

JILL BLAKEWAY

LES
POUVOIRS
DE
L'ÉNERGIE

Guérir grâce aux médecines énergétiques

ACUPUNCTURE
MÉDECINE
TRADITIONNELLE
CHINOISE
MÉDITATION
ETC.

L E D U C . S
P R A T I Q U E

Qu'est-ce que la médecine énergétique ?
Quels sont ses pouvoirs de guérison ?
Pourquoi et comment ça fonctionne ?

Voici le récit du périple mondial entrepris par l'une des praticiennes en médecine chinoise les plus renommées pour mieux comprendre, appliquer et expliquer la puissante force de guérison des médecines énergétiques. De sa propre clinique aux cercles universitaires, elle nous emmène à la rencontre de guérisseurs de haut vol, de chercheurs et de praticiens, d'un maître Qi Gong, en passant par une équipe de scientifiques... Sa conviction? Nous pouvons tous bénéficier des pouvoirs de l'énergie, notamment grâce aux exercices pratiques qu'elle nous propose pour développer nos propres capacités de guérison.

*« [...] Loin d'être un traité mystique,
ce livre est une véritable enquête scientifique
dans les arcanes d'une énergie présente en chacun
de nous et qui nous relie aux autres. »*

– Uma Thurman

Acupunctrice et herboriste clinicienne certifiée, **Jill Blakeway** est connue pour sa manière intuitive de pratiquer la médecine chinoise et sa capacité à associer cette discipline ancestrale à la biomédecine moderne. Elle a déjà publié deux best-sellers aux États-Unis et parcourt le monde pour parler des pouvoirs de notre énergie.

ISBN : 979-10-285-1938-4



18 euros
Prix TTC France

L E D U C . S
P R A T I Q U E

Rayon : Santé,
Développement personnel

« *Les pouvoirs de l'énergie* est un récit historique et scientifique captivant portant sur la médecine énergétique. Jill Blakeway décrit – personnellement et scientifiquement – sa condition de thérapeute douée et chevronnée. Elle nous fait part des travaux de recherche à la pointe de sa discipline et nous raconte des histoires de guérison réelles et incroyables. Cet ouvrage va nous édifier, nous inspirer et, je l'espère, nous convaincre tous de reconsidérer ce qui est du domaine du possible en matière de santé. »

Dr Christiane Northrup, auteure à succès
du *New York Times* de *Women's Bodies, Women's Wisdom*

« Dans *Les pouvoirs de l'énergie*, Jill Blakeway transmet non seulement son savoir considérable, mais également son histoire personnelle, prenant le lecteur par la main afin d'explorer avec lui la science et la pratique de la guérison énergétique. Aussi divertissant que rigoureux, ce livre éduque et éclaire. »

Dr Frank Lipman, auteur à succès
de *The New Health Rules* et de *How to be Well*

« Jill Blakeway explique habilement le rôle vital de l'énergie chez tous les êtres vivants, et nous montre comment elle influe mentalement et physiquement sur notre santé et nous relie à l'autre. Un contenu fascinant de la part de l'une des toutes meilleures praticiennes de médecine énergétique des États-Unis. »

Dr Mark Hyman,
auteur à succès de *Mangez gras, maigrissez*

« En tant que patiente ayant eu le bonheur de voir à l'œuvre l'incroyable énergie de Jill Blakeway, je peux témoigner de son talent de thérapeute. Dans *Les pouvoirs de l'énergie*, elle valide ce que nous savons d'instinct être vrai – que le corps a la faculté de se réparer – et offre aux lecteurs les outils pour comprendre et accéder à cette énergie subtile présente en nous. Loin d'être un traité mystique, ce livre est une véritable enquête scientifique dans les arcanes d'une énergie présente en chacun de nous et qui nous relie aux autres. »

Uma Thurman

LES POUVOIRS DE L'ÉNERGIE

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !



« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Édition : Élodie Ther
Relecture : Marie-Laure Deveau
Maquette : Patrick Leleux PAO
Photo de couverture : Shutterstock
Design de couverture : Antartik

Édition originale :
Copyright © 2019 by Jill Blakeway
HarperCollins, New York

Édition française :
Translation © 2020 by Christophe Billon

© 2020 Leduc.s Éditions
10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon
75015 Paris - France

ISBN : 979-10-285-1938-4

Jill Blakeway

LES POUVOIRS DE L'ÉNERGIE

Guérir grâce aux médecines énergétiques

Traduit de l'anglais (États-Unis)
par Christophe Billon

L E D U C . S
P R A T I Q U E

Alex Tiberi était praticien et spécialiste des soins énergétiques.

Il a été mon premier professeur et je lui dédie ce livre.

SOMMAIRE

Avant-propos	11
Introduction	13
1. Au bout de mes doigts	21
2. La science de la connexion	53
3. Qu'est-ce que Dieu a à voir là-dedans ?	85
4. En labo	113
5. Faire bouger les choses	137
6. Imposition des mains	165
7. Les mystiques sont parmi nous	199
8. Qu'y a-t-il dans un placebo ?	217
9. Se guérir soi-même	235
10. Que la lumière soit	255
Remerciements	269
À propos de l'auteure	273
Index	275

AVANT-PROPOS

La première étude complète du domaine révolutionnaire de la médecine énergétique et de son mode d'utilisation pour diagnostiquer et soigner des maladies, de la part de l'une des plus éminentes praticiennes de la médecine traditionnelle chinoise au monde.

Aujourd'hui, nous sommes de plus en plus nombreux à découvrir les pouvoirs curatifs de la médecine énergétique. Des études scientifiques continuent de confirmer sa validité, et les médecins prescrivent de plus en plus à leurs patients des traitements tels que l'acupuncture. Mais même ceux en ayant déjà bénéficié se posent la question suivante : qu'est-ce précisément que la médecine énergétique et comment fonctionne-t-elle ?

L'acupunctrice et spécialiste de la médecine traditionnelle chinoise (MTC) Jill Blakeway soigne des patients depuis plus de vingt-cinq ans. Pour Jill, le terme « médecine énergétique » fait référence au large éventail de protocoles utilisés pour diagnostiquer et soigner des maladies en agissant sur l'énergie – la force vive que l'on appelle *qi* en MTC – qui vibre dans les cellules de notre corps. Mais même cette praticienne expérimentée avoue ne

LES POUVOIRS DE L'ÉNERGIE

pas vraiment comprendre comment certains de ses patients guérissent grâce à ses soins et elle affiche un scepticisme sain envers ses capacités et celles de ses pairs.

Dans *Les pouvoirs de l'énergie*, Jill nous invite à son périple mondial pour mieux comprendre, appliquer et expliquer cette puissante force de guérison. Passant de sa propre clinique aux cercles universitaires, elle s'adresse à des guérisseurs de haut vol, à des chercheurs et à des praticiens – des professeurs de Stanford et Princeton recherchant les éléments physiques qui figurent derrière la médecine énergétique et la guérison, à un maître Qi Gong qui fait apparaître des herbes dans sa main, en passant par une équipe de scientifiques sceptiques qui utilise l'imposition des mains pour guérir des souris d'un cancer mammaire. Elle raconte également comment elle a découvert la médecine énergétique et est devenue l'une des praticienne les plus demandées au monde.

Ce récit vivant, divertissant et instructif est délivré par la voix amusante, touchante et bien ancrée dans la réalité de Jill. *Les pouvoirs de l'énergie* fait le lien entre science et spiritualité, et nous gratifie d'un propos convaincant et étayé par des preuves, qui met en avant cette très ancienne pratique.

Le Dr Jill Blakeway est la fondatrice de The Yinova Center et l'auteure des ouvrages à succès *MAKING BABIES: A Proven 3-Month Program for Maximum Fertility* et *SEX AGAIN: Recharging Your Libido*. Elle est intervenue dans des émissions et médias comme *The Dr. Oz Show*, *CNN*, *The Early Show*, *Good Morning America*, *NBC News*, *ABC News*, *The New York Times*, *Elle* et *Martha Stewart Living*.

