

## QI

### Lunyu XVI,7

Confucius dit : l'homme de bien doit se prémunir comme trois maux : jeune, lorsque sont sang et son souffle vital sont encore en effervescence, contre la débauche (*xue qi wei ding jie zhi zai se* 血氣未定 戒之在色); à l'âge mûr, lorsqu'ils sont en pleine vigueur, contre la pugnacité (*xue qi fang gang jie zhi zai dou* 血氣方剛 戒之在鬥); au soir de la vie, lorsqu'ils se sont taris, contre la cupidité (*xue qi ji shuai jie zhi zai de* 血氣及衰 戒之在得). (Trad. Anne Cheng)

### Zuozhuan, 1ère année du Duc Zhao

Le Ciel (le temps qui passe et détermine le temps qu'il fait) possède Six souffles (六氣 *liu qi*), qui descendant (sur Terre) génèrent les Cinq saveurs (五味 *wu wei*), éclatent en Cinq couleurs, retentissent en Cinq sonorités. Le débordement (excès, *yin* 淫) génère les Cinq sortes de maux.

Ces Six souffles sont : le yin et le yang [ici représentant le froid et le chaud], le vent et la pluie, l'obscurité et la lumière (*yin yang feng yu hui ming* 陰陽風雨晦明). Ils se distinguent en Quatre saisons (*si shi* 四時) et s'organisent en Cinq divisions [de l'année solaire] (*wu jie* 五節). Leurs débordements (excès, *yin* 淫) entraînent les calamités (菑 *zai*). Un yin déréglé donne des maladies de froid et un yang déréglé des maladies de chaleur; un vent déréglé donne des maladies des extrémités et des pluies déréglées des maladies de l'abdomen; une obscurité déréglée donne des maladies de désarroi (aveuglement de l'esprit, confusion) et une lumière déréglée des maladies du cœur.

天 有 六 氣 降 生 五 味 發 為 五 色 徵 為 五 聲  
*Tiān yǒu liu qì jiàng shēng wǔ wèi fā wèi wǔ sè zhēng wèi wǔ shēng*

淫 生 六 疾 六 氣 曰 陰 陽 風 雨 晦 明 也 分 為 四 時 序 為 五 節 過 則 為 菑  
*yín shēng liu jí liu qì yuē yīn yáng fēng yǔ huì míng yě fēn wèi sì shí xù wèi wǔ jié guò zé wèi zī*

陰 淫 寒 疾 陽 淫 熱 疾 風 淫 末 疾 雨 淫 腹 疾 晦 淫 惑 疾 明 淫 心 疾  
*yīn yín hán jí yáng yín rè jí fēng yín mò jí yǔ yín fù jí huì yín huò jí míng yín xīn jí*

[.....]

Le sage respecte les Quatre moments du temps : le matin, il tient audience; le jour, il s'informe; le soir, il rédige les décrets; la nuit, il se repose. Il peut ainsi régler la propagation de ses souffles (*jie xuan qi qi* 節宣其氣), faisant en sorte qu'ils ne soient nulle part en obstruction ou stagnation, ce qui provoquerait un épuisement physique, un manque de clarté dans son cœur (mental) et la confusion dans toutes ses pensées. (Trad. Couvreur)

君 子 有 四 時 朝 以 聽 政 晝 以 訪 問 夕 以 修 令 夜 以 安 身  
*jūn zǐ yǒu sì shí cháo yǐ tīng zhèng zhōu yǐ fāng wèn xī yǐ xiū lìng yè yǐ ān shēn*

於 是 乎 節 宣 其 氣 勿 使 有 所 壅 閉 湫 底 以 露 其 骨 茲 心 不 爽 而 昏 亂 百 度  
*yú shì hu jīe xuan qì qì wú shì yǒu suǒ yōng bì jiāo dǐ yǐ lù qì gǔ zī xīn bù shuāng ér hūn luàn bǎi dù*

### Zuozhuan, 9<sup>e</sup> année du Duc Zhao

Les saveurs activent (行 *hsing*) les souffles; les souffles affermissent (實 *shih*) le vouloir; le vouloir (志 *chih*) fixe la parole; la parole donne des ordres.

氣以實志 , 志以定言,言以出令  
*qi yi shi zhi zhi yi ding yan yan yi chu ling*

### Zuozhuan, 25<sup>e</sup> année du Duc Zhao

En l'homme, amour et haine, allégresse et colère, affliction et joie, sont produits par les Six souffles (principes atmosphériques, *liu qi* 六氣). C'est pourquoi les connaître à fond permet de régler convenablement les Six vouloirs (*liu zhi* 六志) par analogie.

民有好惡喜怒哀樂生於六氣 是故審則宜類以制六志  
*min you hao wu xi nu ai li sheng yu liu qi shi gu shen ze yi lei yi zhi liu zhi*

### Guoyu - Zhouyu 3-6

La bouche absorbe les saveurs et l'oreille les sons : les sons et les saveurs produisent du souffle. Pour la bouche le souffle devient parole; pour l'œil, il devient clairvoyance; la parole sert à déterminer exactement les dénominations; la clairvoyance permet d'agir selon l'occasion; les dénominations exactes permettent d'assurer la perfection du gouvernement; l'action opportune permet d'accroître la production. Que soit assurée la perfection du gouvernement et l'accroissement de la production, c'est pour le prince le comble de la joie.

Mais si les perceptions de la vue et de l'ouïe ne sont que discordances, et qu'il advienne à l'oreille d'en être assourdie, à l'œil d'en être ébloui, les saveurs absorbées manquent de pureté. Du fait de leur impureté, il y a perte de souffle, et par suite défaut d'harmonie. Alors se produisent les aberrations de la parole, les aveuglements de la clairvoyance, la corruption des dénominations et la fausseté des mesures. Les décrets publiés ne témoignent plus d'intention sincère; dans l'application des lois pénales et dans la conduite du gouvernement s'introduisent la licence et la confusion; les entreprises n'obéissent plus au rythme des saisons (Trad. Dhormon/Mathieu)

口內味而耳內聲 聲味生氣氣在口為言 在目為明 言以信名  
*kǒu nèi wèi ér ěr nèi shēng shēng wèi shēng qì qì zài kǒu wèi yán zài mù wèi míng yán yǐ xìn míng*

明以時動 名以成政 動以殖生 政成生殖樂之至也  
*míng yǐ shí dòng míng yǐ chéng zhèng dòng yǐ zhí shēng zhèng chéng shēng zhí lè zhī zhì yě*

若視聽不和而有震眩則味入不精 不精則氣佚氣佚則不和  
*ruò shì tīng bù hé ér yǒu zhèn xuàn zé wèi rù bù jīng bù jīng zé qì yì qì yì zé bù hé*

於是乎有狂悖之言有眩惑之明有轉易之名有過慝  
*yú shì hū yǒu kuáng bèi zhī yán yǒu xuàn huò zhī míng yǒu zhuǎn yì zhī míng yǒu guò tè*

之度出令不信刑政放紛動不順時  
*zhī dù chū lìng bù xìn xíng zhèng fàng fēn dòng bù shùn shí*

**Mencius, ch.2, 1**

- Puis-je me permettre de vous interroger sur votre impassibilité (*bu dong xin* 不動心) comparée à celle de maître Gao ?

- Selon maître Gao, il ne faut chercher dans son esprit ou son cœur (*xin* 心) ce qu'on ne trouve dans les mots; ce qu'on ne peut tirer de son esprit, il ne faut le solliciter de la force du souffle.

Qu'il ne faille chercher dans le souffle ce qu'on ne peut obtenir de l'esprit, je l'admets, mais non pas que l'on doive écarter de l'esprit ce qu'on ne trouve dans les mots. La volonté (*zhi* 志) commande au souffle qui remplit notre corps. Là où va la volonté, le souffle suit. C'est pourquoi l'on dit : 'Maintenir sa volonté et ne pas faire violence à son souffle'.

- Puisque vous avez dit que le souffle suit, là où va la volonté, que signifie 'maintenir sa volonté sans faire violence à son souffle' ?

- Unifiée, la volonté anime le souffle, lequel, unifié, anime aussi la volonté. Or, que l'on tombe ou court, c'est par un effet du souffle, mais il réagit sur l'esprit.

- Puis-je me permettre de vous demander en quoi réside votre supériorité, Maître ?

- Je comprends ce qu'on dit et je suis expert à nourrir le souffle de la vigueur (*hao ran zhi qi* 浩然之氣).

- Puis-je me permettre de vous demander ce que vous entendez par 'souffle de la vigueur' ?

- C'est difficile à dire. En tant que souffle, c'est la chose la plus vaste et la plus résistante qui soit; nourri de droiture, sans être lésé, il emplit tout l'espace entre le ciel et la terre. C'est le souffle qui accorde à la Voie la justice (*yi* 義). Sans lui tout se languit. C'est le produit d'actions morales (*yi* 義) accumulées, qui ne saurait être capté par des actes isolés. Il s'étiolle s'il y a des choses qui heurtent la conscience dans notre conduite. C'est pourquoi j'ai affirmé que maître Gao n'a jamais rien compris au sens moral qu'est la justice (*yi* 義) parce qu'il l'extériorise. (Trad. André Lévy)

曰 敢問 夫子之 不動心 與告子之 不動心 可得聞與

*yue gan wen fu zi zhi bu dong xin yu gao zi zhi bu dong xin ke de wen yu*

告子曰 不得於言 勿求於心 不得於心 勿求於氣

*gao zi yue bu de yu yan wu qiu yu xin bu de yu xin wu qiu yu qi*

不得於心 勿求於氣 可 不得於言 勿求於心 不可

*bu de yu xin wu qiu yu qi ke bu de yu yan wu qiu yu xin bu ke*

夫志氣之師也 氣體之充也 夫志至焉 氣次焉 故曰 持其志 無暴 其氣

*fu zhi qi zhi shi ye qi ti zhi chong ye fu zhi zhi yan qi ci yan gu yue chi qi zhi wu bao qi qi*

既曰 志至焉 氣次焉 又曰 持其志 無暴其氣者何也

*ji yue zhi zhi yan qi ci yan you yue chi qi zhi wu bao qi qi zhe he ye*

曰 志壹 則動氣 氣壹則 動志也 今夫蹶者 趨者 是氣也而 反動其心

*yue zhi yi ze dong qi qi yi ze dong zhi ye jin fu jue zhe qu zhe shi qi ye er fan dong qi xin*

敢問夫子惡乎長 曰 我知言 我善養 吾浩然之氣

*gan wen fu zi e hu chang yue wo zhi yan wo shan yang wu hao ran zhi qi*

敢問何謂吾浩然之氣 曰 難言也 其為氣也 至大至剛

*gan wen he wei hao ran zhi qi yue nan yan ye qi wei qi ye zhi da zhi gang*

以直養而無害 則塞于天地之間 其為氣也 配義於道 無是餒也  
*yì zhí yǎng ér wú hài zé sāi yú tiān dì zhī jiān qì wéi qì yě pèi yì yú dào wú shì nǎi yě*

是集義所生者 非義襲而取之也 行有不慊於心 則餒矣  
*shì jí yì suǒ shēng zhě fēi yì xí ér qǔ zhī yě xíng yǒu bù qiè yú xīn zé nǎi yǐ*

我故曰 告子未嘗 知義以其外之也  
*wǒ gù yuē gào zǐ wèi cháng zhī yì yì qí wài zhī yě*

## Xunzi - Ch. 2 (Trad. I. Kamenarovic)

Il existe une méthode pour bien conduire son souffle vital et nourrir son cœur (*zhi qi yang xin zhi shu* 治氣 養心之術) : un tempérament fort et emporté (*xue qi gang qiang* 血氣剛強), c'est par la douceur qu'il faut l'amener à l'harmonie (*ze rou zhi yi tiao he* 則柔之以調和). Une intelligence et une pensée profondes, il faut les conduire vers l'unité afin qu'elles trouvent aisément le bien. Un caractère violent et cruel doit être contenu et maîtrisé. Une nature précipitée, versant dans la facilité, il faut la tempérer et qu'elle acquière de la mesure. Un esprit étroit, mesquin, insuffisant, il faut l'ouvrir par quelque grand projet et s'il est vil, dévoyé, aveuglé, cupide, que de hautes pensées viennent le réformer. Quelqu'un de médiocre, vulgaire, incapable, négligent, que maîtres et amis s'unissent pour l'amender et s'il est en proie à la paresse et à la vanité, qu'on lui représente les calamités qu'il encourt. Quant à celui qui est simple, honnête, sincère et ingénu, qu'il goûte la paix grâce aux Rites et à la musique, qu'il s'en pénètre l'esprit en y appliquant toute sa pensée. Ainsi donc il n'est point de meilleure méthode pour bien conduire son souffle vital et nourrir son cœur que de partir des Rites (*fan zhi qi yang xin zhi shu mo jing you li* 凡治氣 養心之術 莫徑由禮), point de nécessité plus grande que celle d'avoir un Maître, ni rien de plus divin que d'unifier tous ses désirs (*mo yao de shi mo shen yi hao* 莫要得師 莫神一好). C'est là ce que j'entendais par 'méthode pour bien conduire son souffle vital et nourrir son esprit' (*shi zhi wei zhi qi yang xin zhi shu* 是之謂治氣 養心之術).

