

CLAIR ET TROUBLE *qing zhuo* 清濁**SHUOWEN JIEZI**

QING 清 : qui a l'apparence d'une eau claire et limpide. Le caractère est formé avec l'eau (氵 = 水) et la couleur de la vitalité naturelle (*qing* 青)



ZHUO 濁 : nom d'une rivière.

Le caractère *zhuo* est formé avec l'eau (氵 = 水) et la phonétique *shu* qui, selon le Shuowen, représente un ver à soie avec les yeux en haut et le corps qui se tortille.

**DAODEJING 39**

Dès le temps ancien possèdent l'Un Le Ciel par sa clarté (*qing* 清) La Terre par sa tranquillité (*ning* 寧) Les Esprits par leur pouvoir merveilleux Les Vallées par l'abondance de leur pénitence Les Dix mille êtres par leur vitalité Barons et Rois en étant la noblesse du monde Là est leur perfection.

Sans clarté le Ciel s'effondrerait Sans tranquillité la Terre éclaterait Sans pouvoir merveilleux les Esprits s'épuiseront Sans abondance de plénitude les Vallées s'assècheraient Sans vitalité les Dix mille êtres s'éteindraient Sans noblesse Barons et Rois trébucheraient

昔之得一者 天得一以清 地得一以寧 神得一以靈 谷得一以盈 萬物得一以生 侯王得一以為天下貞 其致之 天無以清將恐裂 地無以寧將恐發 神無以靈將恐歇 谷無以盈將恐竭 萬物無以生將恐滅 侯王無以貴高將恐蹶

ZHUANGZI 15

Qui fait travailler son corps sans relâche l'use, qui utilise son esprit (*jing* 精) sans lui donner de repos le fatigue, la fatigue conduit à l'épuisement (*jie* 竭). L'eau est naturellement limpide (*qing* 清), comme elle est plane quand rien ne l'agite. Mais, stagnante (*bu liu* 不流), elle perd sa transparence (*qing* 清). Elle fournit le symbole de la vertu du Ciel. C'est pourquoi il est dit : "Être pur (*chun cui* 純粹) et sans mélange, être impavide (*jing* 靜) et garder son égalité d'humeur, être serein et inactif, et ne bouger que pour adopter le mouvement même du ciel, tel est le véritable art de nourrir son principe vital (*yang shen* 養神).

形勞而不休則弊，精用而不已則勞，勞則竭。水之性，不雜則清，莫動則平；郁而不流，亦不能清；天德之象也。故曰，純粹而不雜，靜一而不變，惔而無為，動而以天行，此養神之道也

HUAINAN ZI 3

La Voie (*dao* 道) commence (*shi* 始) par les immensités vides. Ces immensités vides générèrent (*sheng* 生) espaces et temps (*yu zhou* 宇宙). Espaces et temps générèrent le souffle (*qi* 氣). Le souffle prit contours et limites. Le yang clair (*qing yang* 清陽) se diffusa et se prodigua pour constituer le Ciel. Le yin lourd et trouble (*zhong zhuo yin* 重濁陰) se condensa et s'immobilisa pour constituer la Terre.

La concentration (*he zhuan* 合專) du clair et subtil (*qing miao* 清妙) fut aisée (*yi* 易).

La condensation (*ning jie* 凝竭) du lourd et trouble (*zhong zhuo* 重濁) fut difficile (*nan* 難).

Ainsi le Ciel fut achevé (*cheng* 成) d'abord (先) et la Terre fut stabilisée (*ding* 定) ensuite (後).

Les essences accumulées (*xi jing* 襲精) du Ciel/Terre constituèrent le yin/yang.

天墜未形，馮馮翼翼，洞洞瀾瀾，故曰太昭。道始于虛霽，虛霽生宇宙，宇宙生氣。氣有涯垠，清陽者薄靡而為天，重濁者凝滯而為地。清妙之合專易，重濁之凝竭難，故天先成而地後定。天地之襲精為陰陽

HUAINANZI 7

Mais voici que s'opère la distinction (*bie* 別) du Yin et du Yang, que s'effectue l'écartement (*li* 離) des Huit pôles (*ba ji* 八極), que se constitue (*xiang cheng* 相成) le couple Dur et Mou (*gang rou* 剛柔) et que les Dix mille êtres apparaissent (*xing* 形) : Les souffles grossiers (*fan qi* 煩氣) forment les animaux, les souffles légers et subtils (*jing qi* 精氣), les hommes.

