle situation),
- la tristesse par manque de joie (insuffisance du mouvement de déploiement du Cœur),
- la tristesse secondaire à la stagnation du *qi* du Foie (blocage du mouvement de jaillissement du Foie qui ne permet pas le déploiement-rayonnement du Cœur).

4^e) La peur, induit un comportement de fuite « recherche d'un abri ».

« La frayeur fait défaillir le Cœur, désoriente le *shen*, fait divaguer la pensée et désorganise le *qi*. »

Si la peur est l'émotion physiologique qui permet l'adaptation à la situation inductrice par la recherche d'un abri, la frayeur, la terreur (aspects pathologiques) correspondent à l'excès de peur qui paralyse le sujet. Dans ce cas la réaction émotionnelle n'est plus adaptée à la situation inductrice, le sujet est terrorisé, tétanisé (reste sur place) le *shen* est désorienté.

En résumé.

On doit donc distinguer l'émotion physiologique qui fournit à l'être humain un mouvement et un comportement orienté vers sa survie, et l'émotion pathologique, inadaptée à la situation inductrice, où le mouvement est soit insuffisant soit en excès et devient source de désordres et de maladies.

L'être humain dispose donc de 4 types d'émotions physiologiques qui peuvent, suivant le déséquilibre préalable de l'individu, devenir pathogènes.

4^e) La fonction du Centre

Le déroulement des 4 temps du cycle cosmique s'effectue par rapport à un centre la Terre. Dans la théorie des 5 *zang*, la Terre-Centre est la Rate.

Le Centre n'a pas de mouvement propre. La fonction du Centre est de stabiliser la rotation cyclique du *qi* des 4 *zang* en résonnance avec les mutations du *yin yang* cosmique et de maintenir les variations dans les limites de l'homéostasie. De ce fait la Rate n'a pas de mouvement propre, ni d'émotion propre. Ce qui permet de comprendre que, dans les systèmes de résonances et correspondances, c'est la réflexion (*si*) qui est attribuée à la Rate-Centre.

Le caractère *si* (R-4602) a le sens de : **penser, réfléchir, se remémorer, méditer.** (5)

Le Centre et la réflexion

La réflexion est une fonction mentale qui, dans la séquence du LS8, est en position centrale. La séquence des activités mentales se déroule dans un ordre immuable :

- l'idée, l'intention, le désir (*yi*),
- la volonté (*zhi*),
- la réflexion (*si*),

- le projet (*lu*),
- le savoir-faire (*zhi*).

Entre le désir et l'idée (point de départ) et le faire (aboutissement), se déroule, à l'état physiologique, la séquence immuable des activités mentales. L'idée, l'intention, le désir du Cœur est soutenu (dans la durée) par la volonté du Rein, puis l'idée est soumise à la réflexion de la Rate (dans une série de 5, la Rate, en 3^e position, symbolise le Centre). La Rate qui thésaurise la mémoire analyse l'idée (compare l'idée par rapport au stock de données que constitue la mémoire acquise par l'expérience et le vécu). L'idée ayant été examinée sous tous ses aspects, le Foie élabore le projet et le Poumon réalise le savoir-faire (le faire en accord, l'action juste et efficace).

C'est par la réflexion que le sujet évalue l'idée, l'intention et le désir du Cœur.

C'est aussi par la réflexion que le sujet prend conscience des effets pathogènes de ses émotions. La prise de conscience est le premier temps dans la recherche de la connaissance de soi. Dans SW39 :

« La réflexion retient le Cœur, concentre le *shen*, immobilise le *qi* qui se noue. »

Cette proposition peut être interprétée sur le plan physiologique et sur le plan pathologique.

A l'état physiologique la réflexion « **retient le Cœur** ». Durant la réflexion le mouvement de déploiement du Cœur est retenu, en d'autres termes le Cœur n'émet pas de nouveaux désirs, de nouvelles idées, le sujet s'arrête, se pose et réfléchit. Durant ce temps d'arrêt du mouvement, la Rate examine et analyse l'idée, ce qui nécessite une « **concentration du *shen*** », et en conséquence « **le *qi* s'immobilise** ». La réflexion nécessite un arrêt de l'action, et tout le *qi* disponible est consacré à l'activité mentale. Ce temps de réflexion est un temps d'analyse qui, lorsque l'idée aura été examinée sous tous ses aspects, permettra au Foie d'élaborer le projet et au Poumon d'effectuer l'action juste et efficace.

En pathologie on distingue l'insuffisance et l'excès du Centre.

L'insuffisance de la Rate entraîne une insuffisance du Centre et un mouvement chaotique et désordonné.

Rte-2 « grande capitale » (*da du*) ; point de tonification ; tonifie la Rate et harmonise l'Estomac. Rte-2 est indiqué (5) :

- . manque de contrôle des émotions (voit ses désirs et non leurs conséquences),
- . manque de discipline intérieure,
- . manque de conscience morale (de conscience de soi),
- . manque d'esprit de synthèse (le Centre a la capacité de réunir).

A l'extrême l'insuffisance de la Rate-Centre entraîne une insuffisance du sang qui aboutit à une instabilité du *shen* : errance, égarement, difficulté à réfléchir, manque de mémoire, instabilité du *shen* et dépression anxieuse (le sang est la demeure du *shen*).

L'excès de la Rate entraîne un excès du Centre (excès d'humidité et de glaires) et un ralentissement, puis un arrêt du mouvement cyclique. L'excès de réflexion « **retient le Cœur, concentre le *shen*, immobilise le *qi* qui se noue.** » C'est l'aspect pathologique qui se traduit par une obstruction du *shen*.

Rte-5 « coteau de la délibération » (*shang qiu*) ; point de dispersion ; tonifie la Rate et transforme l'humidité. Rte-5 est indiqué :

- . exagération de l'importance des soucis, obsessions (idées fixes), scrupules,
- . pas de joie (obstruction du Cœur),
- . chagrin (tristesse, obstruction du Poumon),
- . grands soupirs (obstruction du Foie).
- . anxiété sur l'avenir (peur, désorganisation des relations Rein-Cœur).

RM-12 « centre de l'Estomac » (*zhong wan*) ; point *mu* ; tonifie l'Estomac, harmonise la Rate, transforme les glaires ; dépression nerveuse, obsessions.

RM-14 « grande tour de guet » (*ju que*) ; point *mu* ; tonifie le Cœur, transforme les glaires ; dépression nerveuse, obsessions, idées fausses.

D'une façon générale les soucis et l'excès de réflexion entraînent des **nouures du *qi***, qui se manifestent sur *ren mai* (symptômes caractéristiques : les « entassements et les accumulations »). Le patient décrit parfois ses symptômes par l'expression « je me sens noué ». Il faut faire préciser la localisation des nœuds et on pique les points de *ren mai* correspondants.

5^e) La genèse de l'être humain et l'acquisition du Centre intérieur

L'être humain est le produit de l'union du *yin* et du *yang*. Celle-ci, au cours de l'existence prend différentes formes.

1- Au commencement, c'est l'union du spermatozoïde *yang* et de l'ovule *yin* qui engendre la cellule primordiale, le zygote (étym. la réunion).

2- Durant la phase intra-utérine, le *yin* est le corps physique du fœtus (la forme corporelle, *xing*), le *yang* est représenté par les substances vitales de la mère apportées par le cordon ombilical (le *qi*, le sang et les liquides). On peut considérer cette phase comme une entreprise d'élaboration matérielle de la forme, du corps physique. Rappelons que durant cette phase la circulation fœtale est particulière, le Poumon est en atélectasie et la circulation emprunte des shunts (communications inter auriculaire et interventriculaire, canal artériel).

3- Lors de la naissance, le premier cri du nouveau-né signe l'incorporation du *qi* du Ciel. Le Poumon se déploie, les communications fœtales se ferment et la circulation proprement dite commence par le méridien du Poumon. Par l'incorporation du *qi* du Ciel, le nouveau-né devient alors un être vivant produit de l'union du *yin* et du *yang*, de la Terre et du Ciel, de la forme (*xing*) et du *qi*.

4- Au début de son existence, le nouveau-né est en état de dépendance totale et exprime ses différentes émotions et ses besoins par des cris toujours difficiles à interpréter et à comprendre. Progressivement au cours des 4 temps des cycles circadiens et circannuels il traverse des périodes critiques durant lesquelles ses réactions émotionnelles sont sollicitées. Ses propres expériences sont incorporées et constituent la mémoire du vécu. La mémoire est la fonction mentale qui dépend de la Rate (fonction de mise en réserve sur le plan mental).

Durant cette première phase de la vie les parents représentent le centre régulateur (la référence extérieure). Ils rassurent, réconfortent, expliquent et aident l'enfant à se comprendre, à

comprendre l'autre et à se structurer. Au fil des cycles l'être humain incorpore ses propres données et les stocke en mémoire. Il développe alors progressivement son propre centre intérieur, son stock de données personnelles qui sont thésaurisées par la Rate.

La constitution progressive d'un centre intérieur personnel s'acquiert parallèlement à l'apprentissage du langage et au développement de la conscience (*shen*).

Passé l'enfance et l'adolescence (phase de jaillissement du Foie), l'être humain devient un adulte (phase de déploiement-rayonnement du Cœur). La réunion du *yin* et du *yang* prend alors une autre forme c'est l'union de soi à l'autre, l'être humain du sexe opposé, qui ne va pas forcément de soi. Passé cette deuxième phase de la vie, l'être humain parvient au milieu de la vie.

**5- Le milieu de la vie, est la période gouvernée par la Terre-Centre, qui d'après SW70 est l'
« achèvement de la maturité » :**

- . « son *qi* unifie »,
- . « sa nature est la docilité »,
- . « son action a lieu en haut comme en bas »,
- . « son élaboration est l'enrichissement »,
- . « son office est la pacification ».

La réunion du *yin* et du *yang* prend à ce stade une forme particulière.

C'est par la réflexion, s'appuyant sur la mémoire, que le *qi* de la Rate **unifie** les différentes composantes émotionnelles de l'être humain, désignées ici par **le haut et le bas**.

Le haut et le bas désignent les tendances divergentes de l'être humain. Le Feu et l'Eau n'ont qu'un seul mouvement unidirectionnel « le feu monte » et « l'eau descend » (axe des solstices), alors que le Bois « se laisse courber et redresser », que « le Métal obéit à la main de l'ouvrier et prend différentes formes » (plasticité et adaptation) et que la Terre « reçoit la semence et donne la récolte » (ligne horizontale des équinoxes) (6).

Entre le haut et le bas, l'Eau et le Feu il y a une tension, qui peut évoluer en conflit dû aux tendances divergentes de ces deux mouvements. L'Eau et le Feu désignent, dans le contexte de l'organisation globale de l'être humain, le *jing* et le *shen*, en d'autres termes : la nature et la culture, la pulsion et la raison, l'inconscient et le conscient, etc. C'est à ce type de conflit entre ces deux types de tendances que l'être humain est confronté et l'union du *yin* et du *yang* en Soi, l'harmonisation des tendances conflictuelles, dépend de la Rate et de la réflexion.

Ce n'est que lorsque l'être humain a achevé sa maturité qu'il peut alors, après avoir pris conscience et après avoir réfléchi, **harmoniser** ces mouvements contradictoires. S'ensuit alors **un enrichissement et une pacification** (apaisement des tensions).

« La période achèvement de maturité est coopération et bien-être. Ses vertus s'épandent sur les 4 autres règnes pour rendre équitables leurs élaborations. » (SW70)

C'est par la réflexion que l'être humain prend conscience de ses émotions, de leur caractère parfois pathogène et qu'il est à même alors, par la connaissance de soi, d'unifier ses tendances conflictuelles et d'acquérir la maîtrise de soi, la maîtrise de ses émotions.

En résumé

A la question posée en début d'exposé, on peut répondre que la réflexion est le moyen dont dispose l'être humain pour maintenir ses réactions émotionnelles dans les limites de l'homéostasie, perçue ici au sens large. C'est par la réflexion que l'être humain acquiert la

connaissance de soi et la maîtrise de ses émotions, ce qui ne s'acquierte qu'à l'achèvement de la maturité, après avoir fait « le tour du Monde ».

Par la réflexion la Rate-Centre est le régulateur des processus émotionnels.

6^{ème} Réflexions sur la réflexion

La réflexion fondement du *shen*

On dit que « c'est après avoir longtemps cherché sans trouver que l'on finit par trouver sans chercher ». L'histoire des découvertes est jalonnée d'« illuminations » qui se sont finalement imposées à des chercheurs qui avaient longtemps cherché sans trouver (le *eurêka* d'Archimète est probablement l'exemple le plus ancien dans ce domaine).

