

FIN DU CHAPITRE I

"DE L'ENERGIE ORIGINELLE ET PURE DANS
LA HAUTE ANTIQUITE"

(SHĀNG GŪ TIĀN ZHĒN LŪN)

上古天真論

DU LIVRE PREMIER

Les Reins gouvernent l'eau et emmagasinent l'essence des 5 organes pleins et des 6 organes creux (39). C'est pourquoi les 5 organes-Réserves, peuvent alimenter et nourrir l'organisme (40). Maintenant que les 5 organes Réserves périclitent, les muscles et les os s'affaiblissent (41) et le sperme se tarit. C'est pourquoi les cheveux blanchissent, le corps s'alourdit, la démarche n'est plus droite et l'homme ne peut plus avoir d'enfant (42).

L'Empereur :

"Il existe des gens âgés et qui ont quand même des enfants. Quelles en est la cause ?"

Q.B. :

"Ces gens profitent en naissant d'une énergie originelle et rénale relativement plus forte que la normale (43), d'un bon fonctionnement des réseaux énergétiques et sanguins, ce qui leur permet de procréer. Mais leurs enfants ne peuvent vivre au-delà de 8 fois 8ans, si ce sont des garçons, ni au-delà de 7 fois 7 ans, dans le cas des filles. A ce moment, les essences du Ciel et de la Terre sont toutes deux épuisées".

Notes et Commentaires : (39) ZĀNG 脏 : organes, viscères pleins et de nature YIN. Le mot ZĀNG signifie "Réserve", "organes Réserves". Ils sont au nombre de 5 : Coeur, Foie, Rate, Poumons, Reins.
FŪ 腑 : organes de nature Yang, ce sont des viscères creux. Le mot FŪ 腑 signifie le "transport", d'après la traduction française de l'Académie de Médecine traditionnelle chinoise, in "Précis d'Acupuncture chinoise", page 36 en note. Ils sont au nombre de 6 : Gros Intestin, Intestin Grêle, Vésicule Biliaire, Vessie, Estomac et les "SAN JIAO" (SAN veut dire Trois ; les SAN JIAO signifient les 3 parties supérieure, moyenne et inférieure du coelome. Ce n'est pas un organe réel mais une commande des fonctions). cf. : "Précis d'Acupuncture chinoise" page 37 en note. Les médecins français ont traduit ZĀNG organes-trésor et FŪ par organes-ateliers, tandis que les SAN JIAO 三焦 sont les "Trois Réchauffeurs". Notons que les Médecins chinois de l'Académie de médecine traditionnelle citent 6 organes-trésor en y ajoutant le péricarde.

(40) Les 5 organes-Réserves (ZĀNG) et les 6 organes creux (FŪ) sont pleins d'"essences" (JĪNG QĪ) qui imprègnent les Reins. Les Reins les emmagasinent. Le LĪNG SHŪ dit : "Les 5 organes-Réserves (ZĀNG) gardent les essences. En tant que réservoirs d'"essences", ils ne doivent pas être lésés. Il s'en suit que chaque organe-réserve a sa propre essence qui, selon le besoin, sera déversée aux reins. Les Reins jouent le rôle de centre de Réunion et de coordination. Ils ne sont donc pas les seuls à avoir des "essences". C'est pourquoi il est dit que les 5 organes-réserves, quand ils sont pleins, peuvent alimenter et nourrir l'organisme.

(41) JĪÈ DUO 解惰 : affaibli, mou. Autre expression ayant le même sens :
"XIÈ DUO" 懈惰

(42) Toute chose ayant force et vigueur soit vieillir, telle est la loi naturelle du Ciel.

: (43) TIĀN SHOÙ GUÒ DÙ 天寿过度 (littéralement) :
la limite de longévité naturelle est dépassé. Ici la phrase veut désigner l'Energie originelle reçue en naissant et qui, dans ce cas, dépasse la normale.

L'Empereur :

"Ceux qui suivent bien la Voie de l'Eutrophie et qui atteignent cent ans peuvent-ils procréer ?".

Q.B. :

"Ces gens qui suivent la Voie, gardent leur bonne forme physique et peuvent avoir des enfants malgré leur grand âge".

L'Empereur :

"J'ai entendu parler des "hommes parfaits" (44) de l'antiquité. Leurs actes se conforment avec l'évolution de la Nature (45). Il s'adapte parfaitement aux règles du YIN et du Yang (46). Ils respirent "l'Essence naturelle" (47) et gardent indépendant leur mental.

