

BOIRE LA LIQUEUR DE VIE JUSQU'À LA DERNIÈRE GOUTTE

養生

calligraphie de Yang Sheng par Ke Wen.

par Cyrille J.-D. Javary

Lorsqu'on s'investit dans la pratique d'un art chinois, physique ou artistique, le plus délicat est parfois d'expliquer ce que l'on poursuit à ceux qui sont étrangers à la conception chinoise de la vie. Comment faire comprendre qu'une seule

premier signifie : nourrir, et le second : vivre. (voir ci-dessus) Curieux assemblage ! S'agirait-il d'une version chinoise de la découverte simpliste de Monsieur Jourdain, le Bourgeois Gentilhomme : « Il faut manger pour vivre et non vivre pour manger » ! Non,

constitue pour l'esprit chinois le bien commun à toutes les créatures vivantes. A la différence de la « vie », le « vivre » s'accommode mal d'un adjectif possessif. Dès lors, quand l'universitaire François Jullien, connaisseur réputé de la pensée philosophique chinoise, titre le récent ouvrage qu'il a consacré aux pratiques corporelles chinoises *Nourrir sa vie*, il manque son but ; à rendre l'expression Yang Sheng en bon français, il l'affadit. Pour l'esprit chinois en effet, le « vivre » est bien plus que la sensation que chacun d'entre nous a d'être vivant. Illimité, sans commencement discernable, et sans fin prévisible, le « vivre » habite la terre, s'y manifeste dans la continuité des saisons et s'y incarne l'infinie variété des « dix mille êtres ». Ce « vivre » là n'a pas grand-chose à voir avec l'immortalité. Aucun humain ne peut se l'approprier. S'il fallait le rapprocher de notions qui nous sont plus familières, ce serait cet « élan vital » dont Bergson parlait avec des mots si simples.



Crédit Illustration : Cyrille J.-D. Javary. Illus. Chen Dehong. *L'empereur et l'immortel* • textes P. Aroneanu • éd. Ipomée-Albin Michel • 1994.

idée apparie ces étranges mouvements répétés à longueu d'entraînement par le corps du pratiquant ou le pinceau du calligraphe. Et que ce principe unique tient en deux mots : Yang Sheng ?

Yang sheng, Nourrir le « vivre »

Yang sheng est une expression très courante dont le sens usuel, « se garder en bonne santé », est loin de faire contenir tout ce qu'elle recouvre. Deux idéogrammes la compose dont le

comme souvent, l'idée chinoise est à la fois plus simple et plus profonde. Le but unique vers lequel convergent tous les arts chinois, qu'ils soient corporels, culinaires, calligraphiques et artistiques, est unique, c'est l'art de vivre. Chacun y tend à sa manière, tous se résument à cette seule injonction *Yang Sheng* : nourrir le « vivre ». « Vivre » est rarement employé en français comme un nom. C'est dommage, car cet emploi inhabituel nous sort de nos schémas usuels, particulièrement en rendant moins possible l'appropriation personnelle de ce qui

Le « vivre » est bien autre chose que la vie.

Les « Etres-montagnes »

L'important pour un vrai taoïste est de s'approcher au plus près de la source de ce fonctionnement naturel de la vie qu'ils appelleront Tao, de manière à pouvoir s'y abreuver et en jouir ainsi le plus longtemps possible. Dans ce but, laissant aux confucéens le soin de s'occuper de l'art de vivre en société, ils délaissaient les villes trop bruyantes à leur goût et les plaines agricoles trop occupées aux récoltes et portaient vivre dans les régions reculées, pour y mener une vie d'ermite. Or en Chine, les régions en dehors de l'agitation du monde, ce sont les régions montagneuses. Le choix ne manque pas, elles couvrent les quatre cinquièmes du vieil Empire. Aujourd'hui encore, l'idéogramme le plus



Illustration : copyright *Le Vieux Sage et l'Enfant* par Fan Zeng • Editions Albin Michel • 2005

courant pour désigner ceux qui s'adonnaient à cette recherche est : *xian* : 仙. Il est composé de l'association du signe général des êtres humains avec celui de la montagne. Il désigne tous les grands taoïstes, à la fois les ermites qui vivent dans les montagnes et les maîtres qui ont acquis le calme et la stabilité des montagnes, et dont le cœur apaisé est devenu aussi insensible aux passions humaines que les sommets des montagnes aux nuages qui s'y écharpent.