## Xunzi - Ch. 9

L'eau et le feu possèdent l'énergie mais non point la vie, l'herbe et le bois possèdent la vie mais non point la conscience, les oiseaux et les animaux ont conscience mais n'ont point le sens du devoir. Or l'homme a l'énergie, il a la vie, il a la conscience à quoi s'ajoute le sens du devoir, c'est pourquoi il est le plus noble de tout ce qui est sous le ciel.

水 火有氣而無生 草木有生而無知 禽獸有知而無義  
*shuǐ huǒ yǒu qì ér wú shēng cǎo mù yǒu shēng ér wú zhī qín shòu yǒu zhī ér wú yì*

人 有氣 有 生 有知亦且有義 故最為天下貴也  
*rén yǒu qì yǒu shēng yǒu zhī yì qiě yǒu yì gù zuì wèi tiān xià guì yě*

## Xunzi - Ch. 19

Parmi tout ce qui vit entre ciel et terre, ceux qui ont sang et souffle ont la faculté d'avoir conscience, et nul qui possède cette faculté ne manque d'être attaché à ceux de son espèce.

凡生乎天地之間者有血氣之屬 必有知 有知之屬 莫不愛其類  
*fan sheng hu tian di zhi jian zhe you xue qi zhi shu bi you zhi you zhi zhi shu mo bu ai qi lei*

**Xunzi - Ch. 20**

Car la musique dévoyée fait impression (*gan* 感) sur l'homme et il y répond (*ying* 應) par un caractère rebelle (*ni qi* 逆氣). Cette désobéissance (*ni qi* 逆氣) se traduit dans les faits et le désordre (*luan* 亂) s'ensuit. De même la musique correcte fait elle aussi impression sur l'homme et il y répond par un caractère docile (*shun qi* 順氣). Cette docilité (*shun qi* 順氣) se traduit dans les faits et l'ordre (*zhi* 治) s'ensuit.

凡 姦 聲 感 人 而 逆 氣 應 之      逆 氣 成 象 而 亂 生 焉  
fán jiān shēng gǎn rén ér nì qì yīng zhī      nì qì chéng xiàng ér luàn shēng yān

正 聲 感 人 而 順 氣 應 之      順 氣 成 象 而 治 生 焉  
zhèng shēng gǎn rén ér shùn qì yīng zhī      shùn qì chéng xiàng ér zhì shēng yān

**GUANZI - Neiyi ch.49**

Et voila donc les souffles (*qi* 氣). Clarté du soleil levant ! comme escaladant le Ciel ! Obscurité du couchant! comme plongeant dans les sources abyssales (*yuan* 淵); s'étalant immensément, ils semblent inonder les mers, se concentrant, ils semblent contenus en eux-mêmes.

是故民氣，杲乎如登於天，杳乎如入於淵，淖乎如在於海，卒乎如在於已。  
Shì gù mín qì gǎo hū rú dēng yú tiān āo hū rú rù yú yuān nào hū rú zài yú hǎi zú hū rú zài yú yǐ。

Et voilà donc les souffles ! On ne peut stopper (leur mouvement) par la force (physique, *li* 力), mais on peut, par la vertu (puissance vitale, *de* 德), les maintenir paisibles (*an* 安). On ne peut pas les appeler par des sons audibles (*sheng* 聲), mais on peut les accueillir par sa résonance (*yin* 音 = *yi* 意 propos, disposition intérieure).

Gardez-les (*shou* 守) avec respect et circonspection (*jing* 敬), sans rien en perdre; c'est ce qu'on appelle parfaire la vertu (*cheng de* 成德). Quand la vertu est ainsi parfaite, le savoir efficace (*zhi* 智) en procède et les Dix mille êtres sont tous à portée (*de* 得).

是故此氣也，不可止以力，而可安以德。不可呼以聲，而可迎以音。  
Shì gù cǐ qì yě bù kě zhǐ yǐ lì ér kě ān yǐ dé。Bù kě hū yǐ shēng ér kě yíng yǐ yīn。

敬守勿失，是謂成德。德成而智出，萬物果得。  
Jìng shǒu wù shī shì wèi chéng dé。Dé chéng ér zhì chū wàn wù guǒ dé。

[.....]

Il peut alors abriter (*she* 舍) les essences (*jing* 精). Les essences : ce sont les essences qui proviennent des souffles (*qi* 氣). Quand les souffles suivent la Voie, c'est la vie (*sheng* 生).

可以為精舍。精也者，氣之精者也。氣道乃生，生乃思，思乃知，知乃止矣  
kě yǐ wèi jīng shè jīng yě zhě qì zhī jīng zhě yě qì dào nǎi shēng shēng nǎi sī sī nǎi zhī zhī nǎi zhǐ yǐ

[.....]

Quand, par la présence des essences, la vie se développe naturellement, l'extérieur (*wai* 外) montre une tranquille splendeur (*an rong* 安榮) et à l'intime (*nei* 內) est précieusement gardé (*cang* 藏) ce qui procure une fontaine jaillissante (*quan yuan* 泉原), alors qu'un débordement (*hao* 浩) harmonisé et équilibré (*he ping* 和平) procure une source abyssale de souffles (*qi yuan* 氣淵). Source abyssale qui ne tarit pas et qui donne leur fermeté aux Quatre membres. Fontaine qui ne s'assèche pas et qui donne aux Neuf orifices leurs communications convenables (*sui tong* 遂通), rendant capable d'aller au bout de ce nous présente le Ciel/Terre, de s'étendre aux Quatre mers.

精存自生，其外安榮，內藏以為泉原，浩然和平，以為氣淵。  
*Jīng cún zì shēng , qí wài ān róng , nèi cáng yǐ wèi quán yuán , hào rán hé píng, yǐ wèi qì yuān .*

淵之不涸，四體乃固，泉之不竭，九竅遂通，乃能窮天地，被四海。  
*Yuān zhī bù hé , sì tǐ nǎi gù , quán zhī bù jié , jiǔ qiào suì tōng , nǎi néng qióng tiān dì , bèi sì hǎi .*

[.....]

Allez à la rencontre des autres avec de bons souffles (*shan qi* 善氣) et ils vous feront plus de bien qu'un frère; allez à la rencontre des autres avec de mauvais souffles (*e qi* 惡氣) et ils vous feront plus de mal qu'un guerrier en armes.

Le son qu'on ne peut prononcer est plus violent que le tonnerre. La forme des souffles du cœur (*xin qi zhi xing* 心氣之形) est plus radieuse (*ming* 明) que soleil et lune, plus attentive que père et mère.

Les récompenses ne suffisent pas à inciter au bien (*shan* 善), les châtements ne suffisent pas à réprimer les fautes; mais si souffles et propos sont en accord (*qi yi de* 氣意得), alors tout sous le Ciel se soumettra; si cœur et propos sont déterminés, alors tout sous le Ciel obéira.

善氣迎人，親於弟兄，惡氣迎人，害於戎兵。不言之聲，疾於雷鼓。  
*shàn qì yíng rén qīn yú dì xiōng è qì yíng rén hài yú róng bīng . bù yán zhī shēng, jí yú léi gǔ*

疾於雷鼓。心氣之形，明於日月，察於父母。  
*Xīn qì zhī xíng , míng yú rì yuè , chá yú fù mǔ .*

賞不足以勸善，刑不足以懲過。氣意得而天下服，心意定而天下聽。  
*shǎng bù zú yǐ quàn shàn xíng bù zú yǐ chéng guò . qì yì dé ér tiān xià fú xīn yì dìng ér tiān xià tīng*

Concentrez les souffles pour devenir comme un esprit et les Dix mille êtres seront tous présents (en votre cœur).

搏氣如神，萬物備存。  
*Tuán qì rú shén , wàn wù bèi cún .*

[.....]

Au large et à l'aise, pénétré du sens de l'humain (*ren* 仁), trouvant en soi seul la joie (*le* 樂), c'est ce qu'on appelle : 'nuages et souffles' (*yun qi* 雲氣), un propos et une conduite (*yi xing* 意行) selon le Ciel.

寬舒而仁，獨樂其身，是謂雲氣，意行似天。  
*kuān shū ér rén dú lè qí shēn, shì wèi yún qì, yì xíng sì tiān .*

[.....]

La présence des souffles spirituels (*ling qi* 靈氣) dans le cœur, tantôt s'en vient, tantôt s'en va; ils sont si ténus que rien ne leur est intérieur, ils sont si grands que rien ne leur est extérieur. On les perd car l'agitation les détruit; mais si le cœur peut maintenir la quiétude (*jing* 靜), la Voie se fixera d'elle-même.

靈氣在心,一來一逝。其細無內,其大無外,所以失之,以躁為害,  
*líng qì zài xīn , yī lái yī shì 。 Qí xì wú nèi , qí dà wú wài , suǒ yǐ shī zhī , yǐ zào wèi hài ,*

心能執靜,道將自定。得道之人,理丞而屯泄,胸中無敗。  
*xīn néng zhí jìng , dào jiāng zì dìng 。 Dé dào zhī rén , lǐ chéng ér tún xiè , xiōng zhōng wú bài 。*

## Daodejing 42

La Voie donne vie en Un, Un donne vie en Deux, Deux donne vie en Trois, Trois donne vie aux Dix mille êtres. Les Dix mille êtres, adossés au Yin, embrassant le Yang, les souffles qui s'y ruent composent en Harmonie.

道生一,一生二,二生三,三生萬物。萬物負陰而抱陽,沖氣以為和。  
*dào shēng yī yī shēng èr èr shēng sān sān shēng wàn wù wàn wù fù yīn ér bào yáng chōng qì yǐ wéi hé*

## Daodejing 55

Car qui contient en soi la Vertu plénière se compare à un nouveau-né. L'insecte, le reptile ne le piquent pas, les fauves prédateurs ne l'emportent pas, les oiseaux rapaces ne l'enlèvent pas. Malgré la faiblesse des os et des muscles sans force, sa main serre avec puissance. Ignorant l'union du mâle et de la femelle, son énergie sexuelle excitée se contient; ses essences sont à leur comble. Criant tout le jour sans s'enrouer, son Harmonie de souffles est à son comble.

Connaître l'Harmonie des souffles, c'est le Constant. Atteindre au Constant, c'est l'illumination.

Si la vitalité déborde, c'est le malheur; quand le cœur active les souffles, c'est la violence.

La puissance fait vieillir; cela c'est s'opposer à la Voie. S'opposer à la Voie, c'est bientôt périr.

含德之厚,比於赤子。毒蟲不螫,猛獸不據,攫鷲不搏。  
*hán dé zhī hòu bǐ yú chì zǐ 。 Dú chóng bù shì , měng shòu bù jù , jué zhì bù bó 。*

骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而全作,精之至也;  
*Gǔ ruò jīn róu ér wò gù 。 Wèi zhī pìn mǔ zhī hé ér quán zuò , jīng zhī zhì yě ;*

終日號而嗑不嗄,和之至也。知和曰常,知常曰明,益生日祥,  
*zhōng rì hào ér yì bù sha hé zhī zhì yě 。 Zhī hé yuē cháng zhī cháng yuē míng , yì shēng rì xiáng ,*

心使氣曰強,物壯則老,是謂不道,不道早已。

*xīn shǐ qì yuē qiáng , wù zhuàng zé lǎo , shì wèi bù dào , bù dào zǎo yǐ 。*

## Zhuang zi - Ch. 2

La grande masse éructe un souffle; son nom est vent (*fu da kuai yi qi qi ming wei feng* 夫大塊噫氣其名為風). Un vent, de soi, immobile (是唯無作). Quand il se lève, Dix mille cavités se déchaînent en vociférations (作則萬竅怒鳴); clameurs que tu n'as pas manqué d'observer. La beauté majestueuse des forêts sur les monts est celle des grands arbres qui font cent emfans de tour, creusés de fosses et de cavités : autant de narines, de bouches, d'oreilles, autant de vases, de gobelets, de mortiers, autant de trous profonds, de flaques d'eau. Cela mugit, cela siffle, cela clappe, cela respire, cela appelle, cela gronde, cela grince, cela gémit. Les premiers entonnent et les suivants répondent. Un vent léger, c'est la petite harmonie (冷風則小和); une bourrasque, c'est la grande harmonie (飄風則大和). Quand les vents déchaînés s'abattent, le vide emplit à nouveau les cavités (厲風濟則眾竅為虛). Lent apaisement des branches jusqu'à l'immobilisation de la dernière feuille (*tiao tiao zhi liao liao hu* 調條之乎). Ce que tu n'as pas manqué d'observer.

