

Quel est le point commun entre la médecine chinoise, les arts martiaux, les relations humaines ? Les treize articles de Sun Tse ! Celui-ci était un fin stratège et un grand tacticien, meneur d'hommes et toujours victorieux dans les combats qu'il entreprit. Il écrivit treize articles que des commentateurs éclairés développèrent afin de comprendre plus profondément l'essence de chaque apophtegme.

Sun

Tse

ou la stratégie thérapeutique

par Jean Motte, acupuncteur
et enseignant d'aïkido

L'acupuncture est une science rigoureuse dans son contenu (localisation des méridiens, circulation des énergies etc.) et en même temps liée à des concepts plus hermétiques comme par exemple la notion de maladie. L'antique médecine chinoise appréhende la notion de maladie comme une entité pensante et est assimilée à un tigre qui dort. Autant dire que le thérapeute doit mener un combat difficile et qu'il est de son devoir de le gagner pour le bien du malade. La première maxime qu'entendent les étudiants en acupuncture est la suivante : *Il est facile de monter sur un tigre qui dort; dès lors il est difficile d'en descendre.* Je vous propose donc un cycle de réflexions sur ces treize articles, les développant brièvement et jetant quelquefois des passerelles entre la médecine chinoise, les arts martiaux et les rapports humains. Voici le premier...

De l'évaluation

Cinq choses principales doivent faire l'objet de tous nos soins et de nos continues méditations : La doctrine, le temps, l'espace, le commandement et la discipline.



La **Doctrine** fait naître l'unité de la pensée : une doctrine n'est pas une religion. C'est une philosophie de vie qui permet à celui qui se l'approprie de travailler le corps et l'esprit dans une même direction. Que cela soit dans le Taiji ou les médecines chinoises, il est fondamental d'être dans cet état d'esprit afin d'accéder à la "pleine vacuité". Une doctrine est donc le ciment permettant de lier l'âme et le corps.

Le **Temps** est défini dans toute action entreprise comme étant de faire ce qui est juste au moment juste. C'est le fondement de toute réussite. Cette simple phrase considérée dans la profondeur laisse entrevoir pourquoi certaines actions peuvent être incroyablement difficiles à réaliser. Le temps est le paramètre important en médecine chinoise, car l'acupuncture agit plus facilement lorsque la maladie est à son début. En d'autres termes, il est aisé de sortir un opportuniste lorsqu'il est encore sur le pas de la porte que lorsqu'il est entré.

L'**Espace** est uni au temps. L'espace doit être considéré comme un lieu où les forces sont concentrées dans une même direction pour permettre une action rapide et

Le cheminement de l'ascète

Dans les arts médicaux ou martiaux, il suit la voie de l'action juste :

Il adhère à une doctrine comme principe d'union avec l'origine des choses.

Il anticipe l'action négative non en lui opposant une force positive mais en la prévenant avant même qu'elle ne naisse. Dans l'aïkido cela est nommé le Sen No Sen (initiative sur initiative).

Il agit là où il doit agir. En acupuncture, il faut frapper loin du foyer aigu afin de disperser et

donc d'affaiblir la perversité. Au contraire dans les phases chroniques, il faut travailler directement sur le foyer atteint afin de ne pas épuiser l'énergie correcte.

Il sait se faire obéir de ses actes les justifiant avec clairvoyance et ne mettant en péril aucun de ceux qu'il dirige (la maladie, le malade lui-même).

Enfin la discipline permet d'endiguer les émotions parasites pouvant léser l'acte martial ou thérapeutique.

à l'avantage de celui qui la dirige. Les Japonais appellent cela le Kimochi. On peut le traduire par "sensation". Il y a des lieux où les sensations sont bonnes et d'autres où un malaise prend à la gorge. En médecine chinoise, si nous avons répondu quand, il faut ensuite savoir où frapper. Il y a dans les arts internes aussi la notion de lieu car les forces telluriques sont importantes dans le travail des énergies.

Le **Commandement** est pour Sun Tse, l'amour que l'on doit avoir pour ceux avec qui nous sommes en contact. C'est une vertu souvent galvaudée et mal comprise. Le commandement s'adresse d'abord à soi. Se commander,

c'est exercer une rigueur sur son corps et son esprit et savoir les limites qu'il ne faut jamais dépasser sous peine de maladie. Dans les arts internes, c'est la continuité du mouvement et la persévérance de l'action. Dans l'acupuncture, le commandement représente la mise en place de tout un système précédent l'acte de puncture.

La **Discipline** permet de maîtriser les contingences et aléas extérieurs. Grâce à elle l'action commencée se prolonge avec rigueur et inéluctabilité évitant ainsi débâcle et défaite. Je me souviens de Yamagushi senseï qui disait très justement : *A quoi ça sert de pratiquer des arts martiaux si le moindre petit microbe peut vous terrasser.* C'est par la discipline que l'on pourrait aussi traduire par ascèse que l'homme sur la voie peut continuer son chemin.

Ainsi, pour Sun Tse, ces premiers principes doivent être constamment travaillés afin de parfaire l'œuvre entreprise.

■ J. M.

Liens GTao

- GTao n° 8 : Acupuncture, la forteresse cachée P. 40
 - GTao n° 9 : Acupuncture et psychologie P. 44
 - GTao n° 17 : Acupuncture, une médecine de pointe P. 54
- www.generation-tao.com

Pour en savoir plus :
Centre IMHOTEP
tél. : 01 46 68 03 17
email : centreamhotep@wanadoo.fr