INTRODUCTION

Dans les années 1840, la fièvre puerpérale, infection de l'utérus d'origine bactérienne survenant après l'accouchement, a investi l'une des deux maternités de l'hôpital général de Vienne, en Autriche. Dans la première clinique, le taux de mortalité des femmes venues accoucher était de 10 %, tandis que dans l'autre, il était inférieur à 4 %. Les deux établissements accueillait les patientes alternativement, un jour sur deux. Lorsque les femmes apprenaient qu'elles allaient commencer le travail un jour où c'était le tour de la clinique atteinte par la fièvre puerpérale d'accueillir les futures mamans, elles tombaient souvent à genoux, implorant le ciel de ne pas y être admises. Certaines allaient jusqu'à se dérober suffisamment longtemps de manière à accoucher dehors. Ces femmes qui accouchaient dans la rue avaient toujours droit aux allocations même si elles n'étaient pas admises en clinique. Et, comme on l'a découvert par la suite, elles contractaient rarement la fièvre puerpérale qui faisait rage à l'intérieur.

Ignaz Semmelweis, médecin hongrois qui venait de prendre son poste dans la première clinique, s'est demandé ce qui protégeait ces femmes d'une infection aussi contagieuse. Après tout, les deux

cliniques employaient pratiquement toutes les mêmes techniques. Seule différence : des étudiants en médecine travaillaient dans la première clinique, tandis que des sages-femmes œuvraient dans la seconde. Après avoir méticuleusement procédé par élimination, Semmelweis est parvenu à la conclusion que lui et les étudiants en médecine avaient sur les mains des « particules de cadavres », alors que les sages-femmes, qui ne pratiquaient pas d'autopsies et n'avaient aucun contact avec des cadavres, étaient à l'abri de telles contaminations. Les femmes accouchant dans la rue étaient quant à elles parvenues à éviter l'infection, car elles ne bénéficiaient d'aucun suivi médical pendant l'accouchement.

Semmelweis a par la suite ordonné que les médecins de la première clinique se lavent les mains à l'eau de chaux après avoir pratiqué une autopsie et avant d'examiner les patientes. Après la mise en place de cette procédure, le taux de mortalité a connu une baisse stupéfiante de 90 %. Semmelweis a ensuite donné l'ordre aux sages-femmes de la seconde clinique d'en faire autant, puis de frotter leurs instruments à l'aide d'une solution chlorée. Là encore, cette mesure a fait baisser de manière spectaculaire le taux de mortalité au sein de l'hôpital.

Bien que la théorie et la pratique de Semmelweis aient indéniablement permis de sauver des vies, ses collègues, s'accrochant à des croyances bien ancrées, ont refusé d'admettre que ces résultats n'étaient pas le fruit du hasard. Après tout, ils ne pouvaient pas voir la cause de la mort : une bactérie microscopique. Et surtout, les données de Semmelweis ne correspondaient pas à leur perception des principes de fonctionnement du corps. La théorie mettant en cause les germes n'avait pas encore été acceptée à Vienne. À l'époque, les maladies étaient attribuées à tout un

INTRODUCTION

éventail de causes non liées. Ses collègues le tournaient en ridicule et ont fini par arrêter de suivre ses directives. Peu de temps après, Semmelweis a perdu son emploi et il a passé le restant de sa vie à lutter contre la communauté médicale sur le thème de la propreté et de la stérilisation. Ce penseur novateur a été admis dans un hôpital psychiatrique à l'âge de 47 ans, où il est mort d'une septicémie.