(44) ZHEN REN 真人 : Homme vrai, Homme parfait, celui qui a réalisé la Voie de l'Eutrophie. Vient en seconde position le ZHI REN (至人) "celui qui atteint eu degré suprême". Puis ce sont les SHENG REN (圣人) les Saints en 3è position. D'après HUAI NAN ZI (淮南子), le ZHEN REN est l'Homme dont le "mental revient au stade de la Vérité" (精神反于至真)

(45) TI QIE TIAN DI (提挈天地) : littéralement : "aider le Ciel et la Terre

(46) L'Homme parfait, le "ZHEN REN", est celui qui a pu accomplir pleinement la Voie. Son corps est invisible. Personne ne peut voir ses déplacements dans le Ciel et la Terre. C'est la preuve qu'il a parfait sa Voie. C'est pourquoi les ZHEN REN se conforment avec l'évolution de la Nature et s'adaptent parfaitement aux Règles du Yin et Yang.

(47) JING QI (精气) Ce terme est vague et désigne tantôt le Sperme, tantôt l'"Essence" de tout corps. Le Dictionnaire Médical chinois cite le 33e chapitre du NEI JING : "Le chaud est l'essence viciée, la sueur est l'essence pure". 热者, 邪气也, 汗者, 精气也 (内经: 评热病论).

Il cite aussi le 18e chapitre du LING SHU qui dit : 营卫者, 精气也. "ce qu'on appelle YING WEI, c'est l'essence pure" (). Or, dans ce même chapitre, "YING WEI SHENG HUI", on dit aussi : "L'essence des céréales (GU QI 穀气) une fois entrée dans l'organisme se divise en 2 catégories : L'essence pure s'appelle YING, l'essence trouble s'appelle WEI". D'ailleurs, le mot QI lui-même (气), de l'avis des commentateurs français, est très difficile à traduire.

Le Docteur R.F. BRIDGMAN, dans son livre "La médecine dans la Chine antique" (volume X des Mélanges chinois et bouddhiques) publié par l'Institut Belge des Hautes Etudes Chinoises. BRUXELLES 1955, page 128-129, propose lui-même 4 traductions françaises du terme QI : 气

- 1° Souffle cosmique universel
- 2° Energie vitale de l'individu
- 3° Emanation, manifestation ou impulsion d'un viscère
- 4° Air respiré.

Pierre HUARD et Maurice DURAND, dans leur article "L'AN ÔNG et la Médecine Sino-Vietnamienne" in bulletin de la Société des Etudes Indochinoises, Nouvelle Série, Tome XXVIII - N°3, 3e trimestre 1963, publié à SAIGON, n'ont pas cherché à traduire QI (en vietnamien KHÍ) en français. Le LING SHU au 75e chapitre "CI JIE ZHEN XIE" (刺節真邪篇) dit encore : "L'essence originelle (ZHEN QI 真气), nous la recevons du Ciel, et avec l'essence des 5 céréales, le corps tout entier en est imprégné (真气在所受於天, 与穀气并而充身者也.)

Les commentateurs sont d'avis à reconnaître que l'expression "respirer l'essence naturelle" désigne une technique respiratoire, la technique TU NA (吐納). D'après le HAN WU NEI CHUAN (汉武内传), cette technique consisterait à arrêter la respiration et avaler le souffle respiratoire. D'après le fameux alchimiste chinois KO HONG (281-340), auteur du traité BAO PO ZI, "celui qui a atteint ce stade, peut respirer sans l'aide de la bouche et du nez et se conduit exactement comme dans l'utérus maternel. C'est là la preuve que cet homme a parfait sa voie" (Cette technique s'appelle alors technique de "la respiration foetale" 得胎息者, 能以口鼻嘘吸, 如在胞胎之中, 则道成矣.)

C'est le fameux TAI XI des Maîtres Taoïstes. 胎息. Encore à propos du QI, P. HUARD et MING WONG, dans leur ouvrage "La Médecine Chinoise" (P.U.F.), Paris 1969, ont traduit ce mot, tantôt par souffle, tantôt par souffle-force et tantôt par souffle vital (voir pages 14, 20, 21, op.cit)

Leur musculature et leur forme physique ne changent pas (48). C'est pourquoi ils vivent aussi longtemps que le Ciel et la Terre. Leur âge est sans limite et cela grâce à leur conduite conforme à la Voie (49).

Dans la Moyenne Antiquité, il existe des hommes accomplis (50) qui, purs et généreux, suivaient avec ferveur et conviction la Voie de l'Eutropisme. C'est pourquoi dans leurs actes comme dans leur mental, partout ils se conformaient aux lois de développement et de régression du YIN et du YANG ainsi qu'aux changements dans l'évolution des 4 saisons. Ils se libèrent des ennuis du Monde terrestre. Ils emmagasinent l'Essence, et gardent le Mental. Ils voyagent entre Ciel et Terre, observent et entendent tout ce qui se passe en dehors des Huit frontières (51). C'est pourquoi ils vivent plus longtemps, gardent leur vigueur et arrivent en fin de compte au stade des "Hommes Parfaits" (ZHEN REN).

