

SHEN & JINGSHEN DANS LES TEXTES MÉDICAUX

SUWEN 1

Ce qu'enseignaient les Saints de la Haute antiquité à leurs sujets revenait à ceci : Evitez le vide qui appelle les pervers (*xu xie* 虛邪), et les vents voleurs, en tenant compte de la saison. Dans le calme tranquille, le vide et la vacance, les souffles authentiques (*zhen qi* 真氣) procèdent heureusement. L'Esprit vital (*jing shen* 精神) gardé à l'interne, les maladies, comment surviendraient-elles ? [...]

Je sais par la tradition que dans la Haute antiquité vivaient les Hommes authentiques : Ils s'étaient saisi du Ciel et de la Terre, ils tenaient en leurs mains le yin et le yang, ils expiraient et aspiraient les essences et les souffles. Etablis en eux-mêmes par la garde des Esprits, dans leurs chairs ils réalisaient l'unité. Ainsi atteignirent-ils la longévité même du Ciel/Terre, sans connaître d'autre terme. Eux, vivaient de la Voie.

Au temps de la moyenne antiquité, vivaient les hommes Absolus : Candides dans leur Vertu, parfaits dans leur Voie, ils composaient harmonieusement le yin et le yang et se régulaient en fonction des Quatre saisons. Ayant renoncé au monde et abandonné la vie du commun, ils amassaient les essences pour l'intégrité des Esprits, ils vaguaient librement entre Ciel et Terre, percevant par le regard et par l'ouïe ce qui est au-delà des Huit confins du monde. Eux, accrûrent et intensifièrent leur longévité naturelle jusqu'à gagner l'état des hommes Authentiques.

Puis, il y eut les Saints : Ils disposaient de tout selon l'animation harmonisée du Ciel/Terre et se conformaient à l'ordre naturel exprimé par les Huit vents. Ils rencontraient les convoitises et passions qui agitent le monde, sans eux-mêmes éprouver irritation ou ressentiment; leur conduite était libre de tout désir et détachée du monde; leurs manières suivaient la coutume, et c'est sans éprouver aucun désir qu'ils considéraient le monde. A l'extérieur, ils n'accablaient pas d'affaires leur corps, à l'intérieur, ils ne s'affligeaient pas de soucis; le contentement serein était ce qu'ils recherchaient; ils s'occupaient à la pleine possession d'eux-mêmes. Maintenant leur organisme en parfait état et évitant la dissipation des essences/Esprits (esprits vitaux, *jing shen* 精神), ils arrivaient à devenir centenaires.

SUWEN 3

Les souffles du Ciel azuré étant clairs et sereins, vouloir et propos (*zhi yi* 志意) (se) gouvernent comme il faut (*zhi* 治). En vertu de cette bonne conduite, les souffles yang sont solides et d'éventuels brigands et pervers ne pourraient faire aucun mal; c'est l'effet du déroulement régulier des saisons qui opère. Pour cette raison, les Saints propageaient les essences-et-les-Esprits (esprits vitaux, *jing shen* 精神), assimilaient les souffles du Ciel et parvenaient à communiquer avec les intelligences spirituelles (*shen ming* 神明). [.....]

Si donc un yang, trop puissant, ne peut maintenir serré, les souffles yin s'interrompent. Quand le yin est en plein équilibre et le yang bien serré, essences et esprits (esprits vitaux *jing shen* 精神) (se) gouvernent comme il faut; alors que dissociation et séparation entre yin et yang amènent l'interruption des essences et des souffles (*jing qi* 精氣).

SUWEN 5

Le yin/yang est Voie du Ciel/Terre, loi et règles des Dix mille êtres, père et mère des changements et transformations, enracinement et commencement de la vie et de la mort, demeure pour l'intelligence spirituelle (*shen ming* 神明). [.....]

Au Ciel, c'est le Mystère profond (*xuan* 玄); en l'Homme, c'est la Voie (*dao* 道); sur Terre, c'est les Transformations (*hua* 化).

Les transformations engendrent les Cinq saveurs (*wu wei* 五味); la Voie engendre le savoir-faire (*zhi* 智); le Mystère profond engendre les Esprits (*shen* 神). Les Esprits ! (se manifestent) : Au Ciel, c'est le vent. [.....]