Les fondements de la médecine énergétique sont tout aussi anciens. En Égypte, on a découvert sur le papyrus d'Ebers, l'un des plus vieux documents médicaux préservés, daté de 1550 avant J.-C., une description de l'imposition des mains pour soulager les douleurs. Pythagore, le philosophe et médecin grec, considérait que son principal métier était de soigner et que le *pneuma*, qui se traduit littéralement par le mot « souffle », était l'esprit. Dans l'ayurvéda, système de santé développé il y a des milliers d'années en Inde, la force vitale est désignée sous le nom de *prana*. Dans les systèmes de croyances judéo-chrétiens, on parle de « souffle de vie ». Et dans la médecine traditionnelle chinoise (MTC), que je pratique depuis vingt ans, la force vive qui joue un rôle essentiel dans le maintien et le recouvrement de la santé s'appelle le *qi*. Ainsi, la spiritualité, la philosophie et la science étaient autrefois imbriquées, représentant une partie essentielle de notre histoire. Or, depuis cette époque, nous avons considérablement dévié de cette notion. Je me demande souvent si, un jour, nous repenserons aux soins énergétiques en secouant la tête, incrédules, comme nous le faisons en découvrant l'histoire de Semmelweis, et en nous demandant pourquoi nous nous sommes opposés à une approche qui offrait des bienfaits mais ne collait pas à notre modèle médical.

Cependant, je dois bien le reconnaître : j'ai moi-même mis du temps à changer d'avis. Ma carrière a débuté avec cette envie d'aider les autres. C'était aussi vaste et naïf que ça. Mais lorsque ma pratique a pris forme – après avoir étudié la médecine de l'Asie de l'Est en troisième cycle d'université, j'ai pratiqué l'acupuncture en unité de soins palliatifs avant d'ouvrir mon cabinet à New York –, j'ai fini par percevoir la nature profondément entremêlée du phénomène de guérison.

Dès le début, dans mon activité d'acupunctrice, la façon dont mes patients se portaient bien grâce à mes soins m'a intriguée et donné une leçon d'humilité. Si cela a renforcé ma foi en cette pratique très ancienne – disposer de fines aiguilles pour influencer sur le flux énergétique à l'intérieur de l'organisme – offrant des résultats d'une réelle efficacité, cela a soulevé également un certain nombre de questions surprenantes. Principalement : pourquoi cette manipulation de l'énergie était-elle si bénéfique ? Est-ce que je faisais simplement office de placebo ? Ou est-ce que je jouais un peu le rôle de vecteur de cette énergie que je sentais parfois curieusement me traverser lorsque j'exerçais ?

La philosophie chinoise pose comme postulat que l'énergie vitale, appelée *qi*, entoure et parcourt notre corps afin de soutenir la vie. Elle renferme l'intelligence innée du corps, cette façon intangible mais mesurable de maintenir ce qui est connu sous le nom d'« homéostasie » ou capacité du corps à réguler son environnement interne pour favoriser la bonne santé. Mais le *qi* fait également partie d'un schéma plus vaste, un champ énergétique supérieur, qui nous relie tous.

Avec l'expérience, j'ai eu le sentiment qu'un élément invisible influait sur ce qui se produisait – sentiment qui se rapproche

INTRODUCTION

peut-être un peu de l'intuition que le Dr Semmelweis avait eue au sein de sa clinique. Je soupçonnais les aiguilles et les plantes (que je prescrivis en complément de l'acupuncture) de n'être qu'une partie de ce qui soulageait mes patients. Et, de plus en plus, j'éprouvais une sensation indéniable lors des séances. Physiquement, c'était comme si quelqu'un versait un soda tonique le long de ma colonne vertébrale. Mentalement, c'était le sentiment marqué de puiser de l'énergie de l'extérieur, que je transmettais ensuite à mes patients.

Cette notion me captivait, mais me faisait également peur, me rendait impatiente et prudente vis-à-vis de sa validité. J'étais consciente mais en même temps gênée par ce champ énergétique aux vertus curatives, craignant que cela verse dans le charlatanisme. Bien que les praticiens de MTC comme moi doivent être certifiés pour exercer et respecter des normes médicales et déontologiques précises, il n'existe pas de normes pour la plupart des autres disciplines impliquant une intervention sur les énergies. Cela en fait un environnement difficile à explorer, avec des confrères et consœurs qui n'ont qu'à mettre une enseigne et demander à leurs clients de croire à ce qu'ils font. La dernière chose que je souhaitais donner aux autres – et à moi-même –, c'étaient de faux espoirs. Je ne veux pas faire de promesses que je ne pourrais pas tenir ou ne pas répondre aux attentes. Je dois également préciser que j'ai toujours eu pour principe de conseiller à mes patients (et dans certains cas d'exiger) de consulter des médecins qualifiés en parallèle à mes traitements. Mais j'avais également extrêmement envie d'explorer plus avant cette médecine très ancienne qui cherche à unir les dimensions physique et énergétique, et de la cerner par rapport aux univers actuels de la science, de la spiritualité et de la philosophie.