« L'illumination, l'ouverture de l'esprit, la compréhension active de l'inexprimable, ce que l'on est seul à voir alors que les autres regardent, ce qui luit dans l'obscurité comme quand le vent chasse les nuages, c'est ce que l'on appelle le *shen*. » (SW26)

L'illumination est un processus immédiat qui frappe l'individu par sa soudaineté. L'illumination est le terme spontané et involontaire d'une longue quête, apparemment infructueuse dans un premier temps. La prise de conscience est le résultat de la réflexion, la conscience étant : « La connaissance immédiate plus ou moins intuitive d'une chose à l'extérieur ou à l'intérieur de soi. »⁽⁷⁾

C'est précisément ce qu'ont décrit les médecins chinois au travers des noms des points d'acupuncture.

Le point **DM-6** est dénommé « centre du rachis » (*ji zhong*). (Dans une série de 21 vertèbres la 11^e vertèbre est la vertèbre du milieu). DM-6 est également dénommé « **fondement du *shen*** » (*shen zong*).

A l'horizontale du point DM-6 on trouve :

- sur la branche médiale du méridien de Vessie, le point V-20 « transport de la Rate » (*pi shu*), la Rate est le logis de la mémoire et de la réflexion ;
- sur la branche latérale, V-49 la « demeure des idées » (*yi she*).

C'est cet ensemble qui constitue les fondements du *shen*-conscience-illumination.

L'illumination ne peut jaillir que d'une réflexion active, approfondie et durable sur un sujet, et « après avoir longtemps cherché sans trouver on finit par trouver sans chercher ». J. Choain avait remarquablement résumé ces notions :

« Les idées ne descendent jamais du Ciel. Les idées sont comme les plantes, elles germent au sein de la Terre, puis quand l'heure est venue elles apparaissent au jour. »

Il y a dans l'illumination quelque chose d'involontaire, de soudain, mais qui fait suite à une réflexion infructueuse, approfondie et de longue durée. En d'autres termes on ne peut trouver que ce que l'on cherche, et la recherche de la connaissance de soi ne peut avoir lieu que dans un esprit qui aura achevé sa maturité.

Du DM-6 « fondements du *shen* », le *shen* monte en suivant le chemin du *shen* « (*shen dao*) DM-11, et après un retournement pénètre par la « cour du *shen* » (*shen ting*) DM-24, dans le « temple de la lumière » (*ming tang*) DM-23, puis après avoir franchi une dernière porte « la porte du sommet de la tête » (*ding men*) DM-22, il débouche dans le « palais du champ de cinabre (*ni wang gong*) (DM-20) et c'est alors qu'a lieu « l'illumination, la compréhension active de l'inexprimable ce que l'on est seul à voir alors que les autres regardent. »

La réflexion en position 9 dans SW39

Dans la série décimale *yang* des 9 premiers Nombres, 9 est l'accomplissement du 1, l'unité primordiale (*tai yi*), par un mouvement de retour (« le retour est le mouvement du *dao* ») (8). 9 est le Nombre de l'Empereur, qui symbolise ici la perfection de ce que les êtres humains peuvent atteindre.

SW39 s'intitule *De la genèse des douleurs*. 39 s'écrit 3-9, *san jiu*. Au 3 est liée la notion de pouvoir, au 9 d'aboutissement. 39 peut être interprété comme le pouvoir que donne l'aboutissement du retour à l'unité de soi (« l'unification du haut et du bas »).

Dans SW39, la phrase « **La réflexion retient le Cœur, concentre le *shen*, immobilise le *qi* qui se noue** », est la dernière phrase du dernier paragraphe du chapitre dans lequel sont exposés les 9 sortes de *qi* pathogènes. La dernière phrase est l'aboutissement du chapitre, dont la première phrase, dans laquelle c'est Huangdi qui parle, est :

« On dit que pour bien parler des faits naturels il faut bien les **observer** chez l'homme,
pour bien parler des théories anciennes il faut les **rapprocher** des actuelles,
pour bien parler de l'homme il faut faire sa propre **critique**,
on peut ainsi **raisonner** sans erreur et atteindre à la perfection de son art,
à ce que l'on nomme la **clairvoyance**. »

L'**observation**, la **comparaison**, la **critique de soi**, le **raisonnement** sont des aspects de la réflexion qui conduisent à la **clairvoyance**.

Parvenu à l'achèvement de la maturité, par sa réflexion, par l'observation, par la comparaison, par la critique de soi et le raisonnement, l'être humain atteint la clairvoyance. Il est alors orienté et centré et à même conduire son existence en accord avec Soi et avec le Monde.

La réflexion et la méditation

Comme on l'a vu plus haut, le caractère *si* a le sens de méditation. Méditation a le sens de « penser », « réfléchir » avec l'idée d'une pensée qui règle, ordonne, gouverne (7). Dans ce sens méditation serait un équivalent de réflexion. Je ne crois pas que ce soit dans ce sens que les médecins chinois aient conçu la méditation.

Nous interprétons méditation avec le sens de « se tenir au milieu ».

Dans la phrase du SW17 « Pour prendre le pouls l'observateur doit être **vide et serein.** », l'état de vacuité et de sérénité est la condition nécessaire pour voir les choses telles qu'elles sont, et non pas telles que mes préjugés m'imposent de les voir.

Dans ce sens le caractère *chan* (R-159) : concentration de l'esprit, méditation, contemplation, conviendrait mieux.

La vacuité de l'esprit est pratiquement le contraire de la réflexion. On pourrait dire que la réflexion est l'aspect *yang* de l'activité mentale dont l'aspect *yin* est la méditation.

La réflexion est une activité mentale intense et exclusive dans laquelle le sujet examine et analyse l'idée sous tous ses aspects. C'est la réflexion sur un objet.

Dans la vacuité de l'esprit on concentre l'activité mentale de telle sorte qu'aucune pensée ne vienne troubler l'action en cours. Ce vide de l'esprit, est en fait une concentration, une « présence totale », une « attention totale », « une attention sans tension », une « absorption totale dans le présent ». C'est la présence de l'être à « l'ici et maintenant », c'est la « présence d'esprit », la « présence totale du *shen*-conscience-vigilance ». C'est la réflexion sans objet.

De ce point de vue la méditation est indissociable de la conduite d'une certaine discipline (9). On a vu que l'accès à la lumière nécessite un retournement. La **critique de soi** dont parle SW39 en est un aspect, « **l'unification du haut et du bas** » et la « **pacification intérieure** » en sont les conséquences.

C'est dans le vide médian dans l'interne que l'on doit se tenir, vide et serein, pour comprendre et se comprendre.

La connaissance de soi est le résultat de l'observation de soi, la méditation (la réflexion sans objet) en est la porte (9) :

**« Le grand chemin n'a pas de porte.
Des milliers de routes y débouchent.
Celui qui franchit la porte sans porte
marche librement entre le Ciel et la Terre. »**

Références et notes

- 1- **Essentials of chinise acupuncture** (Compiled by Beijing College of T.C.M., Shanghai college of T.C.M., Nanjing college of T.C.M., the Acupuncture Institute of the Academy of T.C.M). Foreign Languages Press. Beijing. 1993.
- 2- **Husson A.** *Huangdi Neijing Suwen*. ASMAF, Paris 1973.
- 3- **Damasio A.** *Le sentiment même de soi. Corps, émotions, conscience*. Cet auteur distingue par ailleurs, deux émotions qu'il nomme « émotions d'arrière-plan ». Ce fondant sur le fait que même un être dépourvu de système nerveux comme une bactérie est capable de distinguer ce qui lui convient et ce qui ne lui convient pas il distingue deux émotions que j'appellerai émotions primordiales du vivant : l'attraction et la répulsion ou affinité non-affinité, et que je relie aux substances primordiales (*yuan jing* et *yuan qi*).
- 4- **Couvreur S.** *Chou kingLes annales de la Chine*. Paris, Cathasia, 1950). Le *Grand plan* (*Hong fan*) est, d'après M. Granet, le premier ouvrage philosophique que la Chine ait produit (on situe sa rédaction au IV^e siècle AEC). Inséré par la suite dans le *Classique des documents*, le *Grand plan*, composé de 9 articles, mentionne pour la première fois les 5 Eléments, qui y sont décrits dans le premier article suivant l'ordre cosmologique. « 1^{er} les 5 Eléments. Le 1^{er} est l'Eau, le 2^e le Feu, le 3^e le Bois, le 4^e le Métal, le 5^e la Terre. Les propriétés de l'Eau : mouiller et descendre ; du Feu : brûler et s'élever ; du Bois : se laisser courber et redresser ; du Métal : obéir à la main de l'ouvrier et prendre différentes formes ; de la Terre : recevoir la semence et donner les récoltes. L'Eau mouille descend et devient salée. Le Feu brûle, s'élève et prend une saveur amère. Le Bois courbé et redressé prend une saveur acide. Le Métal obéit, change de forme, et prend une saveur âcre. La Terre reçoit la semence et prend une

saveur douce. » (Couvreur S. *Chou king : Les annales de la Chine*. Paris, Cathasia, 1950).

- 5- **Institut Ricci.** *Dictionnaire français de la langue chinoise*. Kuangchi Press, 1976.
- 6- **Soulie de Morant G.** *L'acupuncture chinoise*. Maloine 1972.
- 7- **Rey A.** *Dictionnaire historique de la langue française* (sous la direction de). Dictionnaires le Robert, 2000.
- 8- **Fano A.** *Les 9 figures de base de la philosophie chinoise*. Trédaniel 1983.
- 9- **Wilson Ross N.** *Le monde du zen*. Stock, 1960.

DYNAMIQUE ÉNERGÉTIQUE DU COUPLE

Sonia BARRUCAND

Résumé

Après avoir défini les caractéristiques des dynamiques yin et yang, la communication analyse leur interaction au sein du couple pour tenter de poser des bases énergétiques à la réussite ou à l'échec de cette relation avant de proposer une approche de soutien thérapeutique en cas de dysharmonie.

Mots clés

Couple – Dynamique – Interaction – Yin – Yang – Mouvement – Fécondité – Stérilité – Acupuncture.

Dr Sonia BARRUCAND – 19 avenue Charles de Gaulle – 12100 MILLAU
Tél. : 05 65 70 66 01
soniabarrucand@gmail.com

Le couple réunit deux personnes dans une relation qui peut être source de bonheur et d'épanouissement mais aussi de mal-être. Les sentiments issus de la dysharmonie au sein d'un couple peuvent générer chez l'un ou l'autre des partenaires des troubles divers d'expression physique ou psychique.

Mieux comprendre ce qui se joue au niveau énergétique entre ces deux protagonistes permet au médecin acupuncteur de proposer un soutien thérapeutique adapté pour aider les patients en souffrance dans leur relation de couple.

LE COUPLE : INTERACTION ÉNERGÉTIQUE DE DYNAMIQUES YIN ET YANG

D'un point de vue énergétique, le couple est une interaction entre deux dynamiques énergétiques, classiquement celles d'une femme et d'un homme, résultant elles-mêmes de l'interaction des deux dynamiques yin et yang au sein de chacun.

Chaque individu est constitué d'une mosaïque yin/yang qui lui confère des caractéristiques énergétiques uniques, relatives et dynamiques.

L'interaction entre deux mosaïques énergétiques en crée une troisième : celle du couple, elle aussi singulière et dynamique.

L'étude des caractéristiques de chacune des deux dynamiques yin et yang permet de poser les bases de la compréhension énergétique de la relation de couple.

DYNAMIQUE YANG : IMPULSION ET RENCONTRE - INDIVIDUALITÉ

La dynamique yang impulse le mouvement.

C'est l'énergie du commencement, le **souffle d'animation** capable de faire émerger le nouveau, de promouvoir sa réalisation et d'aller de l'avant.

La quintessence de l'énergie yang est représentée par *Qian* 乾 : « **élan créatif** », le premier hexagramme du Yi Jing et le seul à être uniquement constitué de traits yang. Il symbolise le dynamisme, la vigueur, la fermeté (et non l'autoritarisme) [1].

Force centrifuge de projection vers l'extérieur, la dynamique yang initie le mouvement vers l'autre. Ces mêmes qualités en font de manière opposée et complémentaire l'énergie de la séparation qui permet à chacun de conserver son individualité au sein du couple.

La dynamique yang permet d'aller à la rencontre de l'autre et maintient l'individualité de chacun au sein du couple.

DYNAMIQUE YIN :
STABILISATION ET RESSERREMENT - FUSION

La dynamique yin reçoit et stabilise le mouvement initié par la dynamique yang pour assurer sa pérennité.