L'invention des Immortels

Par quelle étrange méprise ces « Etres-Montagnes » allaient-ils être baptisés « Immortels » par les missionnaires bouddhistes et chrétiens ? Sans doute par simple comparatisme. Ces hardis prosélytes peinaient à imaginer un au-delà du monde usuel, naturel, autrement que surnaturel, hors du temps et de la mort. Ils ont substitué à l'idée chinoise leurs conceptions d'origine. Malheureusement la méprise dure encore car elle est aujourd'hui relayée par les dictionnaires chinois eux-mêmes. Toutes les grandes figures du panthéon taoïste, par exemple ces huit qui ont traversé la mer en direction des îles Penglai, tous les objets qui les évoquent : la pêche de longue vie, la pilule et l'élixir magiques, les grues qu'ils chevau-

chent, s'y voient qualifiées par l'attribut d'immortel, alors qu'en chinois, c'est toujours l'idéogramme *xian* qui les qualifie.

« Epuiser son lot de vie, c'est cela mourir sans périr ».

Vivre avant tout

Paysans depuis si longtemps, les Chinois savent très bien que tout ce qui sort de terre un jour y retourne. Plantes, humains, clans, villes, civilisations, les dix mille formes du « vivre » se plient à cette loi. Penser pouvoir échapper à la mort est un rêve commun aux Indo-Européens prenant la forme de l'extinction du cycle des réincarnations dans la conception bouddhiste du Nirvana et celle de la vie éternelle dans les Paradis des différents monothéismes. Le « mandat de vie » que tous reçoivent à la naissance, chacun a la liberté, soit de l'abrèger en gaspillant à tous vents ce capital énergétique, soit de l'épuiser, c'est-à-dire d'en jouir jusqu'à son terme au moyen d'une saine gestion, soit mieux encore de l'allonger le plus possible en nourrissant par des exercices appropriés ce vivre qui s'est installé dans notre corps. Voilà ce que les « hommes-montagnes » appellent devenir un « être authentique », ce nom que les taoïstes chinois donnaient aux meilleurs d'entre eux.

Vivre le plus possible

A ceux-ci, peu leur importe l'immor-

Les légendes fourniront aux « Etres-montagnes » une monture capable de franchir les monts et les mers, la grue.

talité hors du monde des religions indo-européennes, ce qu'ils recherchent, c'est *cháng shòu* : la longue (*chang*) vie des arbres et des montagnes, l'éternité qui refléurit chaque année. L'idéogramme *shou* : 寿[壽] que l'on peut valablement traduire par « longévité » dit tout cela.

Dans les formes les plus anciennes de ce caractère complexe, on discernait le signe d'un être humain aux longs cheveux blancs s'appuyant sur une canne. C'est le caractère *lao* : vieux, vieillard, vénérable, celui du nom de Lao Zi, significative accointance ! Le second élément significatif repérable dans les cents variations classiques du caractère *shou* apparaît comme une sorte de « S » à pans ronds ou carrés, à l'intérieur de chacun desquels se trouve un élément graphique en forme de « U » couché, parfois fermé, parfois non, qui accentue l'idée de cheminement serpentiniforme donné par l'ensemble. Il représente le cheminement des sillons au long des champs en terrasses qui étagent les collines de la Chine du loess à la manière des courbes de niveau sur les cartes. Enfin au bas se trouve le signe de la bouche, marque d'une convergence, et celui du pouls et du pouce, significateur d'une mise en rythme efficace, seuls éléments conservés dans la forme simplifiée. Reproduit à foison en Chine le caractère « longévité », est l'emblème majeur de l'aspiration taoïste : vivre, boire la douce liqueur de la vie jusqu'à la dernière goutte et ensuite « rentrer dans la ronde ». Voilà ce que le *Dao De Jing* exprime magnifiquement en disant : « Epuiser son lot de vie, c'est cela mourir sans périr ».