Ainsi, les Esprits légers et subtils (*jing shen* 精神) sont propriété du Ciel et l'ossature corporelle (*gu hai* 骨骸), propriété de la Terre. Les Esprits légers et subtils repasseront (*ru* 入) leur porte (*men* 門), les ossements retourneront (*fan* 反) à leur racine (*gen* 根). Mais alors comment "moi" (*wo* 我) subsisterai-je à jamais (*cun* 存) ?

Voilà pourquoi les Saints prennent le Ciel pour modèle (*fa tian* 法天) et suivent leurs dispositions individuelles (*shun qing* 順情), ne se laissent pas retenir par ce qui est vulgaire et se gardent bien de se laisser séduire par ce qui n'est que de l'homme. Ils font du Ciel leur père, de la Terre leur mère, du Yin et du Yang leur corde maîtresse (*gang* 綱) et des Quatre saisons leur fil conducteur (*ji* 紀).

Serein (*jing* 靜) est le Ciel en raison de sa pureté (*qing* 清), stable (*ding* 定) est la Terre parce qu'elle est paisible (*ning* 寧). Les Dix mille êtres, perdant (*shi* 失) ces qualités, meurent mais se maintiennent vivants en y étant fidèles (*fa* 法). La Quiétude du silence (*jing mo* 靜漠) est la demeure (*ding* 定) du Shen ming (神明) et le Vide absolu (*xu wu* 虛無), c'est là que réside la Voie (*dao* 道).

煩氣為蟲，精氣為人。是故精神，天之有也；而骨骸者，地之有也。是故精神天之有也而骨骸者地之有也精神入其門而骨骸反其根是故聖人法天順情我尚何存不拘於俗不誘於人以天為父以地為母陰陽為綱四時為紀天靜以清地定以寧萬物失之者死法之者生

SUWEN CH. 5

Huangdi déclarait : Le yin yang est Voie du Ciel/Terre,
Corde maîtresse et mailles (lois et règles) des Dix mille êtres,
Père et mère des changements et transformations (*bian hua* 變化),
Enracinement et commencement de la vie et de la mort,
Demeure pour l'intelligence spirituelle (*shen ming* 神明).
Pour traiter les maladies, il faut aller jusqu'à l'enracinement.

Le yang accumulé fait le Ciel et le yin accumulé fait la Terre. Le yang fait naître et le yin fait croître, le yang met à mort et le yin met en terre. Le yang transforme les souffles (*hua qi* 化氣) et le yin parfait les formes (*cheng xing* 成形).

Le froid, à l'extrême, produit le chaud et le chaud, à l'extrême, produit le froid. Les souffles du froid produisent le trouble (*zhuo* 濁) et les souffles du chaud produisent le clair (*qing* 清).

En bas, les souffles clairs (*qing qi* 清氣) donnent des diarrhées d'aliments non entièrement digérés; en haut, les souffles troubles (*zhuo qi* 濁氣) donnent dilatations et gonflements.

En ces activités contrariées (*fan zuo* 反作) du yin/yang consistent les maladies, qui sont une opposition au mouvement naturel.

Ainsi le yang clair (*qing yang* 清陽) fait le Ciel et le yin trouble (*zhuo yin* 濁陰) fait la Terre. Les souffles de la Terre, en s'élevant, font les nuages et les souffles du Ciel, en descendant, font la pluie. La pluie procède des souffles de la Terre et les nuages procèdent des souffles du Ciel.

De même, le yang clair (*qing yang* 清陽) sort-il aux orifices supérieurs et le yin trouble (*zhuo yin* 濁陰) sort-il aux orifices inférieurs; le yang clair jaillit aux linéaments tandis que le yin trouble se rend aux Cinq zang; le yang clair plénifie les Quatre membres tandis que le yin trouble se reporte aux Six fu.