Zi You : La musique de la Terre est affaire de cavités; la musique des hommes est assemblage de bambous inégaux. Permettez que je vous demande en quoi consiste la musique du Ciel.

Maître Qi : Et bien voici. Qu'il y ait Dix mille manières différentes de souffler qui se produisent d'elles-mêmes et que toutes se mettent d'elles-mêmes à se déchaîner, Qui donc fait cela ?

夫大塊噫氣，其名為風。是唯無作，作則萬竅怒鳴。而獨不聞之貯乎  
*fu da kuai yi qi qi ming wei feng* 。 *Shi wei wu zuo* ， *zuo ze wan qiao nu xiao* 。 *Er du bu wen zhi zhu hu*

山林之畏佳，大木百圍之竅穴，似鼻，似口，似耳，似逃，似圈，似臼，  
*Shan lin zhi wei jia da mu bai wei zhi qiao xue* ， *si bi* ， *si kou* ， *si er* ， *si tao* ， *si quan* ， *si jiu* ，

似洼者，似污者；激者，瀉者，叱者，吸者，叫者，譟者，突者，咬者，前者  
*si wa zhe si wu zhe* ； *ji zhe* ， *hao zhe* ， *chi zhe* ， *xi zhe* ， *jiao zhe* ， *hao zhe* ， *yao zhe* ， *yao zhe* ， *qian zhe*

唱于而隨者 唱 喁。 冷風則小和，飄風則大和，  
*chang yu er sui zhe chang yong* 。 *Ling feng ze xiao he* ， *piao feng ze da he* ，

厲風濟則眾竅為虛。而獨不見之調調，之刁刁乎？  
*li feng ji ze zhong qiao wei xu* 。 *Er du bu jian zhi diao diao* ， *zhi diao diao hu* ？

子游曰：地籟則眾竅是已，人籟則比竹是已。敢問天籟。  
*zi you yue* ： *di lai ze zhong qiao shi yi* ， *ren lai ze bi zhu shi yi* 。 *Gan wen tian lai* 。

子綦曰：夫吹萬不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其誰邪！  
*zi qi yue* ： *fu chui wan bu tong* ， *er shi qi zi ji ye* ， *xian qi zi qu* ， *nu zhe qi shui xie* ！

## Zhuang zi - Ch. 4

Concentre ta volonté (*yi zhi* 一志). N'écoutes pas avec tes oreilles mais avec ton esprit (*xin* 心). N'écoute pas avec ton esprit, mais avec ton souffle (*qi* 氣). L'ouïe se limite aux sons. L'esprit (*xin* 心) aux représentations, tandis que le souffle forme un creux (*xu* 虛) apte à accueillir le monde extérieur. La maxime de l'action (*dao* 道) ne se pose (*ji* 集) que sur ce vide. Tel est le jeûne du cœur (*xu zhe xin zhai* 虛者心齋). (Trad. Jean Lévi)



若一志,無聽之以耳而聽之以心,無聽之以心而聽之以氣。  
*ruò yī zhì , wú tīng zhī yǐ ěr ér tīng zhī yǐ xīn , wú tīng zhī yǐ xīn ér tīng zhī yǐ qì 。*

聽止於耳,心止於符。氣也者,虛而待物者也。唯道集虛。虛者,心齋也。  
*Tīng zhǐ yú ěr , xīn zhǐ yú fú 。 Qì yě zhě , xū ér dài wù zhě yě 。 Wéi dào jí xū 。 Xū zhě , xīn zhāi yě 。*

### Zhuang zi - Ch. 17

Je prends forme (*xing* 形) du Ciel-Terre et je reçois les souffles (*qi* 氣) du yin-yang.

自以比形於天地而受氣於陰陽  
*zi yi bi xing yu tian di er shou qi yu yin yang*

### Zhuang zi - Ch. 18

En réfléchissant à l'origine de toute existence, je trouvai qu'il fut un temps où elle n'était pas née (*wu sheng* 無生); où non seulement elle n'était pas née, mais où elle n'était même pas un être physique (*wu xing* 無形); bien plus, il fut un temps où elle n'était même pas un souffle (*wu qi* 無氣) : elle était confondue dans l'indistinction du Chaos. C'est de là que, par une première transformation (*bian* 變), le souffle apparut (*you qi* 有氣); par une nouvelle transformation, il y eut une base corporelle (*you xing* 有形); par une dernière transformation enfin, le corps eut de la vie (*you sheng* 有生). Maintenant, une nouvelle transformation (*bian* 變) encore et c'est la mort (*si* 死). (Trad. M.Kaltenmark, Lao tseu)

察其始而本無生,非徒無生也而本無形,非徒無形也而本無氣。  
*chá qí shǐ ér běn wú shēng , fēi tú wú shēng yě ér běn wú xíng , fēi tú wú xíng yě ér běn wú qì 。*

雜乎芒芴之間,變而有氣,氣變而有形,形變而有生,今又變而之死  
*Zá hū máng wù zhī jiān biàn ér yǒu qì qì biàn ér yǒu xíng xíng biàn ér yǒu shēng jīn yòu biàn ér zhī sǐ*

### Zhuang zi - Ch. 19

Le duc [après avoir vu un esprit dans la lande] ... tomba malade. Un gentilhomme ... lui dit: 'Duc, votre mal vient de vous-même. Comment pourrait-il venir d'un esprit. Si le souffle du mécontentement accumulé se disperse hors du corps de l'homme et n'y revient pas, celui-ci devient débile; s'il monte en haut du corps sans descendre, l'homme devient irrascible; s'il descend vers le bas du corps sans remonter, l'homme devient oublieux; s'il se fixe au milieu du corps dans la région du cœur, cela le rend malade. (Trad. Liu Kia-hway)

公則自傷鬼惡能傷公夫忿瀆之氣散而不反則為不足  
*gōng zé zì shāng guǐ è néng shāng gōng fū fèn chù zhī qì sǎn ér bù fǎn zé wèi bù zú*

上而不下則使人善怒下而不上則使人善忘  
*shàng ér bù xià zé shǐ rén shàn nù xià ér bù shàng zé shǐ rén shàn wàng*

不上不下中身當心則為病  
*bù shàng bù xià zhōng shēn dāng xīn zé wèi bìng*

## Zhuang zi - Ch. 22

L'homme doit la vie à une condensation de qi. Tant qu'il se condense, c'est la vie; mais dès qu'il se dissipe, c'est la mort. (Trad. Anne Cheng).

人之生氣之聚也 聚則為生 散則為死  
*ren zhi sheng qi zhi ju ye ju ze wei sheng san ze wei si*

## LÜSHI CHUNQIU - III, 2

L'accumulation (*ji* 集) du souffle vital (essences et des souffle, *jing qi* 精氣) pénètre nécessairement (*bi you ru* 必有入). Accumulé pour des ailes (*ji yu yu niao* 集於羽鳥), et les oiseaux volent et s'élèvent dans les airs; accumulé pour la mobilité (*ji yu zou* 集於走) et les quadrupèdes marchent et courent; accumulé dans les perles et le jade, c'est l'éclat (*jing* 精) et le brillant; accumulé dans les arbres et les végétaux, c'est la luxuriance et la croissance; accumulé dans le sage, c'est la hauteur de vue et la clairvoyance (*ming* 明).

Et en effet, lorsque le souffle vital (essences et des souffle, *jing qi* 精氣) arrive (*lai* 來), ce qui possède la légèreté (*qing* 輕) s'élève, ce qui possède la mobilité (*zou* 走) se met en marche, ce qui possède la beauté respandit, ce qui possède la faculté de croître (*chang* 長) se nourrit (*yang* 養), ce qui possède l'intelligence (*zhi* 智) comprend (*ming* 明).

Si l'eau courante (*liu shui* 流水) ne croupit pas (*bu fu* 不腐), si l'axe d'une porte n'est pas attaqué par les insectes, c'est en raison de leur mouvement (*dong* 動).

Il en va de même pour les souffles du corps (*xing qi* 形氣) : si le corps ne bouge pas, les essences (*jing* 精) ne s'écoulent pas (*bu liu* 不流) et quand les essences ne s'écoulent pas, les souffles (*qi* 氣) sont opprimés (*yu* 鬱).

Si cette oppression (*yu* 鬱) se loge dans la tête, cela provoque des enflures (*zhong* 腫) et des vents (*feng* 風 = céphalées); si elle se loge dans l'oreille, cela provoque des obturations et la surdité; si elle se loge dans l'oeil, elle est cause de chassis et de cécité; si c'est dans le nez, elle cause rhinorrhée et obstruction nasale; dans le ventre, elle entraîne gonflements (*zhang* 脹) et occlusions (*fu* 府); dans les pieds enfin, elle sera l'occasion de paralysies (*wei* 痿) et de claudication (*jue* 蹶). (Trad. I.Kamenarovic modifiée)

精氣之集也，必有入也。集于羽鳥與為飛揚，集于走獸與為流行，  
*Jīng qì zhī jí yě, bì yǒu rù yě。jí yú yǔ niǎo yǔ wèi fēi yáng, jí yú zǒu shòu yǔ wèi liú xíng,*

集于珠玉與為精朗，集于樹木與為茂長，集于圣人與為復明。  
*jí yú zhū yù yǔ wèi jīng lǎng, jí yú shù mù yǔ wèi mào cháng, jí yú shèng rén yǔ wèi xiàng míng。*

精氣之來也，因輕而揚之，因走而行之，因美而良之，  
*Jīng qì zhī lái yě, yīn qīng ér yáng zhī, yīn zǒu ér xíng zhī, yīn měi ér liáng zhī,*

因長而養之，因智而明之。  
*yīn cháng ér yǎng zhī, yīn zhì ér míng zhī。*

流水不腐，戶樞不蠹，動也。形氣亦然，形不動則精不流，精不流則氣鬱。  
*Líu shuǐ bù fǔ, hù shū bù dù, dòng yě。Xíng qì yì rán, xíng bù dòng zé jīng bù liú, jīng bù liú zé qì yù*

郁處頭則為腫為風,處耳則為聾為聾,處目則為眇為盲,  
 Yù chù tóu zé wèi zhǒng wèi fēng , chù ěr zé wèi jù wèi lóng , chù mù zé wèi chī wèi máng ,  
 處鼻則為鼽為窒,處腹則為張為府,處足則為痿為蹙。  
 chù bí zé wèi qiú wèi zhì , chù fù zé wèi zhāng wèi fǔ , chù zú zé wèi wěi wèi cù 。

### LÜSHI CHUNQIU - III, 3

Le fondement de toute entreprise consiste à commencer par faire régner l'ordre (*zhi* 治) en soi-même et par épargner le grand trésor [qu'on porte en soi]. En puisant des forces nouvelles, en expulsant les miasmes, on établit une bonne circulation dans les fibres et les vaisseaux. Les souffles vitaux (*jing qi* 精氣) se régénèrent alors quotidiennement, tandis que les souffles pernecieux (*xie ai* 邪氣) s'évaporent complètement et que la vie s'achève à son terme naturel. C'est là se comporter en homme vrai. (Trad. I.Kamenarovic)

凡事之本必先治身 蓄其大寶 用其新 棄其陳 媵理遂通  
 Fán shì zhī běn bì xiān zhì shēn sè qí dà bǎo yòng qí xīn qì qí chén còu lǐ suì tōng

精氣日新 邪氣盡去 及其天年 此之謂真人  
 jīng qì rì xīn xié qì jìn qù jí qí tiān nián cǐ zhī wèi zhēn rén

### LÜSHI CHUNQIU - XX

Les humains ont trois cent soixante articulations et neuf orifices, ils ont cinq viscères (*zang* 藏) et six réceptacles (*fu* 府). La chair et la peau doivent être serrés, la circulation du sang (*xue mai* 血脈) doit se faire partout avec aisance (*tong* 通), les muscles et les os doivent être fermes, le cœur et le mental (*xin zhi* 心志) doivent être en harmonie (*he* 和), le souffle vital (essences et des souffle, *jing qi* 精氣) doit être dans le mouvement juste (*xing* 行).

