

QUELQUES TEXTES POUR WEI 味 SAVEUR

SHUJING - HONGFAN

L'eau qui humidifie et coule vers le bas devient salé; le feu qui brûle et s'élève devient amer; le bois, courbé et redressé, devient acide; le métal, qui change de forme dans sa ductilité, devient âcre; la terre, en étant cultivée, prend une saveur douce." (Trad. A. Cheng)

潤下作鹹 . 炎上作苦 . 曲直作酸 . 從革作辛 . 稼穡作甘

GUOYU, Zhouyu 2, 6

... si le vêtement et les attributs sont d'une splendeur glorieuse, les couleurs des ornements vives et lumineuses, les figures des emblèmes correctement brodées sur la soie du costume, la démarche et les évolutions rythmées avec une parfaite justesse, si la mine et les attitudes dénotent de la grandeur, et la dignité du maintien de la mesure, s'il est fait en sorte que les cinq saveurs alimentent le fluide vital (*wu wei shi qi* 五味實氣), que les cinq couleurs (des emblèmes) clarifient les aspirations du cœur (*wu se jing xin* 五色精心), que les cinq notes traduisent l'éclat de la vertu dynastique (*wu sheng zhao de* 五聲昭德), que les cinq devoirs [envers les parents] président à l'entretien des rapports convenables (*wu yi ji yi* 五義紀宜), que la chère et les vins méritent d'être savourés, que le parfait accord et la communauté de sentiments soient dignes d'admiration, et la richesse des dons matériels digne de louange, alors les normes sont observées et le prestige instauré (*shun er de jian* 順而德建). (Trad. d'Hormon et Mathieu)

夫王公諸侯之有飫也，將以講事成章，建大德、昭大物也，故立成禮烝而已。飫以顯物，宴以合好，故歲飫不倦，時宴不淫，月會、旬修，日完不忘。服物昭庸，采飾顯明，文章比象，周旋序順，容貌有崇，威儀有則，五味實氣，五色精心，五聲昭德，五義紀宜，飲食可饗，和同可觀，財用可嘉，則順而德建。古之善禮者，將焉用全烝？

GUOYU, Zhouyu 3-1

Quand le rang est élevé, plus dure est la chute. Des mets trop abondants (*hou wei* 厚味) finissent, à la longue, par empoisonner (*du* 毒). (Trad. d'Hormon et Mathieu)

夫郤氏，晉之寵人也，三卿而五大夫，可以戒懼矣。高位寔疾顛，厚味寔臘毒。

GUOYU, Zhouyu 3-6 (p.312)

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. d'Hormon et 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 明以時動 名以成政 動以殖生 政成生殖 樂之至也 若視聽不和 而有震眩 則味入不精 不精則氣佚 氣佚則不和 於是乎有狂悖之言 有眩惑之明 有轉易之名 有過慝之度 出令不信 刑政放紛 動不順時

CHUNQIU ZUOZHUAN - Zhao 1

Le Ciel possède Six souffles (*liu qi* 六氣) qui, descendant (sur Terre) génèrent les Cinq saveurs (*wu wei* 五味); leur déploiement est les Cinq couleurs (*wu si* 五色), leur manifestation les Cinq sons (*wu sheng* 五聲); s'ils débordent (*yin* 淫), ils génèrent les Six sortes de maux (*liu ji* 六疾).

天有六氣 . 降生五味 . 發為五色 . 徵為五聲 . 淫生六疾 .

CHUNQIU ZUOZHUAN - Zhao 9

Les saveurs (*wei* 味) guident (*xing* 行) les souffles; les souffles affermissent (*shi* 實) le vouloir; le vouloir (*zhi* 志) fixe la parole; la parole donne des ordres.

味以行氣 . 氣以實志 . 志以定言 . 言以出令 .

CHUNQIU ZUOZHUAN - Zhao 20

— Y a-t-il une différence entre harmonie (*he* 和) et conformité (*tong* 同) ?