故積陽為天·積陰為地·陰靜陽躁·陽生陰長·陽殺陰藏·陽化氣·陰成形·寒極生熱·熱極生寒·寒氣生濁·熱氣生清·清氣在下·則生飧泄·濁氣在上·則生臌脹·此陰陽反作·病之逆從也·故清陽為天·濁陰為地·地氣上為雲·天氣下為雨·雨出地氣·雲出天氣·故清陽出上竅·濁陰出下竅·清陽發腠理·濁陰走五藏·清陽實四支·濁陰歸六府

[.....]

Le yang clair (*qing yang* 清陽) s'élevant au Ciel et le yin trouble (*zhuo yin* 濁陰) retournant à la Terre, le Ciel/Terre connaît les effets du mouvement et du repos (*dong jing* 動靜) et les intelligences spirituelles (*shen ming* 神明) en compose le filet avec sa corde maîtresse et ses mailles (les lois et règles, *gang ji* 綱紀).

清陽上天，濁陰歸地，是故天地之動靜，神明為之綱紀，故能以生長收藏，終而復始
[.....]

Celui qui excelle dans le diagnostic, examine le teint et prend les pouls pour y distinguer avant tout entre yin et yang; par le discernement du clair et du trouble (*qing zhuo* 清濁), il perçoit la localisation; par la considération de la difficulté à respirer et par l'écoute des sons et des bruits, il perçoit où est le mal; par l'observation de la puissance et de l'équilibre, du rond et du carré, il perçoit ce qui commande la maladie; par la prise des pouls au pied au au pouce, observant s'ils sont superficiels ou profonds, glissants ou rugueux, il perçoit ce qui a produit la maladie; son traitement est alors sans défaut, car son diagnostic ne s'égare jamais.

善診者·察色按脈·先別陰陽·審清濁·而知部分·視喘息·聽音聲·而知所苦·

SUWEN CH. 11

L'estomac, le gros intestin, l'intestin grêle, le triple réchauffeur et la vessie, ces Cinq-là sont produits des souffles du Ciel. Leurs souffles renvoient à l'image du Ciel; c'est pourquoi ils font s'écouler vers l'extérieur et ne thésaurisent pas. Eux, reçoivent les souffles troubles des Cinq zang. Leur nom est : Fu pour les transmissions et transformations. Ils ne peuvent pas longtemps garder sans transmettre, pour finalement faire s'écouler à l'extérieur. La porte des Po est aussi un serviteur éloigné des Cinq zang, car liquides et céréales ne doivent pas demeurer longtemps thésaurisés.,

夫胃大腸、小腸、三焦、膀胱此五者天氣之所生也，其氣象天，故瀉而不藏。此受五藏濁氣，名曰傳化之府，此不能久留，輸瀉者也。

[.....]

les Cinq zang sont ce qui thésaurisent essence et souffle (souffle vital, *jing qi* 精氣) sans les laisser s'écouler à l'extérieur.

所謂五藏者·藏精氣而不瀉也·

SUWEN CH. 21

Les souffles des aliments solides pénètrent à l'Estomac; il y a diffusion d'essence au Foie et imprégnation de souffles aux musculaires (*jin* 筋).

Les souffles des aliments solides pénètrent à l'Estomac; le souffle trouble (*zhuo qi* 濁氣) se reporte au Cœur, il y a imprégnation d'essences aux circulations vitales (*mai* 脈);

食氣入胃，散精於肝，淫氣於筋。食氣入胃，濁氣歸心，淫精於脈。

SUWEN CH. 37

Quand la Vésicule Biliaire transmet la chaleur au cerveau, on a une douleur amère à la selle du nez et des eaux abyssales du nez (*bi yuan* 鼻淵). Les « eaux abyssales du nez » c'est quand une morve trouble (*zhuo di* 濁涕) descend sans arrêt, par contamination cela donne des saignements de nez (*nü mie* 衄蔑) et des chassies à l'œil.