C'est l'énergie de la continuité, le **souffle de matérialisation** qui permet de mener à terme tout accomplissement après s'être rendu disponible pour le recevoir.

La quintessence de l'énergie yin se trouve concentrée dans l'hexagramme 2 du Yi Jing, **Kun 坤** : « **élan réceptif** ». Seul hexagramme composé uniquement de traits yin, il fait suite à **Qian** et l'entérine. Il représente la disponibilité, la souplesse (et non la passivité), l'endurance et l'adaptation [1].

Force centripète d'accueil et de rapprochement vers le centre, la dynamique yin resserre les liens créés par le yang, donne corps à la relation, la consolide et la nourrit. C'est l'énergie de fusion qui assure la cohésion et le maintien de l'union au sein du couple.

La dynamique yin resserre les liens créés par la dynamique yang et tisse l'unité du couple.

INITIATION DE LA RENCONTRE / CONSOLIDATION DU LIEN
ÉQUILIBRE INDIVIDUALITÉ - FUSION
FÉCONDITÉ

La dynamique yang insuffle le mouvement vers l'autre et permet d'aller à sa rencontre. La dynamique yin accueille la proposition d'échange et veille à renforcer les liens pour transformer la rencontre en une relation durable et stable.

SW 5 : « *Le yang procrée, le yin fait croître.* » [2]

Le processus de transformation et d'engendrement est engagé. La puissance créatrice de l'énergie yang anime et traverse la force réceptrice de l'énergie yin qui se laisse pénétrer et être fécondée.

« *Le Dao a produit un ; un a produit deux ; deux a produit trois ; trois a produit tous les êtres.* » [3]

La fécondité issue d'une **interaction yin/yang harmonieuse** peut être :

- **matérielle** : sphère privée (construction d'un foyer, d'une maison), professionnelle (création d'une entreprise, réussite financière), etc. ;
- **physiologique** : sexualité, conception d'un enfant ;
- **psychoaffective** : développement d'une relation d'amour épanouissante, échanges affectifs source d'équilibre, de stabilité, de plaisir, de bien-être, de joie et de bonheur ;
- **intellectuelle, artistique ou spirituelle** : échanges scientifiques, culturels, philosophiques, idéologiques, spirituels, relation nourrissant la créativité artistique, etc. ;
- **relationnelle** : genèse d'un couple harmonieux, lieu d'échange et non de mélange où « *chacun préserve son identité en même temps qu'il entre au contact de l'autre* » [4].

Si l'interaction de dynamiques yin/yang équilibrées se matérialise par une relation de couple féconde source d'harmonie et de bien-être, les déséquilibres de ces mêmes dynamiques peuvent se traduire par une stérilité relationnelle et être source de souffrance.

TROUBLES DE LA DYNAMIQUE YANG : ABSENCE - PERTE D'INDIVIDUALITÉ

L'altération de la dynamique yang a des conséquences visibles et immédiates sur la relation.

Le manque d'élan vers l'autre empêche l'établissement des échanges. S'il a lieu, le mouvement centrifuge (*centrum fugere* : « fuir du centre » [5]) ne se fait plus **vers** l'autre mais dans le **sens opposé** à l'autre. Repli sur soi et fuite sont encore aggravés par la fragilisation du mouvement d'individualité.

Il n'y a pas d'échange (altération yang : altération quantitative).

Mollesse et autoritarisme peuvent se rajouter à cet immobilisme relationnel et aggraver l'absence d'échange et de communication.

L'altération de la dynamique yang se caractérise par une absence.

Celle-ci peut prendre deux formes :

- **absence yang (fuite)** : ostensible, elle se manifeste par une **suractivité**, prétexte conscient ou inconscient à l'éloignement de l'autre ; c'est la classique fuite dans le travail ou dans les activités, le surinvestissement de tout centre d'intérêt ou de

toute relation (parentale, amicale, extraconjugale, etc.) excluant le ou la conjoint(e) par excès d'individualisme ;

- **absence yin (immobilisme)** : insidieuse, elle associe présence physique et absence relationnelle ; aucun échange n'a lieu malgré une proximité physique qui maintient les apparences et n'autorise pas la critique (isolement au sein du foyer par exemple derrière les écrans de télévision ou les jeux vidéos, enfermement dans une addiction ou une autre maladie, etc.).

TROUBLES DE LA DYNAMIQUE YIN : **ENVAHISSEMENT - DÉSUNION**

L'altération de la dynamique yin se manifeste quant à elle de manière insidieuse et ses troubles se développent lentement avant de s'exprimer de manière explosive [6].

Manque de disponibilité, de constance et de persévérance font avorter les ébauches d'échange ou génèrent une relation instable. Le mouvement centripète d'enracinement et de rapprochement du centre (*centrumpetere* : « poursuivre vers le centre » [5]) se fait mal. Débordements, étouffement et désunion remplacent maintien, rapprochement et fusion.

La relation est instable et les échanges sont de mauvaise qualité (altération yin : altération qualitative).

Le manque d'adaptation et une certaine rigidité peuvent à leur tour aggraver la fragilité de la relation et sa tendance à l'enkyttement.

L'altération de la dynamique yin se manifeste par un envahissement.

Il peut lui aussi être de deux types :

- **envahissement yin (étouffement)** : trompeur, sous des apparences de grande disponibilité à l'autre se cache un défaut de centrage sur soi ; la relation de couple est sur-investie pour compenser les carences de cette insuffisance ; le (la) partenaire est sur-sollicité(e) et l'accueil se transforme insidieusement en étouffement ;
- **envahissement yang (débordements)** : manifeste, débordements émotionnels (crises de larmes, colères, jalouse, conflits), non respect de la sphère privée du (de la) partenaire, recherche consciente ou inconsciente de contrôle de l'autre.

ABSENCE / ENVAHISSEMENT
PERTE D'INDIVIDUALITÉ / DÉSUNION
STÉRILITÉ

L'interaction de deux dynamiques yin/yang altérées va engendrer des difficultés relationnelles complexes.

Manque d'élan vers l'autre et tendance à la fuite d'un côté, instabilité et débordements de l'autre. Peur de perdre son individualité pour le premier, tendance à l'envahissement de la sphère de l'autre pour le second. Les défaillances de l'un ne font qu'aggraver celles de l'autre (absence et envahissement s'entretiennent mutuellement), c'est un cercle vicieux.

La relation est à la fois fragile et sclérosée entre deux individus qui n'arrivent pas à trouver l'équilibre entre mouvement d'ouverture vers l'autre et mouvement de centrage sur soi.

Chacun finit par perdre son individualité sans que l'union véritable n'ait lieu.

La relation finit par être stérile.

Il peut s'agir là encore d'une **stérilité** :

- **matérielle** : absence de foyer ou de toute autre réalisation concrète commune, problèmes d'argent, etc. ;
- **physiologique** : sexualité insatisfaisante, absence d'enfant ;
- **psychoaffective** : pauvreté des échanges et de la vie affective ; absence d'épanouissement personnel dans la vie de couple ; frustration du (de la) partenaire qui souffre du manque laissé par l'absent et saturation de celui qui se sent envahi par l'autre ;
- **intellectuelle et spirituelle** : absence d'échanges subtils.

Quelle que soit la forme qu'elle prenne, la stérilité peut générer chez les conjoints une souffrance physique (troubles psychosomatiques) comme psychique (troubles émotionnels, dépression, etc.).

Pour accompagner les patients qui nous font la demande de les soutenir dans ces difficultés, nous avons, en tant que médecins acupuncteurs, plusieurs outils à notre disposition.

APPROCHE THÉRAPEUTIQUE

Centrée sur la dynamique, son objectif est de remettre le couple en mouvement pour initier un changement de système.

Pour ce faire, les deux partenaires devraient dans l'absolu être traités conjointement. Cette situation idéale, donc rare en pratique, n'est cependant pas une condition *sine qua non* à une évolution thérapeutique favorable.

La remise en mouvement de l'un des deux partenaires va en effet produire des changements dans son rapport à l'autre. Le partenaire absent du soin aura alors à son tour le choix de valider ou non la perspective d'un nouveau système relationnel et sera lui aussi confronté à la possibilité d'une évolution personnelle.

Dans l'approche thérapeutique de ces situations où les sentiments et les émotions tiennent une place centrale, on veillera à maintenir notre objectif de thérapeute : tenir l'utopie à distance et nous limiter à soulager la souffrance sans prendre pour objet la quête du bonheur [7].

Acupuncture et moxibustion

Le traitement vise à rééquilibrer les troubles énergétiques décelés chez les partenaires pour restaurer l'équilibre yin/yang de chacun et par voie de conséquence celui de la relation.

Les dysharmonies énergétiques fréquemment observées sont le couplage d'un vide de yang chez l'homme et d'un trouble du yin chez la femme. Il peut s'agir d'autres déséquilibres qu'il convient d'identifier et de traiter de manière personnalisée, comme il se doit en acupuncture.

SW 12 : « *Le sage est éclectique et adapte sa thérapeutique aux cas particuliers [...]* » [2].

TONIFIER ET FAIRE CIRCULER LE YANG

Pour restaurer la circulation du Qi et favoriser le mouvement vers l'autre et les échanges.

Le choix des points se fait en fonction de l'ambiance énergétique du patient, en accordant une attention particulière à l'état énergétique du rein, notamment du rein yang, source du yang de l'individu.

Parmi les grands points tonifiant le yang, on peut citer : **DM 4 (Ming Men 命门)**, **DM 20 (Bai Hui 白会)**, **DM 14 (大椎)** (fait circuler le yang), **V23 (Shen Shu 肾输)**, **V43 (Gao Huang 膏肓)**, **V62 (Shen Mo 申脉)**, **IG3 (Hou Xi 侯稀)** (fait circuler le yang), **E36 (Zu San Li 足三里)**, **GI4 (He Gu 合谷)**, **RM4 (Guan Yuan 關元)**, etc. [8], [9].

Les points sont piqués en tonification et/ou moxés (importance de la moxibustion dans le traitement de tonification et de soutien du yang).

NOURRIR LE YIN

Pour restaurer la fluidité du yin et des échanges, et favoriser la stabilité de la relation.

Là encore, un soin particulier est accordé au soutien du yin du rein pour renforcer son rôle d'ancrage.

Toujours selon l'ambiance énergétique du patient, on choisira par exemple parmi les points suivants : **R6 (Zhao Hai 照海)**, **P7 (Lie Que 列缺)**, **RM4 (Guan Yuan 關元)**, **RP6 (San yin Jiao 三隱交)**, **RP4 (Gong Sun 公蓀)** (yin insuffisant ne contrebalançant pas le yang), etc. [6].

Hygiène de vie

L'objectif est d'encourager le mouvement vers l'autre en cas de trouble de la dynamique yang et le mouvement vers soi en cas de trouble de la dynamique yin.

Mouvement vers l'autre : sortir de l'isolement, ralentir la fuite pour (ré)initier la rencontre et renforcer son individualisme. Soutenir cette dynamique yang avec un certain « tonus » de vie (activités physiques, professionnelles et sociales) tout en évitant l'écueil de la suractivité et de l'agitation.

Mouvement vers soi : renforcer l'attention à soi-même pour être à même d'accueillir l'autre et de nourrir la relation. Soutenir cette dynamique yin en adoptant un mode de vie respectueux des besoins personnels en terme de rythme et de douceur de vie. Procéder à un « *repli conscient et volontaire, [...] fermer le sac [...] pour préserver son intégrité* » [4].

C'est en développant la disponibilité à soi-même que l'on maintient la disponibilité à l'autre et la capacité de créer une unité avec lui. C'est en se mobilisant vers l'autre que l'on peut rester centré sur soi et conserver son individualité.

Psychothérapie

Elle apporte un soutien psychologique et guide la mise en mouvement vers un autre fonctionnement que celui dans lequel les partenaires du couple se trouvent bloqués.

Les méthodes de psychothérapie orientées vers la recherche de solutions ont l'avantage d'être elles aussi basées sur le **mouvement** et ont pour objectif de produire un **changement**. Contrairement aux approches psychothérapeutiques centrées sur l'étude

du problème, elles s'intéressent aux aptitudes du patient plutôt qu'à ses insuffisances, et utilisent notamment un langage orienté vers le changement [10].

De l'hypnose, chef de file de ces psychothérapies dites « brèves », à la simple thérapie conversationnelle utilisée lors de l'entretien préalable à une séance d'acupuncture, elles sont polymorphes et le choix de l'une ou de l'autre de ces techniques se fait en fonction du patient.