Lorsqu'il en est ainsi, la maladie n'a pas d'endroit où s'installer et les maux n'ont point de raison d'être. La naissance des maux, l'installation de la maladie sont une oppression (*yu* 鬱) du souffle vital (essences et des souffle, *jing qi* 精氣).

Ainsi, lorsque les eaux sont gâtées, elles deviennent croupissantes; lorsque ce sont des arbres, ils deviennent la proie des insectes; et quand il s'agit de plantes, elles pourrissent.

Un État peut lui aussi se détériorer. Quand les vertus du Souverain ne circulent plus et que les désirs du peuple ne sont pas compris, l'État se détériore en effet. Si cette situation perdure, cent maux se déclarent ensemble, dix mille désastres surviennent de concert et il en ressort que les relations entre le haut et le bas se durcissent. (Trad. I. Kamenarovic modifiée)

凡人三百六十節 九竅五藏 六府 肌膚欲其比也 血脈欲其通也  
 fán rén sān bǎi liù shí jié jiǔ qiào wǔ cáng liù fǔ jī fū yù qí bǐ yě xuè mài yù qí tōng yě

筋骨欲其固也 心志欲其和也 精氣欲其行也  
 jīn gǔ yù qí gù yě xīn zhì yù qí hé yě jīng qì yù qí xíng yě

若此則病無所居而惡無由生矣 病之留 惡之生也  
 ruò cǐ zé bìng wú suǒ jū ér wú yóu shēng yǐ bìng zhī liú wù zhī shēng yě

精氣鬱也故水鬱wei為污 樹鬱則為蠹 草鬱則為菑  
 jīng qì yù yě gù shuǐ yù wei wèi wū shù yù zé wèi dù cǎo yù zé wèi zī

國亦有鬱 生德不通 民欲不達 此國之鬱也  
 guó yì yǒu yù shēng dé bù tōng mǐn yù bù dá cǐ guó zhī yù yě

國鬱處久則百惡並起而萬災叢至矣 上下之相忍也 由此出矣  
 guó yù chù jiǔ zé bǎi è bìng qǐ ér wàn zāi cóng zhì yǐ shàng xià zhī xiāng rěn yě yóu cǐ chū yǐ

### LIJI - Yueji II, Couvreur p.74 :

Toutes les fois que l'homme est sous l'influence de sons dépravés, des sentiments mauvais (*ni qi* 逆氣) y répondent (*ying* 應) en son cœur. Ces sentiments mauvais se produisent au dehors et donnent naissance à une musique licencieuse (*yin yue* 淫樂). Quand l'homme est sous l'influence de sons corrects, des sentiments louables (*shun qi* 順氣) y répondent en son cœur. Ces bons sentiments se produisent au dehors et donnent naissance à une musique harmonieuse (*he yue* 和樂).

凡 姦 聲 感 人 而 逆 氣 應 之 逆 氣 成 象 而 淫 樂 興 焉  
 fán jiān shēng gǎn rén ér nì qì yīng zhī nì qì chéng xiàng ér yín lè xīng yān

正 聲 感 人 而 順 氣 應 之 順 氣 成 象 而 和 樂 興 焉  
 zhèng shēng gǎn rén ér shùn qì yīng zhī shùn qì chéng xiàng ér hé lè xīng yān

[.....]

Quand le sentiment est profond, son élégante expression (par la poésie, la musique et la pantomime) est brillante (*ming* 明). Lorsqu'un souffle puissant anime le cœur (*qi sheng* 氣盛), il agit sur la constitution intime de l'homme et la transforme (*hua shen* 化神). Lorsque l'esprit de concorde et de soumission à la loi naturelle (*he shun*) 和順 est grand dans le cœur, sa fleur (la musique) s'épanouit au dehors. Rien n'est plus ennemi de toute apparence trompeuse que la musique.

是 故 清 深 而 文 明 氣 盛 而 化 神 和 順 積 中 而 英 華 發 外 唯 樂 不 可 以 為 偽  
 shì gù qīng shēn ér wén míng qì shèng ér huà shén hé shùn jī zhōng ér yīng huá fā wài wéi lè bù kě yǐ wèi wěi

[.....]

(en réglant la musique) [Les anciens souverains ont fait en sorte que] les sentiments licencieux, les mouvements désordonnés (*xie qi* 邪氣) ne pussent jamais affecter l'âme (*xin* 心).

不 使 放 心 邪 氣 得 接 焉  
 bù shǐ fàng xīn xié qì dé jiē yān

## HUAI NAN ZI - Ch. 1 (Trad. C. Larre)

Le corps, les Esprits, les souffles, le vouloir doivent occuper chacun le lieu qui convient, afin de suivre les opérations du Ciel/Terre. Le corps (*xing* 形) abrite (*she* 舍) la vie (*sheng* 生), les souffles (*qi* 氣) en sont l'abondance (*chong* 充), l'esprit (*shen* 神) la dirige (*zhi* 制). Une des entités perd-elle sa position, les trois en pâtissent.

形神氣志，各居其宜，以隨天地之所為。夫形者，生之舍也；  
*xíng shén qì zhì, gè jū qí yí, yǐ suí tiān dì zhī suǒ wèi*。Fū xíng zhě, shēng zhī shè yě；  
 氣者，生之充也；神者，生之制也。一失位，則三者傷矣。  
*qì zhě, shēng zhī chōng yě; shén zhě, shēng zhī zhì yě*。Yī shī wèi, zé sān zhě shāng yǐ。

Pour cette raison, le Saint fait en sorte que chaque citoyen occupe sa place, se garde à l'intérieur de sa fonction, sans que ne se produise aucune interférence. Car le corps, placé hors de son lieu de repos, périt; les souffles, dépensés en dépit de ce qui les plénifie, s'écoulent; l'esprit, s'il s'active inconsidérément, s'obscurcit. Voilà trois choses qu'il faut garder jalousement.

是故聖人使人各處其位，守其職，而不得相干也。  
*Shì gù shèng rén shǐ rén gè chù qí wèi, shǒu qí zhí, ér bù dé xiāng gān yě*。

故夫形者非其所安也而處之則廢，氣不當其所充而用之則泄，  
*Gù fū xíng zhě fēi qí suǒ ān yě ér chù zhī zé fèi, qì bù dāng qí suǒ chōng ér yòng zhī zé xiè,*  
 神非其所宜而行之則昧。此三者，不可不慎守也。  
*shén fēi qí suǒ yí ér xíng zhī zé mèi*。Cǐ sān zhě, bù kě bù shèn shǒu yě。

[.....]

Les Saints, par le soin qu'ils prennent de leurs Esprits (*shen* 神), par l'harmonisation (*he* 和) et l'assouplissement (*ruo* 弱) de leurs souffles, par le maintien du corps dans la paix et le repos, accompagnent le Tao qui s'enfonce puis émerge, s'incline puis se redresse.

是故聖人將養其神，和弱其氣，平夷其形，而與道沈浮俛仰  
*Shì gù shèng rén jiāng yǎng qí shén, hé ruò qí qì, píng yí qí xíng, ér yǔ dào chén fú fǔ yǎng*

## HUAI NAN ZI - Ch. 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. [.....]

Les essences (*jing* 精) accumulées du Ciel/Terre constituent le yin/yang. Les essences concentrées du yin/yang constituent les Quatre saisons. Les essences diffusées des Quatre saisons constituent les Dix mille êtres.

Les souffles chauds (*re qi* 熱氣), résultat de l'accumulation du yang, génèrent le feu. Les essences des souffles du feu constituèrent le soleil. Les souffles froids (*han qi* 寒氣), résultat de l'accumulation du yin, génèrent l'eau. Les essences des souffles de l'eau constituent la lune. [...]

La Voie du Ciel (*tian dao* 天道) s'appelle le Rond (*yuan* 圓). La Voie de la Terre (*di dao* 地道) s'appelle le Carré (*fang* 方). Le Carré domine (*zhu* 主) l'obscur (*you* 幽) et le Rond domine le lumineux (*ming* 明). Le lumineux expulse les souffles (*tu qi* 吐氣); le feu sera donc appelé clarté externe (*wai jing* 外景). L'obscur avale les souffles (*han qi* 含氣); l'eau sera donc appelé clarté interne (*nei jing* 內景). Emettre les souffles, c'est le déploiement (*shi* 施). Avaler les souffles, c'est la transformation (*hua* 化). Le yang déploie et le yin transforme. Les souffles désordonnés (rejetés, *pian qi* 偏氣) du Ciel, par leur violence (colère, *nu* 怒), sont le vent. Les souffles contenus (*han qi* 含氣) de la Terre, par leur harmonisation (*he* 和), sont la pluie. Quand yin et yang se pressent l'un l'autre (*xiang bo* 相薄), leur stimulation (*gan* 感) donne le tonnerre, leur excitation (*ji* 激) donne la foudre, leur perturbation (*luan* 亂) donne le brouillard. Quand les souffles yang l'emportent (*sheng* 勝), c'est une diffusion (*san* 散) qui donne pluie et rosée. Quand les souffles yin l'emportent, c'est une condensation (*ning* 凝) qui donne givre et neige.

## HUAI NAN ZI - Ch. 6

Ainsi quand l'homme saint règne, il chérit le dao, ne profère aucune parole et, cependant, son influence bienfaitrice atteint les dix mille peuples. En revanche, si prince et ministre se méfient l'un de l'autre, des segments de halos opposés se forment dans le ciel de chaque côté du soleil. C'est la preuve que les souffles spirituels (*shen qi* 神氣) résonnent (*ying* 應) les uns par rapport aux autres. (Trad. Pléiade, Ch. Le Blanc)

故 聖 人 在 位 , 懷 道 而 不 言 , 澤 及 萬 民 。

*Gù shèng rén zài wèi, huái dào ér bù yán, zé jí wàn mǐn.*

君 臣 乖 心 , 則 背 譎 見 於 天 。 神 氣 相 應 , 徵 矣 。

*Jūn chén guāi xīn, zé bèi jué jiàn yú tiān. Shén qì xiāng yīng, zhēng yǐ.*

## HUAI NAN ZI - Ch. 7 (Trad. C. Larre)

Mais voici que s'opère la distinction (bie 別) du Yin et du Yang, que s'effectue l'écartement des Huit pôles, que se constitue 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.

別 為 陰 陽 , 離 為 八 極 , 剛 柔 相 成 , 萬 物 乃 形 , 煩 氣 為 蟲 , 精 氣 為 人 。

*bié wèi yīn yáng lí wèi bā jí gāng róu xiāng chéng wàn wù nǎi xíng fán qì wèi chóng jīng qì wèi rén*

[.....]

Les Cinq viscères peuvent-ils se placer dans la dépendance du Cœur et ne pas s'en écarter, quelle que soit l'exaltation du vouloir (*zhi* 志), la conduite (*xing* 行) ne dévie pas. Ainsi les Esprits vitaux (*jing shen* 精神) surabondent (*sheng* 盛) et rien ne se dissipe des souffles. Abondance d'Esprits, plénitude de souffles, tout est ordonné (*li* 理), équilibré (*jun* 均), compénétré (*tong* 通) : C'est l'Etat spirituel (*shen* 神).

L'Etat spirituel rend parfaite la vision, parfaite l'audition, parfait l'accomplissement : Les tristesses et les soucis ne peuvent plus nous assaillir, les souffles pernicioeux (*xie qi* 邪氣) fondre sur nous à l'improviste.