膽移熱於腦，則辛頰鼻淵。鼻淵者，濁涕不下止也，傳為衄蔑、瞑目。故得之氣厥也

LINGSHU Ch.1

Quant aux souffles qui sont dans les mai (脈) :

le souffle pervers (*xie qi* 邪氣) est en haut (*shang* 上),

le souffle trouble (*zhuo qi* 濁氣) est au médian (*zhong* 中)

le souffle clair (*qing qi* 清氣) est en bas (*xia* 下).

夫氣之在脈也·邪氣在上·濁氣在中·清氣在下·

LINGSHU Ch.4

Qi Bo : Les Douze méridiens (*jingmai* 經脈) et les 365 luo (絡) : leurs sang et souffles montent tous au visage et se rendent aux creux et orifices (*kong qiao* 空竅).

Le souffle yang essentiel (*jing yang qi* 精陽氣) monte et se rend à l'œil, pour y faire la prunelle (la vision, *jing* 睛).

Leur souffle détaché (*bie qi* 別氣) se rend à l'oreille, pour y faire l'audition (*ting* 聽).

Leurs souffles ancestraux (*zong qi* 宗氣) montent et sortent au nez, pour y faire l'odorat (*xiu* 臭).

Leur souffle trouble (*zhuo qi* 濁氣) sort de l'estomac et se rend aux lèvres et à la bouche (*chun kou* 唇口), pour y faire les saveurs (le goût, *wei* 味).

岐伯荅曰·十二經脈·三百六十五絡·其血氣皆上于面·而走空竅·其精陽氣·上走於目·而為睛·其別氣·走於耳·而為聽·其宗氣·上出於鼻·而為臭·其濁氣·出於胃·走唇舌·而為味·

LINGSHU Ch.5

Quand on parle des mouvements à contre-courant ou dans le sens du courant (*ni shun* 逆順) pour les cinq types de corps (*wu ti* 五體), on parle pour chacun de la grandeur relative des os et des muscles, de la fermeté ou la fragilité des chairs, de l'épaisseur ou de la minceur de la peau, de la clarté ou turbidité (*qing zhuo* 清濁) du sang, de l'aspect coulant ou rugueux (*hua se* 滑澀) du souffle, de la longueur des circulations (*mai*), de la quantité relative (*duo shao* 多少) de sang, des lois naturelles¹ qui régissent les méridiens et luos.

黃帝曰：逆順五體者，言人骨節之大小，肉之堅脆，皮之厚薄，血之清濁，氣之滑澀，脈之長短，血之多少，經絡之數，余已知之矣，此皆布衣匹夫之士也。

LINGSHU C H.12

Les circulations vitales (qui s'effectuent par des vaisseaux, *mai* 脈) sont longues ou courtes, le sang est clair ou trouble (*qing zhuo* 清濁), le souffle est abondant ou en petite quantité (*duo shao* 多少). Les Douze méridiens, certains ont abondance de sang et peu de souffle, d'autres peu de sang et abondance de souffle, d'autres égale abondance de sang et de souffle. Ce sont les grandes lois naturelles (*da shu* 大數).

脈之長短，血之清濁，氣之多少，十二經之多血少氣，與其少血多氣，與其皆多血氣，與其皆少血氣，皆有大數。

LINGSHU Ch.18

L'homme reçoit ses souffles des céréales. Les céréales entrent dans l'Estomac pour qu'il y ait transmission (*chuan* 傳) au Poumon, (puis, delà) aux Cinq zang et aux Six fu qui vont tous recevoir les souffles. Ceux qui sont clairs (*qing* 清) constituent la nutrition et ceux qui sont troubles (*zhuo* 濁) la défense; la nutrition est au sein des circulations vitales (pulsantes, *mai* 脈) et la défense à l'extérieur de ces circulations vitales; la nutrition fait ses circuits complets (*zhou* 周) sans arrêt et après 50 (tours) c'est à nouveau le grand rassemblement (*da hui* 大會). Yin et yang s'enchaînent (*guan* 貫) comme un anneau sans fin.