Ces approches centrées sur le patient dans le but de mobiliser ses ressources et son énergie vers un avenir porteur de solutions semblent en ce sens tout à fait complémentaires d'un traitement par acupuncture.

CONCLUSION

La lecture énergétique de la relation de couple permet de souligner l'importance du mouvement au sein de cette entité en terme de vitalité et de fécondité.

Observer et essayer de comprendre l'interaction de deux partenaires sous un aspect dynamique donnent toute leur place à l'acupuncture et aux thérapies brèves dans l'accompagnement thérapeutique de patients en souffrance dans une relation de couple dysharmonieuse.

L'alliance d'une médecine et d'une psychothérapie « énergétiques » forme un nouveau couple : celui de la thérapeutique dynamique.

BIBLIOGRAPHIE

- 1 - **JAVARY C. & FAURE P.** *Yi Jing. Le livre des changements.* Éditions Albin Michel, 2012.
- 2 - **HUSSON A.** *Huang Di Nei Jing Su Wen.* ASMAF, Paris, 1973.
- 3 - **LAO-TSEU.** *Tao te king. Le livre de la voie et de la vertu, Livre I, chapitre 42.* Éditions mille et une nuits, 2006.
- 4 - **JULLIEN F.** *Figures de l'immanence. Pour une lecture philosophique du Yi king.* Éditions Grasset, Grasset & Fasquelle, 1993.
- 5 - *Dictionnaire Le Petit Robert Illustré 2015.*
- 6 - **BARRUCAND S.** *Troubles du yin et variations émotionnelles de la femme.* Congrès AFERA 2014.
- 7 - **WATZLAWICK P.** *Changements. Paradoxes et psychothérapie.* Éditions du Seuil, 1980.
- 8 - **TAILLANDIER J.** *Répertoire des indications ponctuelles du traité de Georges Soulié de Morant.* AFERA, réédition de 2006.
- 9 - **SOULIÉ DE MORANT G.** *L'acupuncture chinoise.* Maloine éditeur, Paris, 1972.
- 10 - **O'HANLON W.H. & WEINER-DAVIS M.** *L'orientation vers les solutions. Une approche nouvelle en psychothérapie.* Collection du germe. Éditions Satas, 1995.

De l'Émotion à la Sérénité

Patrick COJAN



Résumé

L'étude du caractère qíng dans les dictionnaires anciens amène, pour revenir à la source de la définition de ce caractère, à proposer un modèle dynamique à 6 mouvements, pour faciliter la gestion du Qi dans le Yin, avec comme corollaire une application pratique nouvelle.

Mots Clefs : Émotion, Sérénité, Système à 6 mouvements, Maître du Cœur, *YiJing* ou *Livre des changements*.

Un immense merci à mon épouse, Diane, qui m'a aidé à faire un nouveau tout petit pas timide, et encore maladroit, dans l'espace de la sinologie.

Dr Patrick COJAN
19600 NESPOULS
gao.tianmu@laposte.net

Dans une vision assez taoïste des choses, quand nous avons décidé de rechercher comment le mot qíng (émotion) était utilisé dans les textes classiques de l'acupuncture chinoise, je n'ai pu m'empêcher de rechercher ce qui pourrait constituer un mouvement contraire à celui de qíng. Alors le mot de sérénité m'est venu à l'esprit, d'où le titre un peu trop séduisant de « de l'émotion à la sérénité ». Un peu comme si je voulais reprendre cette formule publicitaire aguichante : « je vous échange deux MC04 contre un DM20 » ! Je reprendrai une formule de posturologie : en fixant l'horizon, on arrive à faire au moins un pas. La sérénité est-elle accessible ? Ou : jusqu'à quel degré on peut arriver à s'en approcher ? Je vous invite à partager une partie de mon parcours d'acupuncteur qui m'a préparé depuis maintenant trois ans à ouvrir une porte imprévue derrière laquelle je commence à découvrir un univers inattendu, tel un adepte du texte classique qui découvre Voltaire. En d'autres termes, l'académisme accepte-t-il l'impertinence ?

La langue française aime couper les cheveux en quatre, et je me demande si un chinois voit vraiment une différence entre quiétude et sérénité. Déjà le plus ancien dictionnaire unificateur de la langue chinoise ne fait pas de différence entre les émotions associées aux mouvements saisonniers et les sept sentiments et les pulsions : trois mots français pour un seul chinois : qíng. Il y a ce qui fait bouger le corps, c'est Qi, il y a ce qui fait bouger le mental, c'est qíng.

De la même façon je me suis demandé comment sérénité et quiétude sont exprimées en chinois.

Tout d'abord, dans la langue française, existe-t-il une différence entre les deux ?

Sérénité : le premier sens désigne l'état paisible du temps qu'il fait ou du ciel ; puis au sens figuré : l'absence d'agitation, de trouble d'un système, d'une personne, d'un groupe. Mais c'est sur le site du CNRTL (Centre National des ressources Textuelles et Lexicales ; <http://www.cnrtl.fr/lexicographie/sérénité>) que l'on trouvera la définition la plus explicite, se résumant à absence de trouble, de tempête, et empreint de lâcher-prise. En anglais : serenity, dispassionately.

Quiétude est un synonyme, dans lequel on retrouve le latin Quies : calme. En anglais : Quiet, Tranquility, Peace of mind.

Dans les deux mots on retrouve cette notion d'absence d'agitation.

En chinois, on s'oriente vers le caractère 静[靜/淨] jìng, et quand on cherche la traduction de « serein », on obtient les trois caractères « ānjingde 安静的 ».

Quand j'ai cherché dans l'ouvrage de HuangFuMi quelle place était consacrée à la sérénité, je me suis rendu compte que cet attribut était considéré seulement comme un état du praticien. Doublement déçu quand je me suis rendu compte qu'aucune recette n'est proposée au praticien pour atteindre cet état nécessaire à la prise des pouls ou à l'approche du patient .

Des tentatives contemporaines de proposition de démarche ont été déjà avancées. Pour exemple, je retiens ici ce que j'ai pu dénicher sur la toile. Wikipédia : « Le psychiatre Christophe André, auteur des *États d'âme, un apprentissage de la sérénité et de Sérénité, vingt-cinq histoires d'équilibre intérieur*, partage avec nous les pistes issues de son travail et de sa réflexion. Apprendre à agir pour nourrir votre paix intérieure : accepter ses émotions, pratiquer l'auto-compassion, remercier les autres, vivre en pleine conscience et se relier à la nature.

La première définition de sérénité concerne un état du ciel. Cela ne semble donc pas

concerner la matière et l'objet de l'acupuncture étant plus de traiter l'entité humaine en agissant d'abord sur son corps-matière on peut comprendre que le praticien cherchera d'abord à lever des blocages, des stagnations, des amas ; le calme viendra ou ne viendra pas ensuite chez le patient. La sérénité n'étant pas un mouvement pathogène en soi, elle ne va donc pas nourrir une approche thérapeutique fondamentale. La sérénité peut se considérer alors comme l'absence d'« agitation » de nature émotionnelle, l'absence de mouvement émotionnel . Mais il n'y a rien de plus énervant que de rencontrer chez autrui une absence totale de réaction, ressemblant à une quiétude parfaite et totale. Car réagir n'est-il pas sortir de sa quiétude ? Une simple mise en mouvement devient-elle le poison de la sérénité ? On peut aussi concevoir que du non-agir émerge le mouvement parfait. Ou que la liberté totale ne peut exister qu'en l'absence de toute frontière. L'état de « non-agir », de quiétude, de tranquillité, de calme, de sérénité ne peut donc être qu'éphémère. La sérénité risque de devenir alors pathogène quand elle se prolonge trop longtemps, laissant les influences externes de toute sorte envahir le corps et le mental. Mais, en sens inverse, la sérénité peut aussi permettre à l'individu de se déployer vers un état parfait. On pourrait dire que la sérénité est le contraire de l'impulsion du Foie qui butte sur une contre-réaction des autres systèmes énergétiques.

J'ouvre ainsi la porte à une mise en corrélation entre la sérénité et les autres mouvements énergétiques déjà connus : ceux du Foie, du Cœur, de la Rate, du Poumon et du Rein. Et même de constituer un ensemble de six mouvements associés constituant une cohésion d'ensemble et assurant ainsi sous l'influence du yang, la stabilité du yin. L'effet gyroscopique repose de façon analogique sur le même principe : les roues du vélo se tiennent en équilibre, ou tout simplement une toupie, à partir du moment où une dynamique yang anime le système, cette dynamique yang venant de l'extérieur du système matériel : les doigts qui font tourner la toupie, ou les pieds du cycliste qui font tourner le pédalier. Les mouvements énergétiques qui permettent la cohésion de l'organisme sont du domaine du yin et donc sont obligatoirement d'un nombre pair, et la force qui anime l'ensemble est de nature yang, donc de nombre impair, au moins un ou trois.

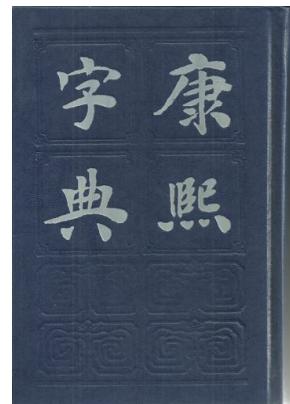
C'est en pratique, une autre démarche qui m'a amené à élargir le système connu des 5 mouvements avec un sixième, me conduisant à ajouter un sixième point « saisonnier » aux points de commande de chacun des douze méridiens. Les mouvements passant à six, un « emboîtement » presque parfait peut enfin se réaliser avec les Zang-Fu, et le YiJing ... et ayant comme prétention de pouvoir passer, dans la pratique, avec plus de facilité de l'émotion à la sérénité.

Nous allons voir successivement les aspects suivants :

- le caractère 情 [qíng] dans les textes classiques,
- le caractère 靜 [Jìng] dans les textes classiques,
- la mise en place d'un sixième mouvement (sa nature, son positionnement générationnel, son interférence avec les autres mouvements),
- retour sur les textes classiques,
- intérêt pratique en acupuncture, ou la génération d'un concept s'accorde-t-elle avec la clinique ...

1. Le caractère Qíng dans les textes classiques

Voici la couverture du dictionnaire 《康熙字典》 Kāngxī Zìdiǎn (KangXi le Canon des Caractères) que le deuxième empereur de la dernière dynastie impériale, la **dynastie Qing** (1644-1912) : Xuányè 玄晔 (nom personnel) alias Kāngxī 康熙 (nom de règne), né le 04 mai 1654 à Pékin et mort le 20 décembre 1722 . Il fut l'empereur qui eut le règne le plus long de l'histoire de la Chine, de 1661 (âgé alors de 7 ans) à 1722 , soit 61 ans. Kāngxī est né en 1654 quand Louis XIV avait 15 ans et demi.



Sous la dynastie précédente, **dynastie Ming**, paraît le Da Cheng : le « Grand Aboutissement de l' Acupuncture et de la Moxibustion » [针灸大成 (T 针灸大成) Zhēn Jiǔ Dà Chéng] dont il est dit qu' il a été compilé en 1601 pour faire la synthèse d' une vingtaine d' ouvrages.

En 1697, l'empereur est âgé de 44 ans et notre Roi-soleil de 59 ans. Le missionnaire jésuite Joachim Bouvet présente cette année-là à Louis XIV un portrait littéraire de l'empereur de Chine. Cela nous porte une petite centaine d'années après la parution du Da Cheng. C'est cet ouvrage classique de l'acupuncture chinoise qui va servir essentiellement de support à cette présentation. Les missionnaires jésuites venant apporter des connaissances de mathématique et d'astronomie sont probablement à l' origine de la volonté, par l'empereur **Kāngxī** de faire constituer, par ses mandarins, un ouvrage colossal regroupant tous les caractères chinois. Les missionnaires jésuites auront-ils eu une part à la rédaction de ce dictionnaire ? A priori non ...

Le caractère 情 [qíng] a donc été recherché dans ce dictionnaire. Il y est présent sous la calligraphie suivante

情

qui se distingue de l'orthographe actuelle (sans caractère traditionnel reconnu) par le dernier trait qui est vertical au lieu d'être horizontal.

Après de longue explications sur la prononciation de ce caractère, le dictionnaire Kāngxī dit que qíng fait référence à du ressenti et regroupe six ressentis distincts :

- 喜 [xǐ] : happiness, la joie, le plaisir, l' attirance ;
- 怒 [nù] : anger, rage, la colère, la rage ;
- 哀 [āi] grief, le chagrin, la douleur ;
- 乐(F 樂) [lè] pleasure, plaisir ;
- 爱(F 愛) [ài] (爱情 àiqíng) love, amour ;
- 恶(F 惡) [wù] hâte ; haine, détestation , dégoût , rejet .