Ainsi, le Ciel par les essences et la Terre par les formes, le Ciel par les Huit régulateurs et la Terre par les Cinq organisateurs, peuvent se comporter en père et mère des Dix mille êtres. Le yang clair s'élève au Ciel et le yin trouble retournant à la Terre, le Ciel/Terre connaît les effets du mouvement et du repos et es intelligences spirituelles (*shen ming* 神明) en compose les lois et les règles. Ainsi, par naissance, croissance, récolte, ensevelissement, tout parvient à son terme et recommence.

SUWEN 8

Le Cœur (*xin* 心) a la charge du Seigneur et du maître (*jun zhu* 君主),
L'intelligence spirituelle (*shen ming* 神明) en procède.

SUWEN 9

“Le Cœur est l'enracinement de la vie; changements (*bian* 變) opérés par les esprits.”

SUWEN 13

Si vous désirez connaître ces principes essentiels, c'est par le teint et les pouls que cela se fait. Le teint résonne avec le soleil et les pouls avec la lune. Si l'on préserve ces principes essentiels, on est à l'essentiel. Ainsi, les changements et transformations dans le teint sont en corrélation avec les pouls des Quatre saisons; et c'est cela que pratiquaient les anciens souverains, pour faire jonction avec les intelligences spirituelles (*shen ming* 神明). C'est ainsi qu'on s'éloignait de la mort et s'approchait de la vie. La Voie de la vie est pour la longévité. Le nom de nature est : les saints rois. [.....]

“Posséder les Esprits (*de shen* 得神) c'est le resplendissement (*chang* 昌, de la vie). Perdre les Esprits (*shi shen* 失神) c'est l'anéantissement (*wang* 亡).”

SUWEN 14

- Que veut-on dire par « les Esprits n'opèrent plus (*shi* 使) » ?
- Les aiguilles de métal et de pierre représentent la Voie (*dao* 道, le moyen d'opérer). Mais que les

essences et Esprits (*jing shen* 精神, l'esprit vital) ne puissent pas entrer (pénétrer, *ru* 入), que vouloir et propos (*zhi yi* 志意) ne puissent diriger convenablement (*zhi* 治) et le mal ne peut pas être guéri. Quand les essences sont inexistantes et les Esprits en allés, ni la reconstruction (nutritive, *ying* 營), ni la défense (*wei* 衛) ne peuvent revenir et être récupérées.

Comment cela ? C'est que désirs et convoitises indéfiniment renouvelés, avec en plus une crainte pusillanime qui ne peut être arrêtée, essences et souffles (*jing qi* 精氣) se relâchent jusqu'à la ruine, la reconstruction se fige et la défense est arrachée. Alors les Esprits nous quittent et la maladie n'est pas guérissable.

SUWEN 26

Voilà pourquoi pour entretenir la vie des Esprits (*yang shen* 養神) il est nécessaire de connaître l'état de réplétion ou d'émaciation du corps, la montée en puissance ou le déclin du sang et des souffles de la nutrition et de la défense. Le sang-et-souffles (*xue qi* 血氣), c'est les esprits (*shen* 神) de l'homme; on ne peut pas ne pas faire très attention à leur entretien. [.....]

SUWEN 69

Quand on parle de transformations, quand on parle de changements, c'est la libre communication (allant jusqu'à la fusion, *tong* 通) avec les dispositions naturelles (intimes, *li* 理) de la radiance lumineuse des Esprits (*shen ming* 神明).

LINGSHU 1

L'essentiel des aiguilles fines n'est pas difficile à proposer. Le difficile c'est une compréhension profonde. Un praticien grossier s'arrête à la forme corporelle. Le grand acupuncteur se préoccupe des esprits. Les esprits, oui il s'agit des esprits. Et des indésirables qui se tiennent aux portes. Si l'on n'examine pas tous les aspects de la maladie, comment en découvrir l'origine ? La subtilité de l'art de piquer réside dans un mouvement plus ou moins rapide, plus ou moins lent. Le médocastre s'en tient au contrôle des barrières. Le grand acupuncteur s'occupe du mécanisme lui-même. Les mouvements du mécanisme sont inséparables des vides. Le mécanisme (qui opère) au sein des vides est pur, paisible et subtil. Ils viennent sans qu'on puisse se porter à leur rencontre. Ils s'en vont sans qu'on puisse les poursuivre. Le médecin expert qui connaît le mécanisme ne s'en écartera pas même d'un cheveu. Tandis que le médecin qui ignore le mécanisme frappera à côté. [.....]