Étant une personne méthodique et pragmatique, je ne pouvais me contenter d'accepter qu'un mélange énigmatique d'aiguilles et de champs énergétiques invisibles rende si bien service à mes patients. Je souhaitais savoir *pourquoi* il en était ainsi. J'ai donc sollicité tout un éventail de spécialistes dynamiques qui s'y connaissaient – praticiens, universitaires, médecins, scientifiques et chercheurs à la pointe de la médecine énergétique – et j'ai découvert qu'ils se basaient tous sur des théories extrêmement similaires qui se recoupaient, ce qui était très rassurant.

Le présent ouvrage fait des allers-retours entre la dimension scientifique et la dimension mystique. C'est à la fois un projet profondément personnel et une enquête professionnelle. À mes yeux, il est tout aussi important de porter un regard déterminé sur ce que je vis en tant que praticienne que d'évaluer les changements qui surviennent grâce aux interventions sur les champs énergétiques et de les valider à l'aide de travaux de recherche reposant sur des faits probants.

Ainsi, ces dernières années, j'ai étudié les travaux de Robert Jahn, ancien doyen de l'ingénierie à l'université de Princeton et cofondateur du laboratoire Princeton Engineering Anomalies Research (PEAR), lequel a développé son propre programme expérimental de recherche sur la conscience collective et les effets de celle-ci sur chacun de nous. J'ai été conseillée sur la spiritualité et la guérison par Neale Donald Walsch, auteur à succès des ouvrages *Conversations avec Dieu*. Au Japon, j'ai rendu visite au praticien Hiroyuki Abe, qui intervient sur les points d'acupuncture sans se servir d'aiguilles. J'ai demandé à un psychophysiologiste de mesurer ce qui se passe dans mon corps lorsque je traite un patient, publié des travaux sur la médecine énergétique dans le *Journal of Alternative and*

INTRODUCTION

Complementary Medicine et consulté un médecin britannique ayant un point de vue intéressant sur le fonctionnement des méridiens d'acupuncture. J'ai également passé du temps avec le Dr William Bengston, auteur de *The Energy Cure: Unraveling the Mystery of Hands-On Healing*, qui est à la fois praticien et scientifique. Le Dr Bengston a formé une équipe de collègues sceptiques quant à l'efficacité des traitements par imposition des mains pour des souris de laboratoire ayant subi des injections de solutions provoquant un cancer mammaire. Résultat ? Le Dr Bengston et son équipe ont réussi à soigner systématiquement ces souris.

Ce livre raconte ce que j'ai appris sur les moyens les plus fiables et impressionnants d'exploiter l'énergie de guérison, et nous apprend que nous pouvons tous faire en sorte que cette force impressionnante porte ses fruits sur nous. J'espère que vous, lecteurs, sortirez de la lecture de ce livre armés d'une bonne compréhension de l'énergie de guérison, que vous lui ferez confiance et que cela vous incitera à explorer vos propres besoins à l'aide des informations glanées ici. Et, dans la mesure où je suis persuadée que tout le monde a la faculté innée d'exploiter l'énergie de guérison qu'il a en lui et qui existe dans le monde extérieur, vous trouverez tout au long de cet ouvrage des exercices pour vous aider à vous servir de vos propres capacités.

Si la médecine chinoise reste mon socle et domaine de prédilection, mon travail est aujourd'hui très différent de ce que je faisais au début de ma carrière – c'est le fruit de diverses disciplines liées à de nombreux systèmes de croyances et cultures. Et, comme je l'avais espéré, mes patients ne s'en portent que mieux. Cependant, cette quête m'a permis, de manière plus inattendue, d'être convaincue de manière indéfectible que l'inexplicable, ce brin de mystère qui restera toujours irrésolu, peut être mis au service de nos besoins.

