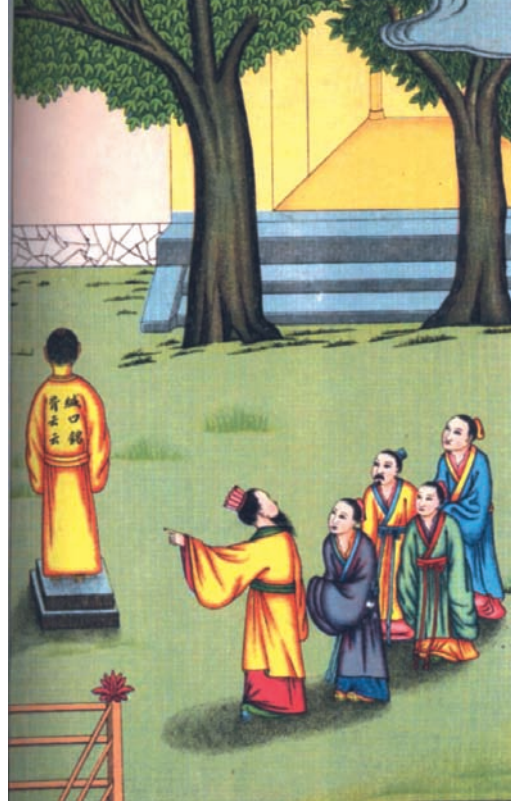


# Sun Tse

## ou la stratégie thérapeutique (9e volet)



crédit photo: D.R.

Depuis plusieurs numéros, vous découvrez la relation entre les arts martiaux et la médecine chinoise à travers les textes commentés de Sun Tse, fin stratège et grand tacticien. Dans ce neuvième article intitulé: «De la distribution des moyens» apparaissent les fondements de base de la M.T.C. et le rôle essentiel tenu par le cœur... en toute simplicité.

par Jean Motte

**1** - Si vous êtes dans le voisinage de quelque montagne, gardez-vous bien de vous emparer de la partie qui regarde le nord. Occupez au contraire le côté du midi. Le nord c'est le yin, le froid et l'obscurité. Le midi, c'est le yang, la chaleur et la clarté. La règle thérapeutique fondamentale est la suivante: «Il faut toujours s'occuper du yang en premier». L'énergie, le yang, protège le yin, le sang. Le yang s'agite et se mobilise rapidement. De même, la maladie ne peut pénétrer dans le corps si le yang est correct. L'énergie de défense doit demander une attention particulière car elle préserve le corps de toutes les maladies. Les exercices de taiji ou de qi qong n'ont d'autres fonctions que d'activer la circulation de l'énergie de défense (*wei*).

2- Si vous êtes auprès de quelque rivière, approchez-vous le plus que vous pourrez de sa source. Tâchez d'en connaître tous les bas-fonds et tous les endroits qu'on peut passer à gué.

Merveilleux conseil face aux différents symptômes que décrit le patient. Il ne s'agit en aucune façon de pratiquer une acupuncture symptomatique, c'est-à-dire une aiguille-un symptôme. Au contraire, il est essentiel de remonter l'anamnèse\* du patient et de sa maladie afin de toucher les racines de son déséquilibre énergétique. Se faisant, comme pour une source, il sera plus facile de trouver des chemins d'accès faciles à la régulation comme le sont les gués trouver plus facilement en amont de la rivière.

3- Si vous êtes dans des lieux glissants et humides, marécageux et malsains, sortez-en au plus vite. Vous ne sauriez vous

y arrêter sans être exposé aux plus grands inconvénients.

Les lieux glissants et humides représentent les attaques d'énergie perverses externes. Le corps peut être attaqué par l'humidité externe humide (les marécages) ou par une alimentation dite humide (laitages, sucreries). Cette humidité est alors nocive à l'organisme car elle produit des stases et ensuite des échauffements jusqu'à la destruction des tissus avoisinants. Par exemple, le rhume est une attaque d'humidité. Le nez coule clair puis cette humidité se transforme en chaleur et le nez ne coule plus mais la morve devient verte (signe de chaleur extrême). Si cela n'est pas traité, l'os maxillaire peut se retrouver attaqué et détruit (visible sur un panoramique dentaire).

4- Si vous êtes en plaine dans des lieux unis et secs, ayez toujours votre gauche à découvert.

Le sec, c'est l'ouest en médecine chinoise. L'ouest correspond à la droite, car l'homme orienté doit faire face toujours au sud.

Le côté gauche correspond à l'est. Nous avons donc un axe équinoxial est-ouest, très important dans la mise en circulation des énergies. En effet, c'est l'axe des mouvements. A droite, l'énergie descend, à gauche elle monte. Autrement dit, il faut toujours veiller à la libre circulation. Si le côté droit est prépondérant, l'attention du thérapeute doit être attirée par le côté gauche afin de libérer d'éventuels blocages.

5- Il faut conclure de ce que je viens de dire, que les hauteurs sont plus avantageuses aux troupes que les lieux bas et pro-

fonds. L'abondance et la fertilité se trouvent du côté du midi. Le contentement et la santé, qui sont la suite ordinaire d'une bonne nourriture prise sous un ciel pur, donnent du courage et de la force au soldat, tandis que la tristesse et le mécontentement, l'épuisent.