五藏能屬於心而無乖，則教志勝而行不僻矣。  
*Wu cáng néng shǔ yú xīn ér wú guāi, zé bo zhì shèng ér xíng bù pì yǐ。*

教志勝而行之不僻，則精神盛而氣不散矣。  
*bo zhì shèng ér xíng zhī bù pì, zé jīng shén shèng ér qì bù sǎn yǐ。*

精神盛而氣不散則理,理則均,均則通,通則神,  
*jīng shén shèng ér qì bù sǎn zé lǐ, lǐ zé jūn, jūn zé tōng, tōng zé shén,*

神則以視無不見,以聽無不聞也,以為無不成也。  
*shén zé yǐ shì wú bù jiàn, yǐ tīng wú bù wén yě, yǐ wèi wú bù chéng yě。*

是故憂患不能入也,而邪氣不能襲。  
*Shì gù yōu huàn bù néng rù yě, ér xié qì bù néng xí。*

[.....]

Pores et orifices corporels sont les portes et les fenêtres des Esprits vitaux (*jing shen* 精神); souffles et vouloirs (*qi zhi* 其志) sont les messagers et les huissiers des Cinq viscères.

夫孔竅者，精神之戶牖也；而氣志者，五藏之使候也。  
*Fū kǒng qiào zhě, jīng shén zhī hù yǒu yě ; ér qì zhì zhě, wǔ cáng zhī shǐ hòu yě。*

[.....]

Convoitises et désirs emportent les souffles, tandis qu'attraits et aversions fatiguent son cœur; avec pour résultat, si on ne les chasse pas impitoyablement, que le vouloir et les souffles sont progressivement réduits à rien.

嗜欲者使人之氣越,而好憎者使人之心勞,弗疾去,則志氣日耗  
*shì yù zhě shǐ rén zhī qì yuè, ér hào zēng zhě shǐ rén zhī xīn láo, fú jí qù, zé zhì qì rì hào。*

[.....]

Le Saint mange assez pour maintenir ses souffles, s'habille pour couvrir son corps, gouverne au plus près ses émotions et s'interdit tout débordement; ne demande pas toujours plus.

生尊於天下也。聖人食足以接氣,衣足以蓋形,適情不求餘  
*shēng zūn yú tiān xià yě。 Shèng rén shí zú yǐ jiē qì, yī zú yǐ gài xíng, shì qíng bù qiú yú*

**HUAI NAN ZI - Ch. 11**

Venons-en à Wangqiao et Chitongzi : Soufflant et rejetant, expirant puis inspirant, ils expulsèrent l'ancien pour assimiler le nouveau (吹嘔呼吸吐故納新); ils négligèrent leur corps, s'éloignèrent de la sagesse commune (遺形去智); ayant embrassé la Simplicité et fait retour à l'Authentique (抱素反真), ils s'ébattent dans le mystère de la merveille originelle, s'élevant jusqu'aux nuées, en communion intime avec le Ciel (以游玄眇上通雲天). Nos contemporains qui veulent s'initier à leur Tao n'arrivent pas à nourrir le souffle et disposer les Esprits comme eux (今欲學其道不得其養氣處神); ils ont beau imiter leur façon d'expulser puis d'inspirer, d'alterner flexion et extension, il est évident qu'ils ne pourront pas chevaucher les nuées et s'élever dans les hauteurs.

今夫王喬、赤誦子,吹嘔呼吸,吐故納新,遺形去智,抱素反真,  
*Jīn fū wáng qiáo chì sòng zǐ, chuī ōu hū xī, tǔ gù nà xīn, yí xíng qù zhì, bào sù fǎn zhēn,*

以游玄眇,上通雲天。今欲學其道,不得其養氣處神,  
*yǐ yóu xuán miǎo shàng tōng yún tiān。jīn yù xué qí dào, bù dé qí yǎng qì chù shén,*

而放其一吐一吸,時詘時伸,其不能乘雲升假亦明矣。  
*ér fàng qí yī tǔ yī xī, shí qū shí shēn, qí bù néng chéng yún shēng jiǎ yì míng yǐ。*

**HUAI NAN ZI - Ch. 13**

Des souffles du Ciel-Terre, aucun n'est aussi grand que celui de l'Harmonie (*he* 和). L'Harmonie, c'est l'accord du Yin et du Yang, la distinction entre le jour et la nuit, et les êtres vivent; ils naissent sous le signe du printemps et mûrissent sous celui de l'automne. Pour naître et mûrir, il faut l'essence de l'Harmonie. Aussi la voie du Saint consiste-t-elle à être indulgent en inspirant le respect, sévère, mais avec tempérance, souple mais droit, inflexible mais bon. Trop grande dureté se rompt, trop grande souplesse se fait sinueuse. la rectitude (*zheng* 正) du Saint se situe entre la dureté et la souplesse et atteint à la racine du Tao. Le Yin accumulé sombre, et le Yang accumulé se volatilise; que le Yin et le yang s'unissent, et ils réalisent l'Harmonie. (Trad. I. Robinet)

天地之氣莫大於和 和者陰陽調 日夜分而生物 春分而生 秋分而成  
*tian di zhi qi mo da yu he he zhe yin yang tiao ri ye fen er sheng wu chun fen er sheng qiu fen er cheng*

生之與成必得和之精 故聖人之道寬而栗巖而溫柔而直猛而仁  
*sheng zhi yu cheng bi de he zhi jing gu sheng ren zhi dao kuan er li yan er wen rou er zhi meng er ren*

太剛則折 太柔則卷 聖人正在剛柔之間 乃得道之本  
*tai gang ze zhe tai rou ze juan sheng ren zheng zai gang rou zhi jian nai de dao zhi ben*

積陰則沈 積陽則飛 陰陽相接 乃能成和  
*ji yin ze chen ji yang ze fei yin yang xiang jie nai neng cheng he*



**HUAI NAN ZI - Ch. 14**

Le saint se fie à son cœur tandis que l'homme de la foule ne se fie qu'à ses désirs (*yu* 欲). L'homme de bien se conduit sous l'influence des bons souffles (*zheng qi* 正氣), et l'homme de peu sous celle des souffles pervers (*xie qi* 邪氣).

Épouser étroitement sa nature profonde (*xing* 性) et se conformer extérieurement à la justice (*yi* 義), n'agir qu'en suivant le principe des choses (*li* 理) et ne point dépendre de la réalité extérieure (*wu* 物), voilà en quoi consistent les bons souffles (*zheng qi* 正氣).

聖人勝心，眾人勝欲。君子行正氣，小人行邪氣。  
*Shèng rén shèng xīn , zhòng rén shèng yù 。 Jūn zǐ xíng zhèng qì , xiǎo rén xíng xié qì 。*

內便於性，外合於義，循理而動，不繫於物者，正氣也。  
*Nèi biàn yú xìng , wài hé yú yì , xún lǐ ér dòng , bù xì yú wù zhě , zhèng qì yě 。*

Se laisser séduire par les saveurs et les odeurs, se laisser corrompre (*yin* 淫) par les sons et les couleurs, s'abandonner au contentement et à la colère (*xi nu* 喜怒), ne point se soucier des conséquences de ses actes, voilà de quoi sont fait les souffles pervers (*xie qi* 邪氣).

Or, ces deux sortes de souffles se nuisent mutuellement (*xiang shang* 相傷), tout comme, en chacun, la nature profonde et les désirs se portent préjudice; ils ne peuvent coexister et, si l'un prospère, l'autre dépérit. Aussi le saint se conforme-t-il à sa nature et abolit en lui tout désir. Le désir et les passions viennent de ce que les couleurs sont agréables aux yeux; les sons aux oreilles; les saveurs à la bouche et que, sans faire le partage entre ce qui est nocif (*hai* 害) ou bénéfique (*li* 利), les sens éprouvent un grand plaisir à leur contact. Or ces trois sens se gênent et bataillent les uns contre les autres lorsqu'on ne mange pas seulement pour le bien du corps, lorsqu'on prête aussi l'oreille à des harmonies insolites et lorsqu'on pose les yeux sur ce que la nature réproouve, de sorte qu'il faut les réguler et les arbitrer, ce qui est la fonction du cœur.

重於滋味，淫於聲色，發於喜怒，不顧後患者，邪氣也。  
*Zhòng yú zī wèi , yín yú shēng sè , fā yú xǐ nù , bù gù hòu huàn zhě , xié qì yě 。*

邪與正相傷，欲與性相害，不可兩立。一置一廢，  
*Xié yǔ zhèng xiāng shāng , yù yǔ xìng xiāng hài , bù kě liǎng lì 。 Yī zhì yī fèi ,*

故聖人損欲而從事於性。目好色，耳好聲，口好味，接而說之。  
*gù shèng rén sǔn yù ér cóng shì yú xìng 。 Mù hǎo sè , ěr hǎo shēng , kǒu hǎo wèi , jiē ér shuō zhī*

不知利害嗜慾也，食之不寧於體，聽之不合於道，視之不便於性。  
*bù zhī lì hài shì yù ér shí zhī bù níng yú tǐ , tīng zhī bù hé yú dào , shì zhī bù biàn yú xìng*

三官交爭，以義為制者，心也。  
*Sān guān jiāo zhēng , yǐ yì wèi zhì zhě , xīn yě 。*

Il est certes douloureux de se faire enlever quelque furoncle et fort désagréable d'avalier certain remède, mais s'il faut le faire, c'est que le bien-être du corps en dépend. Il est certes fort agréable de boire de l'eau lorsqu'on a soif et de faire un bon repas lorsqu'on a faim, mais s'il convient parfois de s'en abstenir, c'est que cela pourrait nuire à notre santé. De ces quatre choses, ni les oreilles ni les yeux, ni le nez ni la bouche, ne savent par eux-mêmes quoi prendre et quoi laisser. C'est le cœur qui, les régulant (*zhi* 制), attribue à chacun ce qui lui convient. Ainsi apparaît-il fort clairement qu'on ne peut se fier aux désirs.

割 瘞 疽 非 不 痛 也 ， 飲 毒 藥 非 不 苦 也 ， 然 而 為 之 者 ， 便 於 身 也 。  
*Gē cuó jū fēi bù tòng yě , yǐn dú yào fēi bù kǔ yě , rán ér wèi zhī zhě , biàn yú shēn yě 。*

渴 而 飲 水 非 不 快 也 ， 飢 而 大 飧 非 不 澹 也 ， 然 而 弗 為 者 ， 害 於 性 也 。  
*Kě ér yǐn shuǐ fēi bù kuài yě , jī ér dà sūn fēi bù dàn yě , rán ér fú wèi zhě , hài yú xìng yě 。*

此 四 者 ， 耳 目 鼻 口 不 知 所 取 去 ， 心 為 之 制 ， 各 得 其 所 。  
*Cǐ sì zhě , ěr mù bí kǒu bù zhī suǒ qǔ qù , xīn wèi zhī zhì , gè dé qí suǒ 。*

由 是 觀 之 ， 欲 之 不 可 勝 ， 明 矣 。  
*Yóu shì guān zhī , yù zhī bù kě shèng , míng yǐ 。*

D'une manière générale, il faut, pour prendre soin de soi-même et nourrir sa nature profonde, adopter un rythme de veille et de sommeil régulier, manger et boire sans excès, tempérer ses joies et ses colères, être en activité ou au repos avec opportunité, si bien que, ces choses étant acquises, les souffles pervers ne puissent plus s'y immiscer. Comment pourrait-on préférer vivre dans la crainte continuelle d'attraper des vers intestinaux ou de contracter des furoncles, même en prenant des précautions ? (Trad. Pléiade)

凡 治 身 養 性 ， 節 寢 處 ， 適 飲 食 ， 和 喜 怒 ， 便 動 靜 ， 使 在 己 者 得 ，  
*Fán zhì shēn yǎng xìng , jié qǐn chù , shì yǐn shí , hé xǐ nù , biàn dòng jìng , shǐ zài jǐ zhě dé ,*

而 邪 氣 因 而 不 生 ， 豈 若 憂 癩 疵 之 與 瘞 疽 之 發 ， 而 豫 備 之 哉  
*ér xié qì yīn ér bù shēng , qǐ ruò yōu jiǎ cī zhī yǔ cuó jū zhī fā , ér yù bèi zhī zāi*

## HUAI NAN ZI - Ch. 20 (Trad. A. Cheng)

Lorsque le ciel s'apprête à venter, les herbes et les arbres n'ont pas encore bougé que les oiseaux se sont déjà envolés; lorsqu'il s'apprête à pleuvoir, l'obscurité ne s'est pas encore épaissie que les poissons viennent à sortir la gueule de l'eau.