1

AU BOUT DE MES DOIGTS

La première patiente que j'ai prise en charge toute seule en acupuncture est une femme qui s'était brisé les deux jambes. Elle avait visité une caserne de pompiers avec un groupe et on l'avait encouragée, imprudemment donc, à descendre le long de la perche de feu. Lorsque j'ai fait sa connaissance – un an après son accident –, elle marchait toujours avec des béquilles.

J'entamais tout juste la troisième et avant-dernière année de mon master en acupuncture et médecine chinoise, à San Diego, en Californie, bien loin de ma Grande-Bretagne natale. Avant de prendre en charge cette femme, j'avais uniquement pratiqué l'acupuncture sur un patient en tant qu'assistante d'un étudiant plus chevronné. Et, avant cela, je m'étais exercée à piquer mes aiguilles sur des sacs de riz en tissu. C'était mon premier jour en tant qu'acupunctrice et herboriste au sein de la clinique de l'école et, si un superviseur était à mes côtés, il surveillait également un

certain nombre d'étudiants pratiquant tous, eux aussi, l'acupuncture pour la première fois en solo.

Dans la salle de soins, la femme m'a regardée d'un air révélant une certaine attente et m'a tendu les radios prescrites par son médecin. Je les ai tenues à la lumière, en essayant de *paraître* confiante alors que j'essayais de déchiffrer ce que je voyais. À cet instant, mon superviseur a passé la tête dans l'encadrement de la porte pour voir ce que je faisais. Il a traversé la pièce à grandes enjambées et a remis à l'endroit la radio que je tenais à l'envers, avant de me dire calmement : « Fais simplement un traitement de base. »

Je m'y suis mise immédiatement. J'ai demandé à la femme d'enfiler une blouse et de s'allonger sur la petite table. Une fois celle-ci installée, j'ai consciencieusement placé les aiguilles sur des points d'acupuncture élémentaires afin de traiter ses douleurs. La femme est restée immobile et silencieuse tout du long. Honnêtement, j'ignorais complètement si ce que je faisais produisait le moindre effet. Cette séance m'a paru quelconque – à ma grande déception – jusqu'à son terme. Ce qui s'est produit ensuite vous paraîtra trop beau pour être vrai, mais un peu de patience : la morale de cette histoire, c'est qu'il est facile de considérer comme miraculeux des rétablissements que nous ne comprenons pas, alors qu'ils échappent en fait simplement à notre compréhension.

Après avoir ôté la dernière aiguille et murmuré « Merci » pour indiquer que les soins étaient terminés, la femme a ouvert les yeux et dit : « C'était incroyable comme sensation ! » Elle s'est redressée et a déclaré : « Je vais essayer de marcher sans mes béquilles. » Et elle a réussi. Elle a fait lentement le tour de la pièce. J'avais l'impression qu'on était dans un show télévisé, tout ça paraissait

irréel. Un instant, je me suis demandé si ce n'était pas une sorte de test ou de farce réservée par les professeurs à tous les étudiants lors de leur première consultation.

Mais cette femme entrée en clopinant une heure plus tôt est ressortie nonchalamment du cabinet. Elle avait même oublié ses béquilles, restées contre le mur. Je suis allée jusqu'au parking pour les lui rapporter, alors qu'elle s'apprêtait à monter dans sa voiture. Lorsque je l'ai rattrapée, elle m'a remerciée brièvement. Je suppose que c'est le résultat qu'elle attendait d'une séance d'acupuncture. Je lui ai tendu ses béquilles, encore déboussolée, et l'ai remerciée à mon tour.

« Mais que diable as-tu fait ? » m'a demandé mon superviseur à mon retour. Je n'en avais aucune idée. Mais il m'a immédiatement paru évident, aussi tentant que cela puisse être, que je ne pouvais m'attribuer le mérite de ce qui venait de se produire. Tout d'abord, je n'étais pas certaine que l'envie soudaine de marcher de cette patiente, bien que spectaculaire, était si miraculeuse que ça. Après avoir passé une année avec des béquilles, il fallait bien que vienne le moment où elle aurait suffisamment confiance en elle pour s'en débarrasser. L'acupuncture l'avait peut-être assez soulagée pour qu'elle ait le sentiment que le moment était venu de faire une tentative. Il était également possible que j'aie joué le rôle de placebo en lui offrant l'assurance psychologique nécessaire pour se mettre debout.