Après eux, ce sont les Saints (SHENG REN) qui savent vivre en s'adaptant aux conditions naturelles de l'environnement et en maîtrisant les lois des Huit vents (53).

En même temps, dans leur vie de tous les jours avec leurs semblables, ils savent rester sobres tout en gardant leur sérénité. Il n'est pas question pour eux d'avoir des accès de colère ou d'agressivité en réponse aux choses extérieures (54). Bien qu'ils ne se détachent pas des réalités de leur temps, ils sont modestes et ne se vantent pas de leurs actes. Dans leurs travaux, ils ne se fatiguent pas et ils ne se surmènent pas trop aussi dans leurs pensées. Restant toujours calmes et gais, ils savent se suffire et se contenter de tout. C'est ainsi, grâce à cette conduite de vie, que leurs corps ne périssent pas et que leurs esprits se conservent merveilleusement bien. Il s'en suit qu'ils peuvent vivre jusqu'à cent ans (55).

Notes : (48) L'expression JĪ RÒU RUÒ YĪ (肌肉若一) littéralement veut dire : "Les muscles et la chair sont identiques". Les commentateurs actuels sont d'avis pour admettre que chez ces "Hommes parfaits" "ZHEN REN", toute la musculature ne change pas et ne vieillit pas.

(49) Le Coeur du Parfait s'accorde à l'Energie vitale (au QĪ 氣), l'Energie vitale s'accorde au Mental, le Mental s'accorde au Néant ; c'est pourquoi le Parfait respire "l'Essence Naturelle", garde son Mental indépendant. Les muscles et sa peau sont comme de la glace et gracieux comme ceux d'une Vierge. Quand le corps physique est semblable à la Voie (le DÀO), la longévité est de même nature, c'est pourquoi cette longévité n'a pas de fin et dure aussi longtemps que le Ciel et la Terre.

(50) ZHĪ RÉN (至人) : Homme accompli, celui qui atteint la Voie (ZHĪ : 至 atteindre, arriver à...). On dit que l'Homme est accompli quand il atteint complètement la Voie. YANG SHANG SHAN (揚上善) dit : "Emmagasiner l'Essence et garder le Mental, arriver à la Vertu, c'est ce qui fait "l'Homme accompli".

(51) BĀ DÁ (八達) littéralement : Huit confins, c'est-à-dire les frontières de la Chine.

(52) SHENG RÉN (圣人) : le Saint. Se dit "Saint" celui que se conduit conformément à la Vertu du Ciel et de la Terre, à la Clarté du Soleil et de la Lune, au déroulement naturel des 4 Saisons, aux actes fastes ou néfastes des Esprits.

(53) BĀ FÈNG (八風) : Huits Vents. D'après le chapitre "Neuf Palais et Huit Vents" (九宮八風) du LING SHU. Il y a en effet Huit Espèces de Vent : 1/ Vent très faible 大弱風 - 2/ Vent malin 謀風 - 3/ Vent dur 剛風 4/ Vent brisant 折風 - 5/ Vent très dur 大剛風 - 6/ Vent mauvais 凶風 7/ Vent enfant 嬰兒風 - 8/ Vent faible 弱風. En résumé, ce sont les Vents des 8 points cardinaux. Il y a une version donnée par HUAI NAN 子.

(54) Le Saint a l'esprit tout entièrement voué à la Voie. Il sait s'adapter aux désirs d'autrui. Comme il est généreux et magnanime, il n'est jamais coléreux. Il garde constante sa Vertu et meurt de vieillesse sans dégénérer.

(55) Le Saint, bien que vivant dans le monde, se distingue par ses actes qui sont différents des autres. LAO ZĪ a dit aussi : "Moi, je suis différent des autres. Moi, je m'alimente à ma Mère nourricière". (DÀO DE JĪNG : chapitre XX) (獨異于人, 而貴求食于母).

Viennent ensuite les Sages (XIÁN RÉN (56)) qui suivent les règles de la Nature, s'harmonisent avec les révolutions du Soleil, de la Lune et des Astres, se conforment au YĪN et au YĀNG, distinguent les 4 saisons. Ainsi, ils deviennent des maîtres dans la Voie de l'Eutropisme de l'Antiquité, et peuvent vivre très longtemps jusqu'à leur extrême vieillesse.

Note : (56) Sage : XIÁN RÉN (賢人). On dit que les Sages suivent les divers cycles du Soleil et de la Lune (jour, nuit, croissant, pleine lune, premier, dernier quartier, etc...). Ils doivent suivre le cours des astres pour connaître la marche du Cosmos. De plus, ils doivent obligatoirement se conformer aux divers changements du couple YĪN-YĀNG.

Docteur NGUYEN TRAN Huan.