Le Grand Ricci donne au caractère 情 [qíng] 2117 la signification suivante :

- 1.a. Sentiment ; sensibilité ; impression ; émotion.
 - b. Attachement sentimental ; amour passionnel ; passion.
 - c. Désirs ; appétits ; passions ; tendances profondes.
 - d. Prédilection, préférence ; faveur ; partialité.
 - e. Considération pour (la personne de quelqu'un). Eu égard à.
2. (Med Chin. Trad.) Sentiments, dispositions intimes ; émotions, passions. Ils sont liés au cœur en général et aux 五脏 wǔ zàng (5 organes), dont ils en perturbent et dénaturent le bon fonctionnement. Cf. 七情 qī qíng .
 3. (Philos. Chin. - Tao)
 - a. les dispositions intimes d'un être, bonnes quand elles sont naturelles, nocives quand elles deviennent passions.
 - b. Aspect 阳 yáng de la vie intérieure, p. opp. à la nature propre 性 xìng qui en est l'aspect 阴 yīn.
 - c. Ce qui est ressenti, sur qui le cœur applique son jugement, et son choix, pour ne pas devenir esclave des objets extérieurs.
 - 4.a. État des choses ; circonstances ; conditions ; situation.
 - b. Réalité des faits ; faits; vérité ; sincérité ; Vrai ; Réel.
 - c. Nature ; propriétés naturelles.
- 5.a. Intérêt ; goût ; agrément.
 - b. Charme d'une chose.

6. Gratitude. Reconnaissant.

Le caractère 情 [qíng] n'est plus utilisé seul de nos jours, mais accompagne un autre caractère pour en préciser le champ sémantique : le dictionnaire WenLin compte environ 900 expressions contenant ce caractère. Ce qui nous intéresse en médecine acupuncturale est gǎnqíng (感情) émotion (selon le dictionnaire WenLin ; quoique dans la langue parlée de tous les jours cette expression évoque un attachement durable envers quelqu'un), ou gǎnjué (感觉) feel. Cette distinction contemporaine ne facilite pas les choses, elle montre que les champs sémantiques ont évolué avec les siècles. Qíng 情 autrefois recouvrat en même temps émotions et sentiments, aujourd'hui à l'aide d'un caractère complémentaire, il va recouvrir également les sentiments .

On est encore loin de la sérénité, car à ce stade nous nous retrouvons devant deux difficultés :

- la première est que les six qíng, que le dictionnaire KāngXī regroupe, ne coïncident pas avec les Qing de la médecine traditionnelle chinoise telle que le SuWen et le LingShu nous l'ont transmis.
- La deuxième est la non superpositionnalité des champs sémantiques dans les deux langues : le français et le chinois :
 - en chinois : le caractère évoque au sens large un ressenti intérieur,
 - en français : émotion et sentiment ont des champs sémantiques distincts (l'émotion se place dans l'instant, le sentiment se place dans la durée).

Mais en pratique, comme me disent parfois des patients de façon très simple: « ça bouge la dedans ! », alors je serai enclin à remplacer, dans tous les ouvrages occidentaux de MTC, le mot « émotion » par l'expression « ressenti intérieur » qu'il soit bref ou prolongé. Car la vertu du modèle à 5 mouvements est de tenter de faire la part de ce qui revient à chacun des 5 organes considérés à l'époque. A ce sujet le dictionnaire KāngXī se présente comme un trouble-fête. Car il considère six composantes, alors que en MTC ne sont considérés que 5 mouvements. J'en conclurai que si le dictionnaire KāngXī a intégré dans la définition de qing les 6 composantes, c'est que les usages linguistiques ne devaient pas s'accorder ni sur le nombre ni sur la nature de ces mouvements intérieurs, et pour satisfaire le nombre 5 les auteurs du Classique de l' interne en ont choisi cinq.

Le Dr Gilles ANDRES a déjà écrit à ce sujet, tentant d' expliquer les champs énergétiques des 5 émotions, et ceux des 7 sentiments. Andres distingue trois niveaux organisationnels de la vie subtile de l'homme.

Le premier niveau est celui du Shen , du Hun , et du Po.

Le deuxième niveau est en relation avec le Jing et comporte les 5 désirs fondamentaux : WuZhi : la colère (nu), la joie (xi), le souci (si), la tristesse (you), la peur (kong) correspondant aux cinq mouvements : le bois, le feu, la terre, le métal, l' eau.

Le troisième niveau est celui des 7 sentiments, en relation avec le mouvement subtil du Qi, à la source des maladies internes. Ces 7 sentiments sont : la joie (喜 xǐ), la colère (怒 nù), la tristesse (忧(T 憂) yōu/yòu [champ sémantique actuel : « préoccupation »]), le souci (思 [sī] champ sémantique actuel : « la pensée »), le chagrin (悲 bēi), la peur (恐 kǒng), l'effroi (惊(T 驚) jīng [champ sémantique actuel : « de la surprise à l'effroi »]).

Le **SuWen**, premier ouvrage classique à portée de main et déjà traduit par de nombreux auteurs, contient 14 fois le caractère qing, une seule fois pour évoquer l' « émotion ».

Dans le **LingShu**, le caractère 情 n'est présent que 5 fois, jamais pour évoquer l' « émotion ».

Dans le **DaCheng**, 26 présences, une seule fois pour évoquer l' « émotion ».

Mais revenons un peu en arrière, car comme l' explique JL. LAFONT dans son ouvrage « Émergence, Origine et Évolution de l'acupuncture dans le Classique de l' interne » (p.11) : « Les différentes périodes que l'on peut distinguer dans le HuangDiNeiJing ne sont que le reflet des mutations profondes que traversa la société chinoise entre le Ve siècle AEC et le IIe siècle EC. »

A la fin du IIIe siècle AEC, QinShiHuangDi unifie la Chine avec normalisation, sous l'influence des légistes, de la pensée chinoise. Vu ce contexte il paraît peu probable de retrouver un dictionnaire des caractères chinois qui date d'avant cette période de transformation. Car le système à base cinq, caractérisé par l'introduction des 5 mouvements en liens avec les 4 orients centrés par la terre et les saisons, semblerait avoir été officialisé entre le Ve et le IVe siècles AEC. Cela signifie qu'il devait déjà transpirer dans les élaborations mentales depuis quelques temps auparavant.

Il ne semble pas exister de dictionnaire des caractères chinois qui soit antérieur à cette période. Le plus ancien date de l'année 121 EC, 30 à 50 ans après que le système des 12 méridiens de 260 points soit officialisé. Il s'agit du ShuōWénJiěZì 说文解字 , que certains

traduisent par «Explication des idéogrammes et des pictogrammes», mais dont le mot à mot signifie « caractères distinctifs du parler et de l' écrit ». Il aurait été compilé au fil des années par XǔShèn 许慎 qui a vécu de 58 à 147 EC, et dont le fils XǔChōng 许冲 présenta la compilation à l'empereur, on suppose vers l'année 121 EC. Le système des 5 mouvements est alors déjà posé. La définition du caractère 情 qíng tient en une phrase de 7 caractères seulement : rén zhī yīn qì yǒu yù zhě 人之阴气有欲者, que l'on pourrait traduire par « les envies (souhaits, désirs, pulsion...) [générées par] le YīnQì de l' homme », en précisant qu'il se prononce comme le caractère qui désigne la couleur verte.

Ce dictionnaire fait partie du patrimoine commun de la Chine et est accessible par internet de nos jours (www.Shuowen.org). Il aurait disparu lors des années qui ont suivi sa parution et aurait été reconstitué à partir de fragments de copies plusieurs siècles après. Il est intéressant de noter, sans pour autant chercher à donner une interprétation à cela, que le dictionnaire ShuoWen, paru après l'officialisation des 5 mouvements, n'y fasse pas référence, comme le fera au XVIIe siècle le 康熙字典 KāngXīZìDiǎn.

AU TOTAL :

Dans ces trois ouvrages, il faut aller chercher dans le texte chacune des émotions en tant que telle (mécanismes pathogènes, liens avec les 脏 zàng, traitement) .

Dans ces trois ouvrages, le caractère 情 évoque le plus souvent autre chose qu'une émotion ou un sentiment, sauf quand il est précédé par le caractère 七 qui signifie sept ; c'est alors que l' expression 七情 qīqíng apparaît dans le DaCheng, absente du SuWen ou du LingShu. Cela signifie que le modèle à 5 mouvements apparu dans les premiers siècles de l'acupuncture ne suffit pas à expliquer et gérer les mouvements du ressenti intérieur. Cela montre combien le clinicien se heurte à la finesse et à la complexité des émotions et des sentiments, et que le temps a laissé l'esprit de l' homme faire évoluer la conceptualisation .

2. Le caractère Jīng 靜 (tranquilité) dans les textes classiques

J'ai en parallèle effectué une recherche du caractère 安 ān (tranquille, calme, paisible). Ces deux caractères peuvent être retrouvés soit indépendamment l'un de l'autre, soit associés l'un avec l'autre dans le mot 安静[-靜] ānjìng (paisible : pas de trouble, pas de bruit), ou le mot 安顿[-頓] āndùn (accalmie après un dérangement), ou 安和 ānhé (différentes choses qui cohabitent en harmonie). Il y a aussi 安康 ānkāng (en bonne santé). Dans le DaCheng : le caractère 安 ān est présent 139 fois, le caractère 靜 jìng 36 fois, le caractère 顿 dùn 9 fois, le caractère 和 hé 130 fois ; aucune occurrence pour le mot 安静 ānjìng, aucune occurrence pour le mot 安顿 āndùn, une occurrence pour le mot 安和 ānhé : Mr YANG qui a regroupé tous les textes de l'époque pour constituer le DaCheng utilise cette expression dans ses commentaires d'un écrit de DuHangQing (通玄指要賦 Texte vers les notions essentielles profondes) en reprenant un propos de QiBo, grossso modo : la paix et l'harmonie sont assurées par l'équilibre entre le yin et le yang, la bonne influence des saisons et des habitudes, et la tranquillité des méridiens ...

En explorant le DaCheng, j'ai retrouvé aussi à peu près la même notion, sous la forme d'un aphorisme : « *Quand le vide est comblé, la plénitude réduite, la chaleur rafraîchie, le froid réchauffé, l'humidité transformée par le foyer moyen, et la paix du qi dans les méridiens, alors vient la bonne santé.* »

L'exploration du ZhenJiuJiaYiJing de HuangFuMi a été réalisée à partir de l'index constitué en français. Le mot « serein » fait lien avec 4 pages, « tranquille » avec 8 pages, « calme » avec 26 pages.

En pratique, cet ouvrage aborde les émotions et les sentiments surtout de façon individuelle et non dans la globalité : colère, rire et joie, pensée et souci, tristesse, peur et effroi. Et pour nous acupuncteurs, la gestion des émotions passe par une bonne « équilibration » des zang du patient.

A ce stade, en fonction des connaissances déjà acquises sur les différents qíng, et sur la base de nos vécus humains, je propose deux démarches différentes, un peu nouvelles :

La première : « *À la disparition du manque ou de la frustration, de l'obsession ou de la rumination, de l'agitation ou de l'irritabilité, de la crainte ou de la peur, de l'étouffement ou de l'oppression, alors devient accessible, quand l'espace s'ouvre à soi, la sérénité.* »

La deuxième : « *Quand il y a manque-frustration, et/ou obsession-rumination, et/ou agitation-irritabilité, et/ou crainte-peur, et/ou étouffement-oppression, alors devient accessible, quand l'espace s'ouvre à soi et quand l'un peut compenser l'autre, au moins la tranquillité au mieux la sérénité.* »

3. La mise en place d'un sixième mouvement

La mise en place de ce sixième mouvement a été réalisée avant l'étude des textes anciens, elle résulte d'une longue approche qui a débuté il y a deux ans.

Les cinq mouvements connus (bois, feu, terre, métal, eau) ont été mis en correspondance avec les saisons et positionnés dans un cycle générationnel. Chaque mouvement, dans la logique saisonnière trouve un opposé, sauf un : la terre qui est associé à l'inter-saison et que je préfère appeler « le chevauchement saisonnier ». La terre est bien le centre des 4 saisons, mais dans le schéma de la ronde générationnelle des 5 mouvements, la terre perd sa place centrale.