Tous ces phénomènes se suscitent mutuellement (*xiang dong* 相動) par leurs souffles yin et yang. Ainsi, le froid et le chaud, le sec et l'humide, se suivent selon leur catégorie (*lei* 類). Les sons et les échos, brefs ou longs, se répondent en fonction de leurs affinités sonores.

故 天 之 且 風 ， 草 木 未 動 而 鳥 已 翔 矣 ， 其 且 雨 也 ，  
*Gù tiān zhī qiě fēng , cǎo mù wèi dòng ér niǎo yǐ xiáng yǐ , qí qiě yǔ yě ,*

陰 暘 未 集 而 魚 已 噉 矣 ， 以 陰 陽 之 氣 相 動 也 。  
*yīn yì wèi jí éryú yǐ yǎn yǐ , yǐ yīn yáng zhī qì xiāng dòng yě 。*

故 寒 暑 燥 濕 ， 以 類 相 從 ； 聲 響 疾 徐 ， 以 音 相 應 也 。  
*Gù hán shǔ zào shī , yǐ lèi xiāng cóng ; shēng xiǎng jí xú , yǐ yīn xiāng yīng yě 。*

[.....]

Or, le saint est celui qui porte en lui le cœur du ciel (*tian xin* 天心) et qui est capable, par la puissance de sa voix, de mouvoir et transformer (*dong hua* 動化) le monde sous le ciel (*tian xia* 天下). Ainsi, lorsque la sincérité essentielle (*jing cheng* 精誠) du saint est mue de l'intérieur et que ses souffles corporels (*xing qi* 形氣) reçoivent leur impulsion (*dong* 動) du ciel, alors les

astres de bon augure apparaissent, le dragon jaune descend, le phénix propice arrive, les sources savoureuses jaillissent, les bonnes céréales poussent ...

故聖人者懷天心，聲然能動化天下者也。故精誠感於內，  
*Gù shèng rén zhě huái tiān xīn , shēng rán néng dòng huà tiān xià zhě yě 。 Gù jīng chéng gǎn yú nèi*  
 形氣動於天，則景星見，黃龍下，祥鳳至，醴泉出，嘉穀生  
*xíng qì dòng yú tiān , zé jǐng xīng jiàn , huáng lóng xià , xiáng fèng zhì , lǐ quán chū , jiā gǔ shēng*  
 [.....]

Le ciel et l'homme sont en correspondance (*xiang tong* 相通). Voilà pourquoi lorsqu'un pays est menacé de ruine, on constate des changements dans les signes célestes. Lorsque les temps sont à la confusion et au désordre, apparaissent les arcs-en-ciel. Comme le dix mille êtres sont liés les uns aux autres, même les souffles néfastes s'activent mutuellement.

Ce qui relève des lumières spirituelles (*shen ming* 神明) ne saurait être traité à force d'astuce et de technique, ni être mené à bien à coup de force et d'énergie (*jin li* 筋力). Embrassés par le ciel et la terre, réchauffés par les souffles yin et yang, imprégnés par la pluie et la rosée, les dix mille êtres naissent et se transforment (*hua sheng* 化生).

天之與人有以相通也。故國危亡而天文變，  
*tiān zhī yǔ rén yǒu yǐ xiāng tōng yě 。 Gù guó wēi wáng ér tiān wén biàn ,*  
 世惑亂而虹蜺見，萬物有以相連，精稜有以相蕩也。  
*shì huò luàn ér hóng ní jiàn , wàn wù yǒu yǐ xiāng lián , jīng jīn yǒu yǐ xiāng dàng yě 。*

故神明之事，不可以智巧為也，不可以筋力致也。  
*Gù shén míng zhī shì , bù kě yǐ zhì qiǎo wèi yě , bù kě yǐ jīn lì zhì yě 。*

天地所包，陰陽所嘔，雨露所濡，化生萬物  
*Tiān dì suǒ bāo , yīn yáng suǒ ǒu , yǔ lù suǒ rú , huà shēng wàn wù*

[.....]

Le saint porte en lui le cœur du ciel, embrasse le souffles de la terre, et maintient le milieu juste en absorbant l'harmonie.

故聖人懷天氣，抱天心，執中含和  
*gù shèng rén huái tiān qì , bào tiān xīn , zhí zhōng hán hé*

[.....]

L'empereur Jaune dit : 'Qu'il est vaste et profond, celui qui se soumet à la majesté du ciel et participe du souffle primordial (*yuán tong qì* 元同氣) !'. Est empereur celui qui participe du souffle, roi celui qui participe de la justice (*yì* 義), hégémon celui qui participe de la force (*lì* 力), perdu celui qui ne participe d'aucune de ces choses.

黃帝曰：「芒芒昧昧，因天之威，與元同氣。」  
*huáng dì yuē : 「 máng máng mèi mèi , yīn tiān zhī wēi , yǔ yuán tóng qì 。*

故同氣者帝，同義者王，同力者霸，無一焉者亡。  
*gù tóng qì zhě dì , tóng yì zhě wáng , tóng lì zhě bà , wú yī yān zhě wáng 。*

[.....]

Si, de nos jours, on laisse tomber les conflits et fait cesser le bruit des armes, si les vieillards peuvent dormir tranquilles chez eux, s'il n'y a dans les rues aucun attroupement, s'il n'advient ni prodiges néfastes ni calamités, ce n'est point l'effet des lois, tout cela est suscité par des souffles essentiels (*jing qi* 精氣). Ainsi, être fiable sans avoir à parler, être plein d'humanité sans avoir à donner, être respecté sans avoir à s'emporter, c'est mouvoir et transformer (*dong hua* 動化) les êtres par le cœur du ciel.

今日解怨偃兵，家老甘臥，巷無聚人，妖蓄不生。  
*Jīn rì jiě yuàn yǎn bīng , jiā lǎo gān wò , xiàng wú jù rén , yāo zī bù shēng 。*

非法之應也，精氣之動也。故不言而信，  
*Fēi fǎ zhī yīng yě , jīng qì zhī dòng yě 。 Gù bù yán ér xìn ,*

不施而仁，不怒而威，是以天心動化者也；  
*bù shī ér rén , bù nù ér wēi , shì yǐ tiān xīn dòng huà zhě yě ;*

### Chunqiu Fanlu ch. 58

La réunion (*he* 合) des souffles du Ciel et de la Terre constitue une unité; elle se sépare pour constituer le yin et le yang; elle se divise pour constituer les Quatre saisons; elle s'organise pour constituer les Cinq progressions (Cinq éléments, *wu xing* 五行).

天地之氣，合而為一，分為陰陽，判為四時，列為五行。  
*Tiān dì zhī qì , hé ér wéi yī , fēn wéi yīn yáng , pàn wéi sì shí , liè wéi wǔ xíng 。*

### Chunqiu Fanlu ch. 77

Ainsi l'essentiel dans l'entretien de la vie réside (se tient) dans le soin apporté aux souffles. Les souffles suivent les esprits pour être parfaits et complets; les esprits suivent l'intention pour se manifester; ce vers quoi le cœur va s'appelle intention (propos); quand l'intention se fatigue, les esprits sont troublés et quand les esprits sont troublés, les souffles sont diminués et une fois les souffles diminués, il devient difficile de vivre longtemps.

故養生之大者，乃在愛氣，氣從神而成，神從意而出，  
*Gù yǎng shēng zhī dà zhě , nǎi zài ài qì , qì cóng shén ér chéng , shén cóng yì ér chū ,*

心之所之謂意，意勞者神擾，神擾者氣少，氣少者難久矣  
*xīn zhī suǒ zhī wèi yì , yì láo zhě shén rǎo , shén rǎo zhě qì shǎo , qì shǎo zhě nán jiǔ yǐ*

## Chunqiu Fanlu ch. 81

Ce qu'il y a entre Ciel et Terre, c'est les souffles du yin yang; l'homme est constamment immergé en leur sein comme un poisson l'est dans l'eau. La différence entre ces souffles et l'eau tient dans la visibilité offerte par cette dernière, dont nous percevons les turbulences alors que les souffles ne nous sont pas visibles. La place de l'homme entre Ciel et Terre est comparable à celle du poisson, qui ne quitte jamais l'eau. Nul interstice (où ils ne pénètrent) mais ils n'ont pas la même turbidité; l'eau par rapport aux souffles est semblable à la boue par rapport à l'eau. Ainsi entre Ciel et Terre cela semble être vide (*xu* 虛), mais c'est une plénitude (*shi* 實); et l'homme est constamment immergé au milieu de ces turbulences .

天地之間,有陰陽之氣,常漸人者,若水常漸魚也,

*tiān dì zhī jiān , yǒu yīn yáng zhī qì, cháng jiàn rén zhě , ruò shuǐ cháng jiàn yú yě,*

所以異於水者,可見與不可見耳,其澹澹也,然則人之居天地之間

*suǒ yǐ yì yú shuǐ zhě , kě jiàn yǔ bù kě jiàn ěr , qí dàn dàn yě , rán zé rén zhī jū tiān dì zhī jiān*

其猶魚之離水一也,其無間,若氣而淖於水,水之比於氣也,

*qí yóu yú zhī lí shuǐ yī yě, qí wú jiān , ruò qì ér nào yú shuǐ , shuǐ zhī bǐ yú qì yě,*

若泥之比於水也,是天地之間,若虛而實,人常漸是澹澹之中

*ruò ní zhī bǐ yú shuǐ yě , shì tiān dì zhī jiān , ruò xū ér shí , rén cháng jiàn shì dàn dàn zhī zhōng*

## Zheng meng - Ch. 1

La concentration et la dispersion du souffle au sein du Grand Vide ressemble à la prise en glace et au dégel de l'eau. Si l'on comprend que le Grand Vide est identique au souffle, on sait qu'il n'y a pas de néant. [.....]

氣之聚散于太虛猶冰凝釋于水知太虛即氣則無無

*qì zhī jù sàn yú tài xū yóu bīng níng shì yú shuǐ zhī tài xū jí qì zé wú wú*

Le grand vide n'est rien d'autre que le souffle; le souffle ne peut pas ne pas s'accumuler pour faire les Dix mille êtres. Les Dix mille êtres ne peuvent pas ne pas se disperser pour faire le Grand vide.

Cette succession de sorties (apparitions) et de rentrées (disparitions) ne peut pas être évitée. Puisqu'il en est ainsi, le Sage qui comprend parfaitement la Voie s'y incorpore et ne se laisse attacher par rien; c'est ainsi qu'il conserve son esprit dans sa perfection. [.....]

太虛不能無氣氣不能不聚而為萬物萬物不能散而為

*tài xū bù néng wú qì qì bù néng bù jù ér wèi wàn wù wàn wù bù néng sǎn ér wèi*

太虛循是出入是皆不得已而然也然則聖人盡道其間

*tài xū xún shì chū rù shì jiē bù dé yǐ ér rán yě rán zé shèng rén jìn dào qí jiān*

兼體而不累者存神其至矣

*jiān tǐ ér bù lèi zhě cún shén qí zhì yǐ*

Condensé (le souffle) est mon corps; dispersé, il est encore mon corps. A celui qui comprend que la mort n'est pas l'anéantissement, on peut parler de la nature propre. [.....]

聚亦吾體 散亦吾體 知死之不亡者可與言性矣  
jù yì wú tǐ sàn yì wú tǐ zhī sǐ zhī bù wáng zhě kě yǔ yán xìng yǐ

Le qi, à son origine dans le Vide (*xu* 虛), est pur, un et sans formes; sous l'effet de la stimulation, il donne naissance [au Yin/Yang], et ce faisant se condense en figures visibles. (Trad. Anne Cheng)

氣本之虛則湛 本無形 感而生 則聚而有象  
qì běn zhī xū zé zhàn běn wú xíng gǎn ér shēng zé jù ér yǒu xiàng

## Zheng meng - Ch. 2

Une seule chose avec une double constitution, tel est le *qi*. En ce qu'il est un, il est spirituel (*shen* 神); en ce qu'il est deux, il est transformations (*hua* 化). (Trad. Anne Cheng)

一物兩體 氣也一故神 兩故化  
yī wù liǎng tǐ qì yě yī gù shén liǎng gù huà

## Zheng meng - Ch. 6

Dès qu'il y a une forme, il y a une nature (*xing* 性) de souffle et de substance (*qi zhi* 氣質). Le bien (*shan* 善) la fait s'en retourner de telle sorte qu'elle demeure comme nature du Ciel Terre. C'est pourquoi la nature de souffle et de substance n'est pas ce que l'homme accompli considère comme sa vraie nature.