岐伯答曰·人受氣于穀·穀入于胃·以傳與肺·五藏六府·皆以受氣·其清者為營·濁者為衛·營在脈中·衛在脈外·營周不休·五十而復大會·

LINGSHU C H.30

(question sur la pathologie de chacun des 6 qi) : Les Six souffles ont (chacun) des excès et des manques; le souffle est surabondant ou insuffisant, cerveau et moelle connaissent vide et pénitence, les circulations de sang (*xu mai* 血脈) sont claires ou troubles (*qing zhuo* 清濁).

黃帝曰·六氣者·有餘不足·氣之多少·腦髓之虛實·血脈之清濁·何以知之·

¹ Certainement celles qui définissent la quantité relative de sang et de qi dans chaque qualité yin et yang de qi.

LINGSHU C H.34

Qi Bo :

Les Douze méridiens sont pour la résonance (*yi ying* 以應) avec les Douze mois.

Les Douze mois se divisent (*fen* 分) en Quatre saisons.

Les Quatre saisons sont le printemps, l'été, l'automne et l'hiver.

Chacun de ces souffles est différent et spécifique. Quand la reconstruction et la défense (*ying wei* 營衛) se suivent (*xiang sui* 相隨), yin et yang alors composent harmonieusement (*he* 和), clair et trouble (*qing zhuo* 清濁) ne s'agressent pas (*xiang gan* 相干). Quand il en va ainsi, c'est "l'accord" (*shun* 順) et (donc) le bon ordre (*zhi* 治).

Huangdi :

Comment les contre-courants (*ni* 逆) amènent-ils le désordre (*luan* 亂) ?

Qi Bo :

Quand le souffle clair (*qing qi* 清氣) est au yin et le souffle trouble (*zhuo qi* 濁氣) au yang, le souffle de la reconstruction (*ying qi* 營氣) suit les mai (*shun mai* 順脈) et le souffle de la défense (*wei qi* 衛氣) est à contre-courant (*ni xing* 逆行); clair et trouble s'attaquent alors l'un l'autre (*xiang gan* 相干) et le désordre (*luan* 亂) est dans la poitrine (*xiong zhong* 胸中); c'est ce qu'on appelle : grande oppression (*da man* 大惋).

岐伯曰 · 經脈十二者 · 以應十二月 · 十二月者 · 分為四時 · 四時者 · 春秋冬夏 · 其氣各異 · 營衛相隨 · 陰陽已和 · 清濁不相干 · 如是則順之而治 ·

黃帝曰 · 何謂逆而亂 ·

岐伯曰 · 清氣在陰 · 濁氣在陽 · 營氣順脈 · 衛氣逆行 · 清濁相干 · 亂于胸中 · 是謂大惋 ·

LINGSHU C H.38 - Trad. Milsky & Andrès

Huangdi demanda à Qibo :

J'aimerais connaître les lois de la nature (自然) [dans l'art de l'acupuncture].

Qibo répondit :

[Pratiquer les lois de la nature (*zi ran* 自然) c'est] ouvrir une brèche dans une digue près d'un gouffre, pouvoir vider l'eau sans faire d'effort, ou creuser un canal pour ouvrir un passage quelles que soient la dureté et la densité [des obstacles] et faire que les méridiens puissent communiquer. C'est ce qu'on dit pour le souffle lisse et rugueux (*hua se* 滑澀), pour le sang clair ou trouble (*qing zhuo* 清濁), et pour la circulation dans le bon et le mauvais sens (*ni shun* 逆順)

黃帝曰 · 願聞自然奈何 ·

岐伯曰 · 臨深決水 · 不用功力 · 而水可竭也 · 循掘決衝 · 而經可通也 · 此言氣之滑澀 · 血之清濁 · 行之逆順也 ·

Huangdi demanda : J'aimerais entendre quels sont les critères (*shu*) du noir et du blanc, du gras et du maigre, de la jeunesse ou de la vieillesse chez l'homme.

Qibo répondit : (Chez le sujet) grand et vigoureux, dans la maturité de l'âge, le souffle et le sang sont pleins (*chong ying* 充盈), la peau (*pi ge* 膚革) est soignée et ferme; si le pervers l'atteint, (on puncture) profondément et on laisse l'aiguille. Ceci c'est pour les sujets gras (*fei ren* 肥人).