La première difficulté a été de définir un mouvement opposé à celui de la terre (mouvement vers le centre, vers l'intérieur, ou mouvement centripète), et qui serait centrifuge, vers l'extérieur, vers l'externe. La deuxième difficulté a été de le positionner dans le cycle générationnel. La troisième a été de vérifier son interrelation avec les autres mouvements. La quatrième de pouvoir l'associer avec le couple orphelin Maître du Cœur / Triple Réchauffeur.

Ces difficultés levées, la porte est ainsi ouverte vers des études cliniques. Comme le nombre de mouvements passent à 6 dans un ordre générationnel précis, la réalisation d'un pont vers le YìJīng 易经 devient possible et une approche du patient dans une dualité concomitante mouvements-zangfu devient alors envisageable.

Mouvement à l'opposé de celui de la terre

La terre étant centripète, avec effet de concentration matérielle, son atmosphère est l'espace qui permet les désirs centrifuges de l'esprit de l'homme, avec effet d'expansion. Appelons « air » ce qui est à l'opposé de la terre. Si la terre permet la nutrition de l'homme par le bas, l'air permet la nutrition de l'homme par le haut quand l'homme regarde vers le ciel. L'énergie

qui vient de l'air a deux sources : la première est de nature gazeuse dont la composante essentielle est l'oxygène ; c'est cette composante qui permet au Qi Céleste de venir enrichir, dans le Poumon, le YingQi remontant du Foyer moyen. Si la terre est « densité », l'air est « dispersion ».

Le regard transperce l'air quand celui-ci est clair et apporte à l'esprit de la paix et de la sérénité, comme l'émotion que procure la vision d'un panorama au sommet d'une montagne.

L'air permet la transmission des sons, la mobilité des hommes, l'expansion des mouvements et du rayonnement de la communication. Confondu avec l'espace, l'air permet le positionnement dans un état d'équilibre ou de dynamique appropriée. L'air est la demeure du vent, et le bois devient son générateur.

Quand l'air est parfait : clair, pur, doux sans être ni trop chaud ni trop froid, il devient le terrain à une paix intérieure (physique et/ou mentale) si les autres éléments ne viennent pas apporter par eux-mêmes un effet pathogène.

Mais quand l'air est vicié il peut à la limite devenir asphyxiant. Quand l'air est trop en mouvement, il peut devenir déstabilisant ; quand l'air est restreint, il limite les mouvements ou le positionnement. Quand l'air est trop chaud il peut devenir asséchant. Quand l'air est trop humide, il peut devenir étouffant.

L'air est un élément fondamental dans la médecine grecque ancienne. L'air constitue également un des cinq éléments naturels dans la conception bouddhiste.

L'adjonction d'un mouvement aux cinq déjà posés dans la MTC crée un système à 6 mouvements. Le chiffre 6 est un chiffre pair, donc propice à la gestion du corps yin. Le yin, c'est le calme, la conservation, la mise en rotation, en cycle perpétuel, l'accès à la paix et à la sérénité. Au contraire de la transformation, de l'agitation, qui sont du registre yang. Le yin pulse avec le yang, quand le yin arrive à son acmé, le yang existant alors à l'état de germe se déploie, et à la sérénité succède une phase d'agitation ou de mise en mouvement, à la phase de conservation succède une phase de régénération ou de transformation, à une période historique de paix succède une période de tension voire de conflit avant de faire réapparaître une nouvelle période de paix .

Cependant dans ce modèle à 6 mouvements, le yang devient absent. Il l'est en apparence, car en réalité il anime tout l'univers : la lumière qui vient des étoiles, et dont la plus proche pour nous est le soleil. C'est bien cette lumière qui permet au mouvement du bois de s'associer à la photosynthèse pour nourrir les échanges oxygène - gaz carbonique ; c'est cette lumière qui permet à l'air et la matière de s'échauffer par la mise en agitation des atomes. Cependant un contre-argument de taille existe : la faune aquatique des grands fonds peut se passer de lumière.

Positionnement dans le cycle générational (Xiāng Shēng 相生)

L'air est un agent incontournable pour faire un bon feu. Combien de fois ne sommes-nous pas assis devant la cheminée pour souffler sur les braises avec un boufadou, de façon à raviver le feu. Si le bois nourrit le feu, l'air devient le coenzyme incontournable. Pour faire du feu, il faut donc du bois et de l'air. L'air vient donc se placer entre le bois et le feu. L'air devient donc l'antipode du métal : forme la plus raffinée et condensée de la matière. L'eau devient ainsi l'antipode du feu : si l'eau est un mouvement rafraîchissant et absorbant, le feu est à l'opposé un mouvement réchauffant et émetteur, et le bois devient ainsi l'antipode de la terre : si la terre est la forme inerte de la matière, le bois devient la forme animée et vivante de la matière.

Ainsi aux trois mouvements de nature yin déjà connus « s'opposent » trois mouvements yang. L'équilibre est trouvé propice à la stabilité, à condition que le yang vienne animer cette ensemble telle la force giratoire vient stabiliser une toupie ou un vélo dans la verticalité de l'axe terre-ciel (Cela permet de concevoir que l'Homme aura beau se cogner sur le coin de la tronche à coup de fémur de mammouth, la vie ne disparaîtra jamais de la terre tant que le

soleil brillera au-dessus de lui).

Les inter-relations entre les mouvements .

Le cycle générationnel est un cycle qui se conçoit ainsi non plus sur un mode binaire (« le bois nourrit le feu ») mais sur un mode ternaire : grâce au bois l'air produit le feu, grâce à l'air le feu produit la cendre, grâce au feu la terre produit le métal, grâce à la terre le métal condense l'eau, grâce au métal (forme minérale dissoute) l'eau nourrit le bois, grâce à l'eau le bois réalise les échanges CO₂-O₂ pour maintenir l'air.

Le cycle de domination (XiāngKè 相克), de nature cyclique inversé dans le modèle classique à 5 mouvements, ne peut plus exister dans un modèle à six mouvements. Par contre l'analyse des interactions entre mouvements devient plus fine et subtile, car si un mouvement peut soutenir à petite dose n'importe quel autre mouvement, il peut en devenir un poison à haute dose.

L'association avec le couple profondeur-superficie MC-TR .

L'axe terre-métal est l'axe en profondeur du TaiYin et en superficie du YangMing.

L'axe eau-feu est l'axe en profondeur du ShaoYin et en superficie du TaiYang.

L'axe bois-air sera de facto en profondeur l'axe du JueYin et en superficie celui du ShaoYang.

On peut aussi considérer trois autres axes : l'axe métal-eau qui représente l'axe nutritif yin, l'axe bois-terre qui est l'axe de la vie végétale et animale, l'axe air-feu qui est l'axe nutritif aérien.

La succession « embryologique » de l'esprit devient celle-ci : en un le Dao, puis l'eau (Rein), puis le shen (Cœur), puis le Hun (Foie), puis le Po (Poumon), puis la pensée (Rate), puis la verticalisation - déploiement (MC).

4. Retour sur les textes classiques

Dans son ouvrage « La Théorie des Méridiens et ses Applications en Médecine Chinoise », Wang Ju-Yi apportent des précisions intéressantes.

Le maître du cœur est appelé en chinois : XīnBāo 心包. Avec le Cœur et le Triple Réchauffeur, le nom chinois du Maître du Cœur ne contient pas la racine 肉 [ròu] que l'on retrouve dans tous les autres noms de zang-fu.

La métaphore politique dans le Classique de l'Interne fait du Maître du Cœur le Messager de l'Empereur. Il informe l'Empereur comme en retour il peut informer les autres auteurs (le général représenté par le Foie, le premier ministre par le Poumon, etc.). La fonction de messager (臣使 ChénShǐ) se réalise bien dans l'espace et dans toutes les dimensions pour faciliter la communication ; mais il doit aussi agir en défenseur pour protéger l'Empereur contre les traîtres, ou dissiper les humeurs de l'Empereur.

Selon Wang Ju-Yi encore, « le Classique Interne dit que le bonheur [喜乐(T 喜樂) XǐLè] vient du Maître du Cœur », et si la fonction du MC est compromise, la fonction de dispersion du Cœur est bloquée. Le Maître du Cœur assure la distribution en sang du myocarde .

Sur le plan de la physiopathologie, le MC peut recevoir de la chaleur en raison d'une tension

émotionnelle excessive. Un couplage proposé pour rafraîchir le JuéYīn est 2Fo 7MC. Par ailleurs, les veines sublinguales dilatées peuvent témoigner de l'envahissement par de la chaleur, du feu ou du poison dans les méridiens de Cœur, Maître du Cœur (ou Estomac) que l'on peut traiter en faisant saigner les deux points hors méridien JīnJīn 金津 et YùYè 玉液 situés en dessous de ces deux veines.

Le Maître du Cœur compose avec le Foie le JuéYīn [厥陰(T 厥陰)] lieu de retrait, de stockage et de régénération. Et la plénitude du sang du JuéYīn permet de calmer les vents ; le MC protège le Cœur grâce au yin du sang. Le Qi dépend de la plénitude de sang du JuéYīn. « Pendant le sommeil, le sang retourne au JuéYīn où il se pose et se purifie ». Le sang est purifié par le Foie et le qi des excès d'émotions est calmé et libéré par le MC. Le JuéYīn se referme sur l'intérieur. Autrement dit, de façon très triviale, si l'on veut avoir les faveurs de l'Empereur, il faut bien s'assurer que son Messager soit bien nourri !

Une nouvelle recherche de texte dans le DaCheng a porté sur 喜乐(T 喜樂) XǐLè et 安乐(T 安樂) ānlè. Si ce dernier est le bonheur, le premier devient le bonheur suprême. Le mot ānlè est présent deux fois, le mot xǐlè est absent. Le mot ānlè évoque plus le bien-être – bonne santé, et est utilisé concernant 昆倫 kūn lún 60V qui est préconisé pour retrouver la paix et l'aisance en cas de lombalgie avec raideur thoracique, et 合谷 hé gǔ : la face palmaire au niveau de ce point ne doit pas présenter de couleur rouge ou violette pour permettre la paix du méridien.

Le bonheur du patient ne constitue pas un objectif en soit. Le DaCheng constitue bien un ouvrage orienté vers l'étude de la pathologie et de son traitement.

Il y a ainsi deux façons de comprendre l'absence de sérénité : soit quand le yin est troublé, soit quand le yin est en insuffisance (de Qi ou de Sang) quelque soit son site (colère pour le Foie, etc.), soit par le biais d'une sensation particulière qui relève de l'anxiété, de l'angoisse...

L'angoisse se présente ainsi aux antipodes de la sérénité. Une recherche à partir de yōu 忧 (anxiété, angoisse), {29 occurrences [occ.] dans le DaCheng}, amène à considérer les mots voisins (issus du Wenlin) :

忧愁 yōuchóu : angoisse tenace persistante sans solution, {5 occ.}.

忧烦[憂煩] yōufán* v.p. worried ; vexed; depressed : (fan: ennui sans solution), {absent}.

忧煎[憂-] yōujīān v.p. in agonies of worry : angoisse qui brûle le cœur, {1 occ.}.

忧急[憂-] yōují n. very worried : oppression, {1 occ.}.

忧惧[憂懼] yōujù {F} v.p. worried and apprehensive : ennui et peur en même temps, {1 occ.}.

忧苦[憂-] yōukǔ v.p. distressing : détresse, {absent}.

忧闷[憂悶] yōumèn v.p. depressed : angoisse qu'on garde sur soi qu'on ne peut pas exprimer, {absent}.

忧思[憂-] ¹yōusī* v. worry about ♦n. troubled thoughts : broge, pensée trouble, {absent}.

忧郁[憂鬱] ¹yōuyù {D} s.v. melancholy ; dejected : mélancolie, {absent}.

忧郁症[憂鬱-] yōuyùzhèng {F} n. <med.> melancholia, {absent}.

Seul 忧愁 yōuchóu apporte dans le DaCheng des informations utiles. Dans le rouleau 9, il est précisé que les rapports sexuels mal adaptés, les sept sentiments, idées récurrentes, et angoisses finissent par affaiblir le Qi le Sang et le Jing, ce qui invite alors à piquer 4VG (命門 mìngmén) et 30V(白环俞 báihuánShú).

Au total, rien dans le DaCheng ne fait de lien entre paix-angoisse et le méridien de MC ou du JuéYīn 厥陰.