形而後有氣質之性 善反之則天地之性存焉 故氣質之性君子有弗性者焉  
xíng ér hòu yǒu qì zhì zhī xìng shàn fǎn zhī zé tiān dì zhī xìng cún yān gù qì zhì zhī xìng jūn zǐ yǒu fú xìng zhě yān

## Zheng meng - Ch. 17

Le Grand Vide, le Sans forme est le fondement constitutif du souffle; sa condensation et sa dispersion sont les changements et transformations (*bian hua* 變化) qui donnent la suite ininterrompue des formes temporaires.

太虛無形 氣之本體 其聚其散 變化之客形 串  
tài xū wú xíng qì zhī běn tǐ qí jù qí sàn biàn huà zhī kè xíng chuàn

### SUWEN 3

Dès le temps ancien, la communication avec le Ciel tronc de la vie, s'enracine au yin/yang. Dans l'intervalle Ciel/Terre, à l'intérieur des Six jonctions, les souffles des vivants, en Neuf territoires et par Neuf orifices, en Cinq thésaurisations et par Douze rythmes, communiquent tous avec les souffles du Ciel.

Cinq les fait vivre, Trois les insuffle. Si l'on se permettait d'aller contre ces nombres, des souffles pervers porteraient atteinte à l'individu. Voilà la racine de la longévité pour chacun.

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 l'esprit vital (*jing shen* 精神), assimilaient les souffles du Ciel et communiquaient avec les intelligences spirituelles (*shen ming* 神明).

Mais une conduite déficiente : à l'intérieur, c'est la fermeture des Neuf orifices, à l'extérieur, l'obstruction dans l'épaisseur des chairs, la dispersion et la débandade des souffles défensifs. Cela s'appelle : se nuire à soi-même et la destruction des souffles.

夫自古 通 天 者 . 生 之 本 . 本 於 陰 陽 . 天 地 之 間 . 六 合 之 內 . 其 氣 九 州  
*fū zì gǔ tōng tiān zhě . shēng zhī běn . běn yú yīn yáng . tiān dì zhī jiān . liù hé zhī nèi . qí qì jiǔ zhōu*  
 九 竅 . 五 藏 . 十 二 節 . 皆 通 乎 天 氣 . 其 生 五 . 其 氣 三 . 數 犯 此 者 . 則 邪 氣 傷 人  
*jiǔ qiào . wǔ cáng . shí èr jié . jī èr tōng hū tiān qì . qí shēng wǔ . qí qì sān . shù fàn cǐ zhě . zé xié qì shāng rén*  
 此 壽 命 之 本 也 . 蒼 天 之 氣 清 淨 . 則 志 意 治 . 順 之 則 陽 氣 固 . 雖 有 賊 邪  
*cǐ shòu mìng zhī běn yě . cāng tiān zhī qì qīng jìng . zé zhì yì zhì . shùn zhī zé yáng qì gù . suī yǒu zéi xié .*  
 弗 能 害 也 . 此 因 時 之 序 . 故 聖 人 傳 精 神 . 服 天 氣 . 而 通 神 明 .  
*fú néng hài yě . cǐ yīn shí zhī xù . gù shèng rén chuán jīng shén . fú tiān qì . ér tōng shén míng*  
 失 之 則 內 閉 九 竅 . 外 壅 肌 肉 . 衛 氣 散 解 . 此 謂 自 傷 氣 之 削 也 .  
*shī zhī zé nèi bì jiǔ qiào . wài yōng jī ròu . wèi qì sàn jiě . cǐ wèi zì shāng qì zhī xuē yě*

### SUWEN 5

Le yang accumulé (*ji* 積) 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 donnent des diarrhées d'aliments non entièrement digérés; en haut, les souffles troubles donnent dilatations et gonflements.

En ces activités contrariées du yin/yang consistent les maladies, qui sont une opposition au mouvement naturel.

故積陽為天 . 積陰為地陰 . 靜陽躁 . 陽生陰長 . 陽殺陰藏 .  
*Gù jī yáng wèi tiān Jī yīn wèi dì · Yīn jìng yáng zào · Yáng shēng yīn cháng · Yáng shā yīn cáng ·*

陽化氣 . 陰成形 . 寒極生熱 . 熱極生寒 . 寒氣生濁 . 熱氣生清 .  
*Yáng huà qì · yīn chéng xíng · hán jí shēng rè · rè jí shēng hán · hán qì shēng zhuó · rè qì shēng qīng ·*

清氣在 . 則生飧泄 . 濁氣在上 . 則生臌脹 . 此陰陽反作 . 病之逆從  
*qīng qì zài xià · zé shēng sūn xiè · zhuó qì zài shàng · zé shēng chen zhàng · cǐ yīn yáng fǎn zuò · bìng zhī nì cóng yě*

[.....]

L'eau fait yin et le feu fait yang. Yang fait les souffles et Yin fait les saveurs (*wei* 味).

Les saveurs se portent (*gui* 歸) au corps (*xing* 形); le corps se porte aux souffles; les souffles se portent aux essences (*jing* 精); les essences se portent aux transformations (*hua* 化).

Les essences se nourrissent de souffles et le corps se nourrit de saveurs. Les transformations produisent les essences et les souffles produisent le corps.

Les saveurs portent atteinte au corps et les souffles portent atteinte aux essences. Les essences, par transformation, font des souffles et les souffles sont atteints par les saveurs.

水為陰 . 火為陽 . 陽為氣 . 陰為味 . 味歸形 . 形歸氣 .  
*shuǐ wèi yīn · huǒ wèi yáng · yáng wèi qì · yīn wèi wèi · wèi guī xíng · xíng guī qì ·*

氣歸精 . 精歸化 . 精食氣 . 形食味 . 化生精 . 氣生形 .  
*qì guī jīng · jīng guī huà · jīng shí qì · xíng shí wèi · huà shēng jīng · qì shēng xíng ·*

味傷形 . 氣傷精 . 精化為氣 . 氣傷於味 .  
*wèi shāng xíng · qì shāng jīng · jīng huà wèi qì · qì shāng yú wèi ·*

[.....]

Considérant le yin/yang dans sa relation au Ciel/Terre, la sueur est dite yang, elle tire cette appellation de la pluie du Ciel/Terre; le souffle est dit yang, il tire cette appellation du vent rapide du Ciel/Terre; violent, le souffle est à l'image du tonnerre, contraire, le souffle est à l'image du yang.

以天地為之陰陽 . 陽之汗 . 以天地之雨名之 . 陽之氣 .  
*Yǐ tiān dì wèi zhī yīn yáng · Yáng zhī hàn · Yǐ tiān dì zhī yǔ míng zhī · Yáng zhī qì ·*

以天地之疾風名之 . 暴氣象雷 . 逆氣象陽 .  
*Yǐ tiān dì zhī jí fēng míng zhī · Bào qì xiàng léi · Nì qì xiàng yáng ·*

## SUWEN 9

On m'a enseigné que les formes visibles (*xing* 形) existent par l'union de souffles (*qi he* 氣合) et que les changements (*bian* 變) qui s'y font déterminent leur vrai nom (*zheng ming* 正名); Au sein de la distribution d'influx (*yun* 運) du Ciel/Terre, les transformations (*hua* 化) opérées par le yin/yang produisent Dix mille êtres, qui avec peu, qui avec beaucoup.

氣合而有形 . 因變以正名 . 天地之運 . 陰陽之化 . 其於萬物 . 孰少孰多 .  
*qì hé ér yǒu xíng yīn biàn yǐ zhèng míng tiān dì zhī yùn yīn yáng zhī huà qí yú wàn wù shú shǎo shú duō*



[.....]

Le Ciel nourrit l'homme par les Cinq souffles; la Terre nourrit l'homme par les Cinq saveurs. Les Cinq souffles pénètrent par le nez et se thésaurisent au Cœur et au Poumon; en remontant, ils font resplendir les Cinq aspects du teint (*wu se* 五色) et résonner puissamment les sons de la voix.

天食人以五氣。地食人以五味。

*Tiān shí rén yǐ wǔ qì · Dì shí rén yǐ wǔ wèi ·*

五氣入鼻。藏於心肺。上使五色脩明。音聲能彰。

*Wǔ qì rù bí · Cáng yú xīn fèi · Shàng shǐ wǔ sè xiū míng · Yīn shēng néng zhāng ·*

Les Cinq saveurs pénètrent par la bouche et sont thésaurisées (*cang* 藏) par les Intestins et l'Estomac; les saveurs sont thésaurisées dans les organes (*zang* 藏) pour en entretenir les Cinq souffles. L'harmonieuse composition de ces souffles fait vivre (*qi he* 氣和); les liquides corporels denses et légers (*jin ye* 津液) se complètent parfaitement, et l'esprit alors fait vivre, naturellement (*zi sheng* 自生).

五味入口。藏於腸胃。味有所藏。以養五氣。氣和而生。

*wǔ wèi rù kǒu cáng yú cháng wèi wèi yǒu suǒ cáng yǐ yǎng wǔ qì qì hé ér shēng*

津液相成。神乃自生

*jīn yè xiāng chéng shén nǎi zì shēng*

### SUWEN 43

La nutrition/reconstitution (*rong* 榮), ce sont les souffles vitaux (*jing qi* 精氣) venus des liquides et des céréales; ils harmonisent et régularisent (*he tiao* 和調) les Cinq zang; ils arrosent les Six fu et s'y déploient en les nettoyant; c'est ainsi qu'ils peuvent pénétrer dans les circulations vitales (*mai* 脈). C'est pourquoi ils suivent les circulations, montant et descendant; ils passent à travers les zang et se connectent (*luo* 絡) avec les Six fu.

La défense (*wei* 衛), ce sont les souffles braves (*han qi* 悍氣) (issus) des liquides et des céréales. Ces souffles sont vifs et ardents (*piao ji* 慄疾), rapides et coulants (*hua li* 滑利); ils ne peuvent donc pas pénétrer dans les circulations vitales (*mai* 脈). C'est pourquoi ils cheminent dans les couches de la peau, aux endroits où les chairs se séparent, se dégageant comme une fumée dans tous les tissus (*huang mo* 肱膜), se diffusant à la poitrine et au ventre.

榮者。水穀之精氣也。和調於五藏。灑陳於六府。

*róng zhě · shuǐ gǔ zhī jīng qì yě · hé tiào yú wǔ cáng · sǎ chén yú liù fǔ ·*

乃能入於脈也。故循脈上下。貫五藏。絡六府也。

*Nǎi néng rù yú mài yě · Gù xún mài shàng xià · Guàn wǔ cáng · Luò liù fǔ yě ·*

衛者。水穀之悍氣也。其氣慄疾滑利。不能入於脈也。

*Wèi zhě · Shuǐ gǔ zhī hàn qì yě · Qí qì piào jí huá lì · Bù néng rù yú mài yě ·*

故循皮膚之中。分肉之間。熏於肱膜。散於胸腹。

*Gù xún pí fū zhī zhōng · Fēn ròu zhī jiān · Xūn yú huāng mò · Sǎn yú xiōng fù ·*

## LINGSHU 30

Le Réchauffeur Supérieur déclenche le jaillissement, propage les saveurs des Cinq céréales, enfume la peau, donne sa force au corps et leur onctuosité aux poils. C'est comme une imprégnation par le brouillard et la rosée (*wu lu* 霧露). Voilà ce qu'on entend par "souffles".

上焦開發 . 宣五穀味 . 熏膚充身澤毛 . 若霧露之溉 . 是謂氣 .  
*Shàng jiāo kāi fā · Xuān wǔ gǔ wèi · Xūn fū chōng shēn zé máo · Ruò wù lù zhī gài · Shì wèi qì ·*

## LINGSHU 52

Les Cinq zang sont les thésaurisateurs des essences et des Esprits (*jing shen* 精神), des Hun et des Po. Les Six fu sont les réceptacles des liquides et des céréales, pour faire circuler les matières et opérer leurs transformations.

Ces souffles, à l'interne sont aux Cinq zang et à l'extérieur font les circulations connectives (*luo* 絡) aux membres et aux articulations (relais de l'animation, *jie* 節).

Ceux de ces souffles qui émergent vers la surface et ne suivent pas les méridiens sont les souffles défensifs. Ceux de ces souffles qui sont saturés d'essences et circulent dans les méridiens sont les souffles nutritifs.