Quoi qu'il en soit, cette expérience s'est avérée essentielle, car elle m'a permis de constater que les gens peuvent guérir de manière stupéfiante. Et j'ai senti pour la première fois qu'il était extrêmement gratifiant de guider les gens vers une santé meilleure – même si je ne suis pas tout à fait certaine de la *façon* dont cette

guérison s'est concrétisée. Quand je contribuais à la diminution de la souffrance vécue par mes patients, cela donnait non seulement un sens à ce que je faisais, mais je sentais aussi que le destin était de la partie, aussi grandiloquent que cela puisse paraître. J'ai su ce jour-là que c'était ce que je voulais faire. Cette femme aux deux jambes brisées et sa réaction saisissante au traitement – que ce soit la conséquence de l'acupuncture, de l'effet placebo, d'une énergie plus large ou, comme je le crois aujourd'hui, de la combinaison de ces trois facteurs – m'ont ouvert la voie. J'ai commencé à comprendre avec plus de nuances et de profondeur que la guérison n'a rien de magique, et qu'il s'agit plutôt d'une interaction complexe entre des circonstances, des compétences et le champ énergétique du corps que les Chinois ont baptisé *qi*.

• • •

Les Chinois n'ont pas été les seuls à identifier une force vive jouant un rôle essentiel dans le maintien et le recouvrement de la santé. En fait, la plupart des grandes traditions culturelles ont repéré une énergie vitale régissant les processus physique et mental, et fournissent à tous les êtres humains un plan pour garantir santé et abondance.

Ces traditions très anciennes ont plus généralement observé que la vie comprend deux aspects : la matière et l'énergie. Elles ont considéré le corps comme de la matière et repéré que sa force vitale – baptisée *pneuma*, *prana* ou *souffle* – était l'énergie.

Bien entendu, les philosophes et scientifiques occidentaux ne sont pas étrangers à la quête de compréhension de ce qui nous rend vivants. Le philosophe grec Aristote a inventé le terme *énérgéia*

(« énergie », en grec), qui n'est pas directement traduisible en français. Aristote a lui-même eu du mal à définir ce qu'il entendait par ce terme, car il l'employait pour faire passer tout un éventail d'idées, dont l'une est liée à l'intention, au désir d'exprimer les décisions de l'esprit. Au XVII^e siècle, le terme anglais *energy* a été employé pour faire référence à la « puissance » et, au XIX^e siècle, ce terme a pris un sens plus scientifique pour désigner une propriété qui doit être transférée à un objet pour produire un effort ou générer de la chaleur. En 1905, Albert Einstein a proposé un nouveau moyen de perception de la relation entre l'énergie et la matière dans un article renfermant la célèbre équation $E = MC^2$ – E correspondant bien entendu à l'énergie, M étant la masse (qui permet de mesurer la matière) et C^2 , du latin *celeritas*, qui signifie « rapidité », faisant référence à la vitesse de la lumière.

Avant cela, des scientifiques avaient considéré que l'énergie était une propriété de la matière, mais la théorie d'Einstein faisait état d'une corrélation entre la matière et l'énergie. Elle signalait en outre que, parce qu'elle avait une masse, la matière possédait une quantité d'énergie intrinsèque. Les rares fois où la matière est totalement convertie en énergie, l'équation d'Einstein permet de calculer la quantité d'énergie produite.

Le principe de transformation de la matière en énergie peut paraître ésotérique, mais nous le connaissons tous. C'est ce qui se produit lorsque nous brûlons du bois pour créer de la chaleur. Il a conduit à l'invention de la bombe atomique. Mais l'inverse est-il vrai ? La matière est-elle simplement de l'énergie condensée ? C'est ce que suggère le big bang. Selon cette théorie, l'univers est né grâce à la conversion de l'énergie en matière. Mais c'est très difficile à prouver de manière pratique à l'aide du C^2 de l'équation