Quand on cherche le mot « angoisse » dans le JiaYiJing (traduction de G ANDRES et C MILSKY), on est invité aux pages :

- 326, pour évoquer les cinq plénitudes qui précèdent la mort (men),
- 335, pour faire un lien entre dyspnée et angoisse,
- 438, pour distinguer la grande angoisse (daman) qui perturbe le milieu de la poitrine (10P 3R) et l'anxiété (fanmen) qui agite le cœur (7C, 7MC) ,
- 481, pour expliquer le mécanisme de l'angoisse thoracique qui précède la mort quand le Cœur transmet de la chaleur au Poumon,
- 595, pour expliquer le mécanisme observé quand l'amas du rein (bentun) monte sous le cœur pour venir faire conflit avec le Poumon,
- 623, pour présenter le Bi de poitrine qui va relever de points de TR, MC, et F ;
- 696, pour présenter les symptômes du vent du cœur,
- 730, pour lier angoisse (fanxin) et yin.

Ces renvois confirment que l'angoisse est liée avec une perturbation du yin dans le Foyer supérieur.

5. Sur les indications des 9 points référencés de MC

Le tableau ci-dessous est basé sur le traité d'acupuncture de Soulié de Morant (en italique, *texto*) .

Points	Indications Fonctionnelles	Indications Cliniques
1MC, MC01, PC.1 TiānChí 天池 Etang céleste	-abaisse la chaleur	- éclaircit la vue - calme l'agitation du thorax et du diaphragme
2MC, MC02, PC.2 TiānQuán 天泉 Source du Ciel	- un des trois points des organes sexuels - disperse vent et chaleur - régularise Qi et Xue	- vue affaiblie - quinte de toux avec plénitude du thorax - palpitations, péricardites
3MC, MC03, PC.3 QūZé 曲泽 étang courbe	- abaisse la chaleur - rafraîchit le sang	- émotivité, hésitation troublée, crise nerveuse - agitation cardiaque, myocardite - transpiration au dessus des épaules
4MC, MC04, PC.4 XiMén 郊門 porte des fissures accède à la fente	- abaisse la chaleur - troubles du Qi	- manque de mémoire - craint les gens, émotivité - saignements - myocardite
5MC, MC05, PC.5 JiānShǐ 间使 fait s' insinuer, espionne	- abaisse la chaleur - élimine les glaires - calme le vent	- <i>Appréhension, insécurité. Enfants timides, reculant toujours. -- Faiblesse de nerfs et cerveau. Beaucoup d'émotivité. Sensibilité morale. ---- Ou a besoin de remuer. -- Violentes surexcitations. -- Terreurs nocturnes. Hallucinations (tourmenté par des spectres). Se croit persécuté. -- Étrangetés, insanité.</i> - myocardite, agitation du Cœur.

6MC , MC06, PC.6 NèiGuān 内关 Check-Point de l' interne	- ouvre le YinWei - abaisse la chaleur - élimine le vent, chaleur et humidité	- <i>perte des mots, perte de décision-volonté, anxiété.</i> - douleur au Cœur - fièvre - placenta ne vient pas
7MC , MC07, PC.7 DàLíng 大陵 La grande colline du mausolée	- abaisse la chaleur - ouvre le Biao - disperse le vent	- <i>Excès d'indignation ou de sentiments. Mécontentement surexcité. -- Chagrin, pleurs. -- Appréhension, peur. -- Insomnie par excès.</i> - <i>Toute congestion</i> - <i>poitrine douloureuse; respiration courte; toux</i>
8MC , MC08, PC.8 LáoGōng 劳宫 Temple du labeur	- mobilise le Qi - favorise les liquides organiques	- Crampe de l'écrivain, Dupuytren, névralgie intercostale - Révolte d'énergie, auto-agressivité, fou-rire, colère, timidité, anxiété
9MC , MC09, PC.9 ZhōngChōng 中冲 déversoir du centre	- abaisse la chaleur	- <i>Mémoire fatiguée, insuffisante. ---- Anxiété. Peurs irraisonnées. Malaise dans la nuit ou l'obscurité. ---- Enfants : peur ou pleurs dans la nuit ou l'obscurité.</i> - Cœur douloureux, chaud, agité - fièvre

Ne sera pas abordée ici la problématique de la localisation des points (en particulier pour 9MC et 8MC) .

Tous les points du méridien permettent d'abaisser la chaleur, comme si leur sollicitation réduisait l'alimentation en air du feu, l'asphyxiait. Si cela relève d'une loi de la relation entre mouvement, cela signifie que solliciter la mère réduit l'enfant : solliciter le métal réduit l'eau, l'eau pour le bois, le bois pour l'air, l'air pour le feu, le feu pour la terre, la terre pour le métal.

Reste à vérifier cette hypothèse interférentielle dans l'analyse de l'indication du point de Poumon vis à vis de la fonction rénale et vésicale, etc.

En ce qui concerne les points de Fo (bois), relevons quelques indications susceptibles de nous intéresser ici.

1Fo	Spasmes, mélancolie sans joie, soupirs, aime être couché, selles arrêtées ...
2Fo	Dépression, anémie cérébrale, désire mourir ; vagin contracté ; crampes ...
3Fo	Spasme des coronaire (cf. 9MC), enflures, soupirs incessants ...
4Fo	Marche avec difficulté, flaccidité de tout le corps, nervosité, agitation, parle rapidement, spasmes de tout le corps, convulsions toniques, raideur ...

5Fo	Spasmes de contraction ...
6Fo	Obstruction ou occlusion intestinale ...
7Fo	Articulations douloureuses, rhumatismes articulaires ...
8Fo	Coagulation insuffisante, prurits ...
9Fo	Urine ne peut être gardée longtemps, contractions ou flaccidité du périnée ...
10Fo	Insomnie, aime à s'étendre, mobilisations articulaires douloureuses, spasmes du détrusor ...
11Fo	Mécontentement et fureur des femmes qui n'ont pas eu d'enfant, tiraillement nocturne douloureux des membres inférieurs ...
12Fo	Hyperlordose, contracture du grand psoas ...
13Fo	Peur, peu d'énergie, accès de faiblesse des membres du même côté, spasmes ou crampes ou contractures des muscles thoraco-abdominaux ...
14Fo	Faiblesse d'accommodation visuelle, règles retardées ...

Ici, nous avons plutôt l'impression que la sollicitation des points de Foie restaure le mouvement fluide : dans l'interrelation des mouvements, la mère nourrit l'enfant.

6. Quelques débouchés pratiques en acupuncture

Les points « air »

Chaque méridien porte cinq points de commande appelés respectivement point-bois, point-feu, point-terre, point-métal, point-eau. Entre le point-bois et le point-feu se trouve le point-air. Par exemple : « 10P' » (ou « Po10b », ou « 10P^b », ou « 10'P », ... écriture à discuter) se positionne sur le trajet du méridien de Poumon près de la base de la première phalange.

Les points-air présentent toutes les propriétés des points d'acupuncture en général.

Un couplage intéressant, en complément avec la puncture d'autres points apaisants, dans l'obtention d'une sédation est la moxibustion des points-air de Rein et de Cœur.

Une proposition dans la maîtrise des Gui est le couplage 4MC 8'MC avec ou non 42V 47V (en cours d'évaluation).

En cours d'évaluation, dans le traitement de l'anxiété, le couplage de la puncture de MC6, 1'F, 39'VB avec la moxibustion de 1'R et 8'C ; d'autres couplages sont en cours d'évaluation.

La liste de tous les points air se trouve dans la présentation que j'ai faite en septembre 2015 à l'AFERA. Pour y avoir accès, il suffit de s'inscrire à l'AFERA de façon à pouvoir accéder à la bibliothèque des travaux de recherche de l'AFERA.

Une attention plus soutenue à la sémiologie des pouls dans les syndromes d'angoisse

La sémiologie de MC se résume en général au syndrome d'envahissement du Cœur par la chaleur externe, avec fièvre, délire ...

En cours de réalisation : repérage clinique observationnel des tableaux dans lesquels le pouls du MC est perturbé. Déjà, quasiment tous les tableaux d'anxiété (voire angoisse, ou phobie, ou panique) présentent l'association d'un pouls de MC avec vide de Qi et glissant, et un pouls de Fo à contre-courant (dans le pouls glissant : la bille perçue sous le doigt se dirige vers la main, dans le pouls à contre-courant la bille roule vers le coude).

Sur le lien possible avec le Yì Jīng 易经(T 易經)

Maintenant que je travaille sur la base de six mouvements, le lien avec l'utilisation du YìJīng a attisé ma curiosité.

Les hexagrammes du YìJīng sont élaborés sur le concept du yin et du yang ; le yang de déploie et s'affirme, le yin retourne sur l'intérieur et s'efface. Le premier trait est celui du bas, le dernier, le sixième est celui du haut. Le premier se lie avec la terre, le sixième se lie avec le ciel. La succession des traits symbolise la montée du yang vers le haut et la descente du yin vers le bas.

Ainsi la succession entre la terre et le ciel s'offre à une proposition de travail : le mouvement de la terre en rapport avec le premier trait, avec le deuxième trait : le mouvement du métal, le troisième : celui de l'eau, le quatrième celui du bois, le cinquième celui de l'air, le sixième celui du feu. Autrement dit, le premier trait sera ainsi associé au pouls de la barrière à droite, le deuxième au pouls du pouce à droite, le troisième celui du pied gauche, le quatrième la barrière gauche, le cinquième le pied droit, le sixième le pouce gauche. Le pouls sera considéré comme yin s'il s'efface, yang s'il résiste à la pression du pouce du praticien (prise du pouls loge par loge avec le pouce perpendiculaire à l'axe de l'artère radiale). Cette grille de lecture reflète l'aspect du Qi, quel que soit l'état physiopathologique du pouls : pouls de froid, de chaleur, de vide de yin etc. L'hexagramme ainsi représentatif des pouls du patient se décompose en deux trigrammes : celui du bas et celui du haut qui correspondent avec les deux méridiens curieux en état d'ouverture au moment de l'examen. Après séance de puncture et/ou de moxibustion, l'analyse offre la possibilité de voir quels sont les traits qui ont muté.

Trait 6	Feu	Cœur	Pouce gauche
Trait 5	Air	Messager du Cœur	Pied droit
Trait 4	Bois	Foie	Barrière gauche
Trait 3	Eau	Rein	Pied gauche
Trait 2	Métal	Poumon	Pouce droit
Trait 1	Terre	Rate	Barrière droite

Pouls yin	Le pouls s'efface sous la pression du doigt
Pouls yang	Le pouls résiste sous la pression du doigt

Dans ma pratique, la prise de pouls en début de séance montre que tous les 64 hexagrammes sont représentés, mais dans des fréquences plus ou moins importantes, comme l' indiquent les résultats ci-dessous.

Décompte sur un total de 974 observations de la fréquence de représentation en début de séance des 64 hexagrammes du YīJīng :

	0 + ...	10 + ...	20 + ...	30 + ...	40 + ...	50 + ...	60 + ...
0		18	2	18	4	1	56
1	64	12	19	12	2	31	5
2	94	4	5	1	2	2	11
3	40	16	3	5	36	2	25
4	1	11	53	16	2	18	6
5	27	10	14	3	12	20	
6	3	14	8	26	1	6	
7	9	33	10	9	10	3	
8	19	2	3	15	8	25	
9	12	26	7	7	34	1	

Correspondance entre les méridiens curieux, les trigrammes et les points réunion-croisement qui leur sont associés :

YinQiao	YangWei	YangQiao	YinWei	DuMai	RenMai	DaiMai	ChongMai
☰	☱	☲	☷	☶	☷	☳	☶
6R	5TR	62V	6MC	3IG	7P	41VB	4Rt

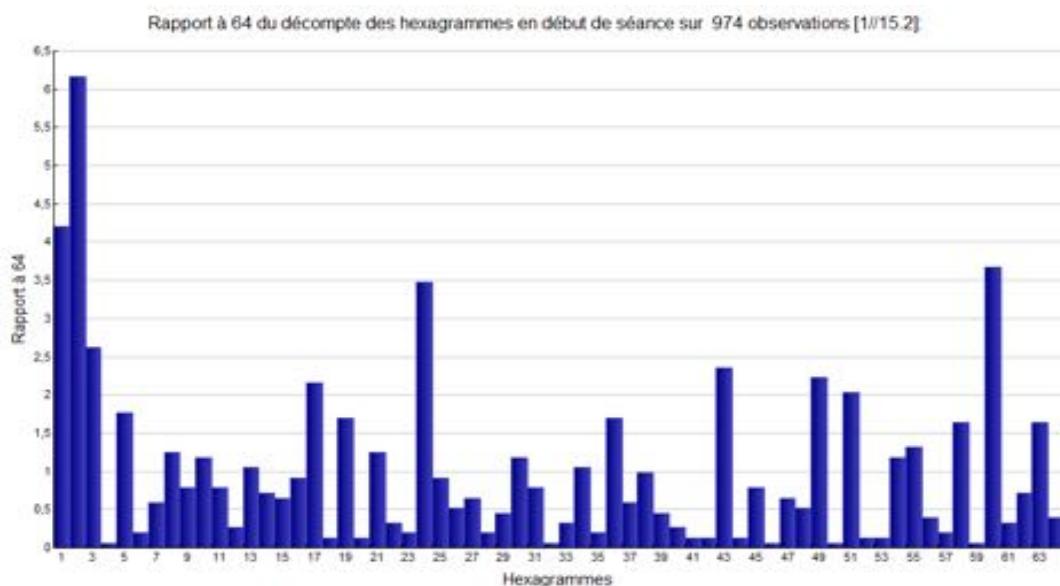
Catalogue des 64 hexagrammes :