Les échanges qui se font aux noeuds de l'articulation rythmique (*jie zhi jiao* 節之交三) sont 365 rassemblements (*hui* 會). Celui qui connaît l'essentiel de cela, un mot lui suffit. Celui qui ne la connaît pas, divague et se perd sans fin. Ces noeuds d'articulation rythmique dont il est question ici, ce sont les entrées et les sorties par où voyagent et circulent les esprits/souffles (*shen qi* 神氣). Il ne s'agit pas de ceux qui concernent peau, chairs, musculaires et os.

LINGSHU 8

Pour toute piqure, la méthode est avant tout de ne pas manquer l'enracinement aux esprits. Sang 血 et mai 脈, ying 營 et qi 氣, jing 精 et shen 神 voilà ce que les Cinq zang thésaurisent (藏).[.....]

Que des vivants (*sheng* 生) surviennent (*lai* 來) dénote les Essences

Que les deux essences (兩精) s'étreignent (*xiang bo* 相搏) dénote les Esprits. [.....]

Quand le Cœur est en proie à l'appréhension et l'anxiété, soucieux et préoccupé, alors se produit une atteinte aux esprits. Les esprits atteints, sous l'effet de la peur et de la crainte, on perd possession de soi-même, les formes rebondies se décharnent et la masse des chairs est ravagée. Les poils deviennent cassants et on donne tous les signes de la mort prématurée. On meurt à l'hiver. [.....]

心慌惕思慮 · 則傷神 · 神傷則恐懼自失 · 破悍脫肉 · 毛悴色夭 · 死于冬

Cela étant, celui qui voudra utiliser les aiguilles qu'il examine donc attentivement comment se présente le malade, pour percevoir le maintien ou la disparition des essences et des esprits (l'esprit vital, *jing shen* 精神), des Hun et des Po, et sa disposition, si elle est favorable ou défavorable. Si ces cinq-là sont atteints, l'aiguille ne peut pas traiter. [.....]Le Foie thésaurise (*cang* 藏) le sang (*xue* 血), le sang est le logis des Hun.

Le Cœur thésaurise les circulations vitales (*mai* 脈), qui sont le logis des esprits.

LINGSHU 18

Nutrition et défense sont des essences/souffles (*jing qi* 精氣); quant au sang, c'est des Esprits/souffles (des souffles porteurs d'esprits, *shen qi* 神氣). C'est pour cette raison que le sang et les souffles ont des dénominations différentes tout en étant de même espèce.

LINGSHU 32

Intestins et estomac étant alternativement vides et pleins, les souffles montent et descendent, les Cinq zang sont stables et paisibles, sang et souffles (*xue qi* 血氣) sont harmonieusement composés et circulent aisément et les esprits vitaux (*jing shen* 精神) alors restent à demeure. Ainsi donc, les Esprits ce sont les essences-souffles (*jing qi* 精氣) provenant des aliments solides et liquides.

LINGSHU 47

L'homme reçoit la vie par son sang-et-souffle (*xue qi* 血氣), ses essences-et-esprits (esprits vitaux, *jing shen* 精神), pour accomplir sa destinée en fonction de sa nature propre (*xing ming* 性命) [.....]

Vouloir et propos (*zhi yi* 志意), c'est ce qui conduit les essences/Esprits (*jing shen* 精神), recueille Hun et Po, règle le chaud et le froid, fonde harmonieusement allégresse et colère (*xi nu* 喜怒).[.....]

Quand vouloir et propos sont en harmonie, alors les essences/esprits (esprit vitaux, *jing shen* 精神) sont concentrés et droits, Hun et Po ne se dissipent pas, regret et colère ne surgissent pas, les Cinq zang ne reçoivent pas de pervers.[.....]