L'abondance et la fertilité se trouvent au sud et correspondent à l'élément Feu. C'est la place du cœur. Celui-ci est en paix (content) si la nourriture est bonne (se nourrir en fonction des saisons) et prise sous un ciel pur (énergie de l'air correcte). La physiologie chinoise considère que l'énergie yang du corps est pure du moment que les énergies de l'air (*yeung tchi*) et de la nourriture (*ku tchi*) sont, elles aussi, purifiées. A ce moment, le *tsing* (l'essence) en surplus est stocké dans les reins (maître du courage et de la force). Inversement, tristesse et mécontentement troublent la nourriture, ce qui retentit sur le cœur qui devient inquiet.

6- Les campements près des rivières doivent se faire avec grand soin. Je ne saurai trop vous le répéter : Tenez le haut de la rivière. Outre que les gués sont plus fréquents vers la source, les eaux en sont plus pures et plus salubres.

Lorsque les pluies auront gonflé les cours d'eau, attendez qu'elles se retirent avant de les traverser. Vous aurez des preuves certaines de leur tranquillité si vous n'entendez plus aucun bruit sourd, qui tient plus du frémissement que du murmure, et si la terre et le sable ne coulent plus avec l'eau.

La base des déséquilibres énergétiques tient au fait que le trouble et le clair se mélangent. Normalement, le clair monte et se retrouve dans le foyer supérieur (cœur et poumon). Le trouble descend et nourrit les intestins. Si du trouble se trouve en haut, alors naissent les pathologies cardiaques et pulmonaires. Si du clair se trouve en bas, alors naissent les diarrhées et les problèmes de ballonnements et digestion.

7- Lorsque vos espions qui sont près du camp ennemi vous feront voir qu'on y parle bas et de façon mystérieuse, concluez qu'ils pensent à une action générale, et qu'ils font déjà leurs préparatifs.

La maladie est toujours discrète. Elle se prépare dans les chuchotements. Le thérapeute doit entendre même les susurrements.

8- Si vous apprenez qu'ils sont bruyants et fiers dans leurs discours, soyez certains qu'ils pensent à la retraite.

La maladie bruyante et aiguë annonce une retraite pour bientôt, si les forces du corps humain sont prêtes au combat et disponibles rapidement.

9- S'ils font des marches forcées, c'est qu'ils croient courir à la victoire. S'ils vont et viennent, s'ils avancent en partie et reculent d'autant, c'est qu'ils veulent vous attirer dans un piège.

La façon dont progresse la maladie dans le corps humain est un indicateur précieux de la qualité et quantité d'éner-

gie correcte du corps et de la qualité et quantité d'énergie perverse (le tigre) qui l'agresse. A titre d'exemple : Une douleur dans un méridien (*tching tcheng*) se promène. Une douleur dans une branche profonde (*tching pié*) est intermittente.

**Un travail inutile épuise le cœur et un travail fatigant épuise les reins.**

10- Si vous apprenez qu'il y a des festins continuels, qu'on y boit et mange avec fracas, soyez-en bien aise. C'est preuve infaillible que leurs généraux n'ont point d'autorité.

L'estomac ne doit pas guider le cœur. Il faut être gourmet et non gourmand. Dans ce dernier cas, il y a de fortes chances que l'état général du corps humain se détériore rapidement.

11- Si leurs étendards changent souvent de place, c'est une preuve qu'ils ne savent pas à quoi se déterminer, et que le désordre règne parmi eux.

Mon professeur, Charles Laville-Méry, m'enseignait que dans l'ancienne Chine, le porte-étendard était le *chao yin*, le cœur. Cet organe est considéré comme l'empereur du corps humain. Ainsi, si l'étendard change de place, cela signifie que le cœur ne sait pas diriger, alors le désordre règne dans la forteresse humaine.

12- Si leurs officiers subalternes sont inquiets, mécontents, c'est une preuve qu'ils sont accablés sous le poids d'une fatigue inutile.

Extraordinaire phrase érigée comme un postulat dans le chapitre 1 du *So Wen* (livre fondamental de la pensée chinoise).

Un travail inutile épuise le cœur et un travail fatigant épuise les reins. L'axe rein-cœur est appelé *chao yin* ! Quand cet axe ne fonctionne pas correctement, alors le cœur est inquiet !

13- Dans votre armée, vous devez aussi être vigilants à tous ces signes. Quand vous aurez à punir, faites-le de bonne heure et à mesure que les fautes l'exigent.

Faire ce qui est juste au moment juste !

14- Quand vous donnez des ordres, ne les donnez point que vous ne soyez sûr que vous serez exactement obéi. Ne les fatiguez point sans nécessité.

Dans l'art de la guerre, le grand nombre seul ne confère pas l'avantage.

Faite en sorte que votre cœur soit en paix afin qu'il dirige son royaume avec calme et sérénité.

Se faisant, la maladie ne pourra vous envahir. La santé est affaire de chacun. Le bon acupuncteur est avant tout un conseiller à la cour. ■

\* anamnèse n. fém. (du grec *anamnêsis* « action de rappeler à la mémoire »). Ensemble des informations que fournit le malade (ou son entourage) au médecin sur l'histoire de sa maladie.

[www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)

Notre carnet d'adresses page 70

- Gtao n° 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 : Sun Tse, ou la stratégie thérapeutique