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
☰	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱
☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷
☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
☱	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱	☲	☱
☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷	☷
☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶	☶

41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	
☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	☰	

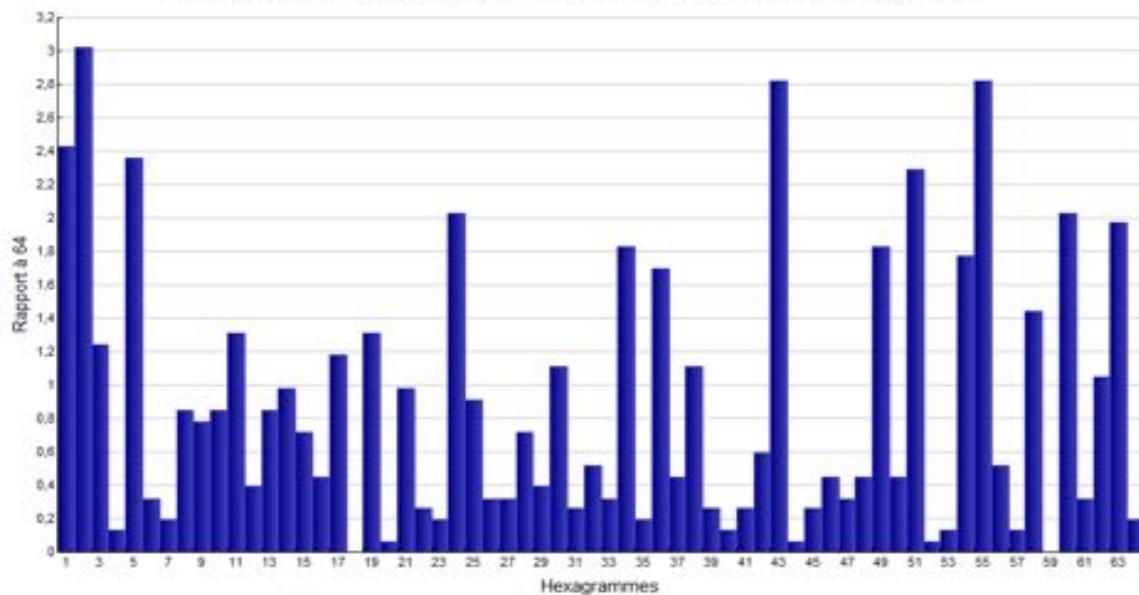
61	62	63	64
☰	☰	☰	☰
☰	☰	☰	☰

Le graphe suivant représente le décompte rapporté à 64 de chacun des 64 hexagrammes lus sur les pouls en début de séance. Le rapport de 1 correspond à 15,2 observations.



Le graphe suivant représente le décompte rapporté à 64 de chacun des 64 hexagrammes lus sur les pouls en fin de séance. Le rapport de 1 correspond à 15,2 observations.

Rapport à 64 du décompte des hexagrammes en fin de séance sur 974 observations [1/15.2].



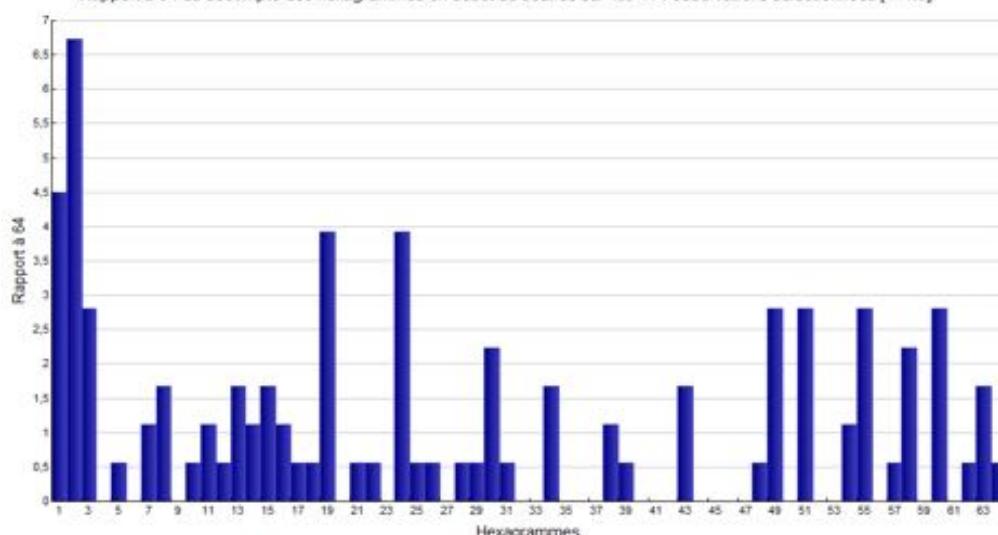
Sur les 851 observations où les hexagramme de début et de fin de séance ont été définis : la Terre a muté 326 fois, le Métal a muté 436 fois, l'Eau a muté 345 fois, le Bois a muté 373 fois, l'Air a muté 374 fois, le Feu a muté 300 fois.

L'absence de mutation de mouvement a été observée 34 fois, soit dans 4 % des observations.

- | | |
|---|------------------------|
| La mutation de 1 mouvement seul a été observée | 131 fois, soit 15.4 %. |
| La mutation de 2 mouvements simultanés a été observée | 262 fois, soit 30.8 %. |
| La mutation de 3 mouvements simultanés a été observée | 246 fois, soit 28.9 %. |
| La mutation de 4 mouvements simultanés a été observée | 133 fois, soit 15.6 %. |
| La mutation de 5 mouvements simultanés a été observée | 41 fois, soit 4.8 %. |
| La mutation de 6 mouvements simultanés a été observée | 4 fois, soit 0.5 %. |

Le graphe suivant est issu de la sélection des séances réalisées sur les patients concernées par les items suivant : « stress » ou « anxieux » ou « anxiété » ou « angoisse » ou « phobie » ou « panique ».

Rapport à 64 du décompte des hexagrammes en début de séance sur les 114 observations sélectionnées [1/1.8].



Les hexagrammes les plus représentés sont les suivants :

1	2	19	24	49	51	55	60
☰	☱	☲	☳	☶	☷	☱	☶
☷	☱	☲	☳	☶	☷	☱	☶

La population étudiée est insuffisante : le ratio au soixante-quatrième est trop bas (1,8). En considérant que le ratio minimal (pour avoir un résultat significatif) doive dépasser au moins 3, la population doit donc regrouper plus de 250 observations.

Ce résultat montre que cette lecture des pouls permet d'approcher une ambiance selon le rapport relatif des 6 mouvements à travers les pouls yin. Cette façon de concevoir l'approche sémiologique des pouls, si elle peut se montrer complémentaire, ne dédouane pas de l' analyse fine (recherche par les pouls des Ni , glaires, chaleur, stagnation de sang, ou de Qi , etc.)

Le choix du traitement peut se faire soit sur la « manipulation » de l'hexagramme, soit sur le traitement des atteintes Zang-Fu. Quelle que soit la nature du traitement punctural, l'hexagramme de début de séance mute dans plus de 95% des cas. Si il n'y a pas mutation, la séance aura eu le mérite de corriger le pouls des zang-fu.

CONCLUSION

L'évolution au fil des siècles de la définition du caractère qíng paraît 10 siècles en retard avec celle du système des 5 mouvements du Classique de l'interne et n'avait pour but que de soutenir le courant de pensée des légiste de l'époque, ceux-ci ayant pour mission de renforcer l'autorité de l'Empereur.

La première définition fait référence au YinQi : les pulsions qui viennent de l'intérieur La sérénité trouve son obtention d'abord dans l'« aplatissement » de ces pulsions en harmonisant les zang, et en facilitant la circulation dans les méridiens.

Les champs sémantiques chinois et français ne se superposent pas. Le chinois tend à apporter des nuances dans le mécanisme du ressenti, le français dans son état.

La recherche d'un état de sérénité pour le patient, qui se traduit le plus souvent par la levée d'angoisses, a cherché à renforcer et valoriser la place du Maître du Cœur.

La revue des points du méridien du Messager du Cœur conforte l'idée d'un possible 6ème mouvement qui lui est associé, et qui ouvre la porte à une nouvelle approche de l'interrelation entre les 6 mouvements, et qui impose la conception d'un yin matériel géré par un système dont le nombre lui est rattaché (symbolique du 6) et dynamisé par un yang (qui pourrait être la

lumière solaire), tel une toupie dont la stabilité est assurée par une force qui lui est extérieure.

Ce 6ème mouvement permet en outre la mise en œuvre de 12 points nouveaux, situés sur chacun des 12 méridiens principaux, entre les points « bois » et les points « feu ». Il permet aussi de réaliser un pont avec le livre des changements qui permet alors de sentir l'ambiance qui a animé le patient avant la séance d'acupuncture et qui s'offre à lui après la séance.

La mise en œuvre dans la pratique de ce 6ème mouvement va demander du temps. Celui-ci permettra de conforter ou de contredire cette hypothèse de travail : si les émotions naissent du yin, l'harmonisation du yin va autoriser l'installation de la sérénité qui peut alors ouvrir la porte à l'élevation de l'âme.

Le chemin qui mène de l'émotion à la sérénité n'est pas encore de tout repos ...

BIBLIOGRAPHIE

- « Le canon des caractères » 康熙字典 KāngxīZìdiǎn.
- « Classique ordonné de l'acupuncture » HuangFuMi ZhenJiuJiaYiJing , traduction par Constantin MILSKY et Gilles ANDRES. Guy Tredaniel. 2004 ; ISBN 2-84445-551-4.
- LAFONT Jean-Louis. Émergence, origine et évolution de l'acupuncture dans le classique de l'interne. Satas. 2001 ; ISBN 2-87293-067-1.
- Soulié de Morant : Traité d'acupuncture.
- WANG Ju-Yi, ROBERTSON Jason D. : La Théorie des Méridiens et ses Applications en Médecine Chinoise. Satas, 2012 ; ISBN 978-2-87293-133-0

Textes chinois des classiques, téléchargés sur internet sur les liens suivants :

- SuWen http://www.quanxue.cn/ct_zhongyi/SuWenIndex.html
- LingShu http://www.quanxue.cn/ct_zhongyi/LingShuIndex.html
- DaCheng <http://www.zysj.com.cn/lilunshuji/zhenjiudacheng/index.html>

Dictionnaire ShuoWen « Caractères distinctifs du parler et de l'écrit » 说文解字 ShuōWénJiěZì accessible sur internet sur le lien suivant : www.Shuowen.org



CONFERENCES

Vendredi :

9 h – 9 h 45 : **ALEDO K.** : Les émotions au centre de la Terre
9 h 45 – 10 h 30 : **DARDALHON B.** : Sémantique de la Colère

11 h – 11 h 45 : **ROQUERE H.** : Emotions et fécondité
11 h 45 – 12 h 30 : **CHABRE V.** : La Tristesse

14 h 30 – 15 h 15 : **VERDOUX B.** : La langue des émotions
15 h 15 – 16 h : **DOYER M., DESESQUELLES S.** : La peur « *kong* » après une mort fœtale in utero : accompagnement par la sage-femme acupuncteur

16 h 30 – 17 h 15 : **GIRAUD J.P.** : Abord pratique de points en relation avec les émotions
17 h 15 – 18 h : **FRACHON L.** : Bonnard, peintre de la Joie

Samedi :

9 h - 9 h 45 : **AUSSEDAUT E.** : Le méridien de Vessie et le Singe
9 h 45 – 10 h 30 : **LAFONT J.L.** : Régulation des émotions

11 h – 11 h 45 : **BARRUCAND S.** : Dynamique énergétique du couple
11 h 45 – 12 h 30 : **COJAN P.** : De l’émotion à la sérénité