Les Cinq zang sont pour thésauriser essences-et-esprits (*jing shen* 精神), sang-et-souffles (*xue qi* 血氣), Hun et Po (魂魄). Les Six fu sont pour transformer (*hua* 化) les liquides et céréales et faire circuler (*xing* 行) les liquides corporels (*jin ye* 津液).

LINGSHU 52

Les zang thésaurisent les essences-et-esprits (*jing shen* 精神), les Hun et Po, tandis que les Six fu, qui recoivent liquides et céréales, font circuler et transforment (行化) les matières (*wu* 物).

LINGSHU 54

Huangdi : Et qu'est-ce que c'est, les Esprits ?

Qi bo : Quand sang et souffles composent un tout harmonisé (*he*), que nutrition et défense (*rong wei*) circulent librement en compénétration, que les Cinq zang sont parfaitement achevés, alors les Esprits/souffles (*shen qi*) résident dans le coeur, les Hun et les Po possèdent toutes leurs capacités; et cet achèvement parfait, c'est l'homme. [.....]

A 100 ans, les Cinq zang sont tous vides, les Esprits/Souffles s'en vont totalement, le corps avec ses os seul demeure et c'est la fin.

LINGSHU 71

Le Shaoyin est le *mai* du Coeur; le Coeur est le grand maître des Cinq zang et des Six fu; c'est là que demeure l'Esprit vital (essences/esprits, *jing shen* 精神). Quand ce zang est solide et ferme, les pervers (*xie* 邪) ne peuvent s'y mettre. Mais s'ils y sont, le Coeur est atteint. Si le Coeur est atteint, les esprits (*shen* 神) s'en vont, et quand les esprits s'en sont allés, c'est tout simplement la mort

LINGSHU 75

Le summum de l'acupuncture relève de l'intelligence spirituelle (*shen ming* 神明).

LINGSHU 80

L'œil, c'est les essences des cinq zang et des six fu, le campement permanent de la reconstruction/nutrition et de la défense (*ying wei* 營衛), des Hun (魂) et des Po (魄); là sont produits Esprits et souffles (les souffles qui soutiennent la présence et le mouvement des esprits, qui donnent la force de leur expression, *shen qi* 神氣). Ainsi, quand les Esprits sont fatigués, alors Hun et Po se dissipent, vouloir (*zhi* 志) et propos (*yi* 意) sont en désordre.

La pupille et l'œil noir sont réglés par le yin ; l'œil blanc et les mai rouges sont réglés par le yang. Yin et yang faisant jonction et échanges, la clarté est dans les essences (*jing ming* 精明). L'œil est le messager (*shi* 使) du Cœur. Le Cœur est la résidence des Esprits. Ainsi donc, quand les essences/esprits (l'esprit vital, *jing shen* 精神) sont en désordre, il n'y a plus de transports ; on voit de façon anormale, essences et Esprits, Hun et Po se dissipent sans plus être capables de se mettre d'accord. C'est le désarroi (*huo* 惑).

NANJING 8

Les Douze méridiens se connectent tous à la source (*yuan* 原) des souffles de vie (*sheng qi* 生氣). Ce qu'on entend par "source des souffles de vie", c'est la racine et le fondement (*gen ben* 根本) des Douze méridiens, c'est-à-dire les souffles qui battent (*dong qi* 動氣) entre les Reins. Voilà le fondement des Cinq zang et des Six fu, la racine (*gen* 根) des Douze méridiens, la porte de l'expiration et de l'inspiration, la source (*yuan* 原) du Triple Réchauffeur. On dit encore que c'est la garde des Esprits (*shen* 神) contre les pervers (*xie* 邪).

NANJING 36

Mingmen désigne le lieu où se logent les essences porteuses des Esprits (*shen jing* 精神), où se connectent les souffles originels (*yuan qi* 原氣). Chez l'homme, il sert à la thésaurisation des essences (spermatiques) (*cang jing* 藏精) et chez la femme, à attacher l'utérus (*bao* 胞).

NANJING 39

Mingmen : c'est la résidence de l'esprit vital (essences esprits, *jing shen* 精神); là, l'homme thésaurise ses essences (le sperme) et la femme attache ses organes de gestation (*bao* 胞). Ses souffles communiquent librement (*tong* 通) avec les Reins.