Lorsque les épaules, les aisselles sont larges et la chair de la nuque mince, la peau épaisse avec le teint noir et les lèvres pendantes, le sang est noir et trouble (*hei yi zhuo* 黑以濁), le souffle est rugueux et lent (*se yi chi* 澀以遲) et le (sujet) est ambitieux et audacieux. Chez de tels (patients), on puncture profondément, on laisse l'aiguille et on augmente le nombre (de punctures).

黃帝曰：願聞人之白黑肥瘦小長，各有數乎？岐伯曰：年質壯大·血氣充盈·膚革堅固·因加以邪·刺此者·深而留之·此肥人也·廣肩腋·項肉薄·厚皮而黑色·脣臨臨然·其血黑以濁·其氣澀以遲·其為人也·貪于取與·刺此者·深而留之·多益其數也·

Huangdi demanda : Comment puncture-t-on le sujet maigre ?

Qibo répondit : Chez le sujet maigre, la peau est mince et peu colorée et il y a si peu de chair que les os sont apparents; les lèvres sont minces, la voix est faible; le sang est fluide, et le souffle glissant. (Chez ce sujet), le souffle se disperse vite et le sang s'épuise facilement. Il faut puncturer celui-ci superficiellement et retirer (l'aiguille) rapidement.

黃帝曰·刺瘦人奈何·岐伯曰·瘦人者·皮薄色少·肉廉廉然·薄脣輕言·其血清氣滑·易脫于氣·易損于血·刺此者·淺而疾之·

Huangdi demanda : Comment puncture-t-on le sujet normal (*chang ren*) ?

Qibo répondit : Selon que l'on observe (la couleur) noire ou blanche, on l'harmonise. Les (sujets) honnêtes et généreux ont le sang et le souffle en parfaite harmonie. Pour puncturer de tels (patients), il ne faut pas s'écarter des critères normaux (*chang shu* 常數).

黃帝曰·刺常人奈何·岐伯曰·視其白黑·各為調之·其端正敦厚者·其血氣和調·刺此者·無失常數也·

Huangdi demanda : Comment puncture-t-on les (sujets) dans la force de l'âge, à l'ossature solide (*zhen gu*) ?

Qibo répondit : Les (sujets) dans la force de l'âge, à l'ossature solide, ont la chair ferme, les articulations souples et sont de constitution robuste (*jian jian ran* 監監然). Si c'est un sujet lourd, son souffle est rugueux (*qi se* 氣澀) et son sang est trouble (*xue zhuo* 血濁); on le puncture profondément, on laisse l'aiguille et on augmente le nombre (de punctures). S'il est vigoureux, son souffle est glissant (*qi hua* 氣滑) et son sang est clair (*xue qing* 血清); on le puncture superficiellement et on retire rapidement (l'aiguille).

黃帝曰·刺壯士真骨者奈何·岐伯曰·刺壯士真骨·堅肉緩節·監監然·此人重則氣澀血濁·刺此者·深而留之·多益其數·勁則氣滑血清·刺此者·淺而疾之·

[.....]

Huangdi demanda : Ouvrir une brèche dans une digue près d'un gouffre, qu'est-ce que cela veut dire ?

Qibo répondit : Lorsque le sang est clair (*xue qing* 血清) et que le souffle est trouble (*qi zhuo* 氣濁), si l'on disperse rapidement, le souffle est épuisé.

黃帝曰 · 臨深決水奈何 · 岐伯曰 · 血清氣濁 · 疾寫之則氣竭焉 ·

Huangdi demanda : Creuser un canal pour ouvrir un passage qu'est-ce que cela veut dire ?

Qibo répondit : Lorsque le sang est trouble (*xue zhuo* 血濁) et que le souffle est rugueux, (*qi se* 氣澀) si l'on disperse rapidement, [le souffle] peut communiquer dans le méridien.

黃帝曰 · 循掘決衝奈何 · 岐伯曰 · 血濁氣澀 · 疾寫之則經可通也 ·

LINGSHU Ch.40

Huangdi : Je désirerai être informé sur le clair et le trouble dans les souffles de l'homme.