Yin et yang s'ajustent l'un à l'autre, extérieur et intérieur s'animent en succession, comme un anneau sans extrémité. Quel merveilleux agencement, tout de pureté et simplicité ! Qui pourrait le pénétrer au fond !

Quand on distingue et sépare yin et yang, on parle de hautes branches et de tronc, de vide et de plénitude, d'endroits de séparation. Quand on sépare les douze méridiens en yin et yang, on connaît les lieux où apparaissent les maladies. Quand on observe les endroits où sont les vides et les plénitudes, on peut trouver si la maladie est en haut ou en bas. Quand on connaît les rues des souffles (*qi jie* 氣街) des Six fu, on peut dénouer les noeuds et ouvrir successivement toutes les portes.

五藏者 . 所以藏精神魂魄者也 . 六府者 . 所以受水穀而化行物者也 .  
*wǔ cáng zhě · suǒ yǐ cáng jīng shén hún pò zhě yě · liù fǔ zhě · suǒ yǐ shòu shuǐ gǔ ér huà xíng wù zhě yě*

其氣內于五藏 . 而外絡肢節 . 其浮氣之不循經者 . 為衛氣 .  
*qí qì nèi yú wǔ cáng · ér wài luò zhī jié · qí fú qì zhī bù xún jīng zhě · wèi wèi qì ·*

其精氣之行于經者 . 為營氣 . 陰陽相隨 . 外內相貫 . 如環之無端 .  
*qí jīng qì zhī xíng yú jīng zhě · wèi yíng qì · yīn yáng xiāng suí · wài nèi xiāng guàn · rú huán zhī wú duān*

亭亭淳淳乎 . 孰能窮之 . 然其分別陰陽 . 皆有標本虛實所離之處 .  
*tíng tíng chún chún hū · shú néng qióng zhī · rán qí fēn bié yīn yáng · jiē yǒu biāo běn xū shí suǒ lí zhī chù*

能別陰陽十二經者 . 知病之所生 . 候虛實之所在者 .  
*Néng bié yīn yáng shí èr jīng zhě · Zhī bìng zhī suǒ shēng · Hòu xū shí zhī suǒ zài zhě ·*

能得病之高下 . 知六府之氣街者 . 能知解結契紹于門戶 .  
*Néng dé bìng zhī gāo xià · Zhī liù fǔ zhī qì jiē zhě · Néng zhī jiě jié qì shào yú mén hù ·*

## LINGSHU 56

Les céréales commencent par entrer à l'estomac. Leur jing wei (精微) sort d'abord (et par affinité) aux deux Réchauffeurs de l'Estomac (supérieur et moyen) pour irriguer les Cinq zang. Il y a séparation en deux voies de sortie, qui sont les chemins de la nutrition et de la défense.

Leurs grands souffles (*da qi* 大氣), qui battent sans circuler et s'accumulent (*ji* 積) au milieu de la poitrine (*xiong zhong* 胸中), ont pour nom consacré : mer des souffles (*qi hai* 氣海). Ils sortent au poumon, suivent la gorge et c'est ainsi qu'il y a sortie à l'expiration et entrée à l'inspiration.

Les souffles vitaux (*jing qi* 精氣) du Ciel/Terre ont une grande loi : toujours trois sorties pour une entrée. C'est pourquoi, quand les céréales ne rentrent plus, en une demi journée les souffles déclinent, et, en une journée, ils s'amoindrissent.

穀始入于胃 . 其精微者 . 先出于胃 . 之兩焦 . 以溉五藏 .

*Gǔ shǐ rù yú wèi · qí jīng wēi zhě · xiān chū yú wèi · zhī liǎng jiāo · yǐ gài wǔ cáng ·*

別出兩行營衛之道 . 其大氣之搏而不行者 . 積于胸中 .

*bié chū liǎng xíng yíng wèi zhī dào · qí dà qì zhī bó ér bù xíng zhě · jī yú xiōng zhōng ·*

命曰氣海 . 出于肺 . 循喉咽 . 故呼則出 . 吸則入 . 天地之精氣 .

*mìng yuē qì hǎi · chū yú fèi · xún hóu yān · gù hū zé chū · xī zé rù · tiān dì zhī jīng qì ·*

其大數常出三入一 . 故穀不入半日則氣衰 . 一日則氣少矣 .

*qí dà shù cháng chū sān rù yī · gù gǔ bù rù bàn rì zé qì shuāi · yī rì zé qì shǎo yǐ ·*

## LINGSHU 60

L'Estomac est mer des souffles et du sang (*qi xue* 氣血) venant des liquides et des céréales; les nuages et les souffles (*yun qi* 雲氣) qui proviennent de cette mer circulent partout sous le Ciel.

胃者 . 水穀氣血之海也 . 海之所行雲氣者 . 天下也 .

*Wèi zhě · Shuǐ gǔ qì xiě zhī hǎi yě · Hǎi zhī suǒ xíng yún qì zhě · Tiān xià yě ·*

## LINGSHU 71

Quand les Cinq céréales pénètrent à l'estomac elles se divisent en trois tranchées : résidues et lies (*zao po* 糟粕), liquides corporels (*jin ye* 津液), souffles convergents/ancestraux (*zong qi* 宗氣).

Les souffles convergents (ancestraux, *zong qi* 宗氣) s'accumulent au milieu de la poitrine (*xiong zhong* 胸中), sortent au larynx en passant par le mai du coeur, faisant marcher expiration et inspiration.

Les souffles nutritifs/reconstructifs (*ying qi* 營氣) produisent par tamisage les liquides corporels (*jin ye*), se déversent aux circulations vitales (*mai* 脈), font le sang par transformation. Ils font prospérer (*rong* 榮) les Quatre extrémités (membres); à l'intérieur, ils se déversent aux Cinq zang et aux Six fu. Ils se conforment (*ying* 應) aux nombres (lois) qui régissent l'écoulement du temps (*ke shu* 刻數).

Les souffles défensifs (*wei qi* 衛氣) sortent avec la rapidité et la promptitude des souffles braves; ils circulent en premier (et par affinité) aux Quatre extrémités (membres), aux endroits où les chairs se divisent (*fen rou* 分肉), entre les couches de la peau, sans jamais s'arrêter : le jour, ils circulent au yang et la nuit ils circulent au yin.

五穀入于胃也。其糟粕津液宗氣。分為三隧。故宗氣積于胸中。  
 wǔ gǔ rù yú wèi yě · qí zāo pò jīn yè zōng qì · fēn wèi sān suì · gù zōng qì jī yú xiōng zhōng ·  
 出於喉嚨。以貫心脈。而行呼吸焉。營氣者。泌其津液。注之於脈。  
 chū yú hóu lóng · yǐ guàn xīn mài · ér xíng hū xī yān · yíng qì zhě · mì qí jīn yè · zhù zhī yú mài ·  
 化以為血。以榮四末。內注五藏六府。以應刻數焉。衛氣者。出其悍氣之慄疾  
 huà yǐ wèi xiě · yǐ róng sì mò · nèi zhù wǔ cáng liù fǔ · yǐ yīng kè shù yān · wèi qì zhě · chū qí hàn qì zhī piào jí  
 而先行於四末。分肉皮膚之間。而不休者也。晝日行於陽。夜行於陰。  
 ér xiān xíng yú sì mò fēn ròu pí fū zhī jiān · ér bù xiū zhě yě · zhòu rì xíng yú yáng · yè xíng yú yīn

## LINGSHU 75

L'acupuncture consiste en la régulation des souffles (*tiao qi* 調氣); les souffles s'accumulent (*ji* 積) à l'Estomac pour permettent les libres communications (*tong* 通) de la nutrition et de la défense, chacune circulant selon ses voies.

Les souffles convergents/ancestraux (*zong qi* 宗氣) demeurent à la mer (aux mers) (*hai* 海). En bas, ils se déversent à la rue des souffles. En haut, ils se rendent aux voies respiratoires. Ainsi, quand il y a des reflux (*jue* 厥) aux pieds (membres inférieurs), les souffles ancestraux n'y descendent plus et le sang qui se trouvent au sein des mai se condense et stagne, sans que l'on puisse régulariser la situation par du feu ou prendre des points...

用鍼之類。在於調氣。氣積於胃。以通。營衛各行其道。宗氣流於海。  
 yòng zhēn zhī lèi · zài yú tiào qì · qì jī yú wèi · yǐ tōng · yíng wèi gè xíng qí dào · zōng qì líu yú hǎi ·

其下者。注於氣街。其上者。走於息道。故厥在於足。  
 qí xià zhě · zhù yú qì jiē · qí shàng zhě · zǒu yú xī dào · gù jué zài yú zú ·

宗氣不下。脈中之血。凝而留止。弗之火調。弗能取之。  
 zōng qì bù xià · mài zhōng zhī xiě · níng ér líu zhǐ · fú zhī huǒ tiào · fú néng qǔ zhī ·

[.....]

Les souffles authentiques (*zhen qi* 真氣), c'est ce qui est reçu du Ciel; ensemble avec les souffles des céréales (*gu qi* 穀氣), ils donnent à l'être (*shen* 身) sa pleine puissance (*chong* 充).

真氣者。所受於天。與穀氣并而充身也。  
 zhēn qì zhě · suǒ shòu yú tiān · yǔ gǔ qì bìng ér chōng shēn yě ·

Les souffles corrects (*zheng qi* 正氣) sont les vents corrects (*zheng feng* 正風); ils proviennent chacun d'un quadrant spécifique; il ne s'agit ni des vents qui causent des plénitudes (pathologiques), ni de ceux qui causent des vides.

正氣者。正風也。從一方來。非實風。又非虛風也。

*zhèng qì zhě · zhèng fēng yě · cóng yī fāng lái · fēi shí fēng · yòu fēi xū fēng yě ·*

Les souffles pervers (*xie qi* 邪氣) sont les vents du vide (*xu feng* 虛風 : causant ou profitant du vide) qui se conduisent comme des voleurs et qui portent atteinte à l'homme. Quand ils atteignent l'homme, une fois en profondeur, ils ne peuvent plus s'en aller d'eux-mêmes. Quand les vents corrects atteignent l'homme, ils sont en superficie et y font leurs jonctions (*he* 合) et s'en vont d'eux-mêmes. Leurs souffles arrivent mous et faibles et ne peuvent pas dominer les souffles authentiques; c'est pourquoi ils s'en vont d'eux-mêmes.

邪氣者。虛風之賊傷人也。其中人也深。不能自去。

*xié qì zhě · xū fēng zhī zéi shāng rén yě · qí zhōng rén yě shēn · bù néng zì qù ·*

正風者。其中人也淺。合而自去。其氣來柔弱。不能勝真氣。故自去

*zhèng fēng zhě · qí zhōng rén yě qiǎn · hé ér zì qù · qí qì lái róu ruò · bù néng shèng zhēn qì · gù zì qù*

## NANJING 8

Les Douze méridiens se connectent tous à la source (*yuan* 原) du souffle de vie (*sheng qi* 生氣).

Ce qu'on entend par cette "source du souffle de vie", c'est l'enracinement (*gen ben* 根本) des Douze méridiens, c'est-à-dire les souffles qui battent (*dong qi* 動氣) entre les Reins.

Voilà l'enracinement (*ben* 本) 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 (*san jiao* 三焦).

On dit encore que c'est la garde des esprits (*shen* 神) contre les pervers (*xie* 邪).

Ainsi, ces souffles sont l'enracinement (*gen ben* 根本) de l'homme; et quand la racine est coupée, tiges et feuilles se dessèchent.

諸十二經脈者，皆係於生氣之原。

*Zhū shí èr jīng mài zhě · jiē xì yú shēng qì zhī yuán ·*

所謂生氣之原者，謂十二經之根本也，謂腎間動氣也，

*Suǒ wèi shēng qì zhī yuán zhě · wèi shí èr jīng zhī gēn běn yě · wèi shèn jiān dòng qì yě ·*

此五藏六府之本，十二經脈之根，呼吸之門，三焦之原，

*cǐ wǔ cáng liù fǔ zhī běn · shí èr jīng mài zhī gēn · hū xī zhī mén · sān jiāo zhī yuán ·*

一名守邪之神。故氣者，人之根本也，根絕則莖葉枯矣。

*yī míng shǒu xié zhī shén · gù qì zhě · rén zhī gēn běn yě · gēn jué zé jīng yè kū yǐ ·*