Qi Bo : Ce qui est reçu des céréales, c'est le trouble (*zhuo* 濁); ce qui est reçu des souffles, c'est le clair (*qing* 清). Le clair se déverse aux yin et le trouble se déverse aux yang. Le trouble qui a du clair monte sortir à la gorge et le clair qui a du trouble descend. Les relations du clair et du trouble s'appellent : souffles entremêlés (*luan qi* 亂氣)

黃帝曰 · 願聞人氣之清濁 · 岐伯曰 · 受穀者濁 · 受氣者清 · 清者注陰 · 濁者注陽 · 濁而清者 · 上出于咽 · 清而濁者 · 則下行 · 清濁相干 · 命曰亂氣 ·

Huangdi : Ainsi le yin est clair et le yang est trouble. Dans le trouble il y a du clair et dans le clair il y a du trouble. Comment alors différencier clair et trouble ?

Qi Bo : Voici la grande distinction des souffles : le clair est ce qui monte se déverse au Poumon; le trouble est ce qui se rend dans l'Estomac. Les souffles clairs venant de l'Estomac montent sortir à la bouche, tandis que les souffles troubles venant du Poumon s'abaissent et se déversent aux méridiens, s'accumulant à l'interne dans la mer.

黃帝曰 · 夫陰清而陽濁 · 濁者有清 · 清者有濁 · 清濁別之奈何 · 岐伯曰 · 氣之大別 · 清者上注于肺 · 濁者下走于胃 · 胃之清氣 · 上出于口 · 肺之濁氣 · 下注于經 · 內積于海 ·

Huangdi : Tous les yang sont donc troubles. Mais quel est celui qui l'est le plus fortement ?

Le Taiyang de main est le seul à recevoir le trouble des yang et le Taiyin de main est seul à recevoir le clair des yin. Ce clair monte se rendre aux creux et orifices; ce trouble descend se rendre à tous les méridiens. Tous les yin sont clairs; le Taiyin de pied est le seul à recevoir de ce trouble.

黃帝曰 · 諸陽皆濁 · 何陽獨/*濁*/甚乎※ · 岐伯曰 · 手太陽獨受陽之濁 · 手太陰獨受陰之清 · 其清者 · 上走空竅 · 其濁者 · 下行諸經 · 諸陰皆清 · 足太陰獨受其濁 ·

Huangdi : Et Comment traite-t-on ?

Qi Bo : Le clair : ce sont des souffles glissants (circulant aisément, *hua* 滑); le trouble, des souffles circulant difficilement (*se* 澀); voilà la règle de ces souffles. Ainsi, puncturant au yin, on va profond et on laisse longtemps (l'aiguille) et puncturant au yang, on le fait en superficie d'un geste rapide. Ce sont les principes de régularisation des relations entre le clair et le trouble.

黃帝曰 · 治之奈何 · 岐伯曰 · 清者其氣滑 · 濁者其氣澀 · 此氣之常也 · 故刺陰者 · 深而留之 · 刺陽者 · 淺而疾之 · 清濁相干者 · 以數調之也 ·

LINGSHU Ch.59 - Trad. Milsky & Andrès

Huangdi demanda : Comment les traite-t-on ?

Bogao répondit : On doit d'abord distinguer ces trois types, [voir] s'il y a beaucoup ou peu de sang, si le souffle est clair ou trouble et ensuite [on doit] les harmoniser; le traitement ne doit pas transgresser les règles générales. C'est pourquoi l'homme obèse (*gao* 膏) a le ventre relâché et la graisse du bas-ventre (*yu* 腴) pendante; l'homme charnu en haut et en bas a une grande contenance; l'homme corpulent, bien que gras, ne peut pas être grand.

黃帝曰 · 善 · 治之奈何 · 伯高曰 · 必先別其三形 · 血之多少 · 氣之清濁 · 而後調之 · 治無失常經 · 是故膏人縱腹垂腴 · 肉人者上下容大 · 脂人者雖脂不能大也 ·