— Il y a une différence. Un exemple d'harmonie, c'est le bouillon. L'eau, le feu, le vinaigre, la viande hachée et conservée, le sel, les prunes avec le poisson cru, (concourent à former le bouillon). On fait chauffer le tout avec du chauffage. Le chef de cuisine combine les différents ingrédients, les met dans la proportion voulue d'après leur saveur, ajoute ce qui manque aux uns en les mêlant avec d'autres, fait disparaître ce que ceux-ci ont de trop en les tempérant avec ceux-là. Un prince sage, en mangeant ce bouillon, met ses passions en équilibre (*ping qi xin* 平其心). Il en doit être ainsi entre le prince et le sujet. Quand, dans ce que le prince approuve, il se trouve quelque chose qui n'est pas à approuver, le sujet doit relever ce qui n'est pas à approuver, pour rendre entièrement exacte l'approbation faite par le prince. Quand, dans ce que le prince désapprouve, il se trouve quelque chose qui est à approuver, le sujet doit relever ce qui est à approuver, et le soustraire à la désapprobation du prince. De cette manière le gouvernement est juste, n'offense ni la raison ni l'équité, et ne trouve pas de résistance dans l'esprit du peuple. Il est dit dans les [Chants](#) :

Il y a aussi des bouillons ; ils ont été préparés d'avance et bien assaisonnés. J'attire mon aïeul par l'odeur des mets, sans recourir aux paroles ; et il ne s'élève pas de dispute. (Song, Livre V, Chant II, 2).

« Les anciens souverains faisaient combiner les cinq sortes de saveurs et accorder les cinq sons, afin d'établir l'équilibre des passions et de rendre l'administration parfaite. Il en est des sons comme des saveurs. Le souffle de l'homme (*yi qi* 一氣), les deux sortes de représentations mimiques (civile et militaire), les trois sortes de chants, les matières de tous les pays, les cinq sons, les six tubes musicaux, les sept notes, les vents des huit directions, les chants relatifs aux neuf sortes de travaux, toutes ces choses réunies formaient une musique parfaite. Le distinct et l'indistinct, le petit et le grand, le court et le long, le vif et le calme, le triste et le joyeux, le fort et le faible, le lent et le rapide, le haut et le bas, l'extérieur et l'intérieur, l'épais et le clair se combinaient entre eux. Le sage, en prêtant l'oreille à la musique, acquérait l'équilibre des passions. Le cœur étant bien réglé, les vertus étaient en harmonie. Dans les [Chants](#) il est dit :

Sa bonne renommée n'est pas défectueuse. (Pin foug, Chant VII, 2).

Kiu n'agit pas ainsi. Ce que le prince approuve, Kiu l'approuve aussi. Ce que le prince désapprouve, Kiu le désapprouve aussi. Si l'on tempérerait la saveur de l'eau avec de l'eau, qui pourrait avaler ce breuvage ? Si le luth et la guitare ne donnaient qu'une seule et même note, qui pourrait les entendre ? C'est ainsi que l'assentiment pur et simple n'est pas louable. (Trad. Couvreur)

公曰 . 和與同異乎 . 對曰異 . 和如羹焉 . 水火醯醢鹽梅 . 以烹魚肉 . 燂之以薪 . 宰夫和之 . 齊之以味 . 濟其不及 . 以洩其過 . 君子食之 . 以平其心 . 君臣亦然 . 君所謂可 . 而有否焉 . 臣獻其否 . 以成其可 . 君所謂否 . 而有可焉 . 臣獻其可 . 以去其否 . 是以政平而不干民無爭心 . 故詩曰 . 亦有和羹 . 既戒既平 . 醜假無言 . 時靡有爭 . 先王之濟五味 . 和五聲也 . 以平其心 . 成其政也 . 聲亦如味 . 一氣 . 二體 . 三類 . 四物 . 五聲 . 六律 . 七音 . 八風 . 九歌 . 以相成也 . 清濁大小 . 長短疾徐 . 哀樂剛柔 . 遲速高下 . 出入周疏 . 以相濟也 . 君子聽之 . 以平其心 . 心平德和 . 故詩曰 . 德音不瑕 . 今據不然 . 君所謂可 . 據亦曰可 . 君所謂否 . 據亦曰否 . 若以水濟水 . 誰能食之 . 若琴瑟之專壹 . 誰能聽之 . 同之不可也如是 .

CHUNQIU ZUOZHUAN - Zhao 25

(Le ciel et la terre) engendrent (*sheng* 生) les six souffles (*liu qi* 六氣); ils emploient (*yong* 用) les cinq éléments (*wu xing* 五行). (*sheng qi liu qi yong qi wu xing* 生其六氣用其五行)
 Les (Six) souffles produisent les Cinq saveurs (*qi wei wu wei* 氣為五味). Ils éclatent (à nos yeux) en Cinq couleurs (*fa wei wu se* 發為五色). Ils s'arrangent (à nos oreilles) en Cinq sons principaux de la musique (*zhang wei wu sheng* 章為五聲). Quand les saveurs, les couleurs, les sons dépassent la juste mesure, il y a confusion et trouble (*yin ze hun luan* 淫則昏亂); l'homme perd ses bonnes qualités naturelles (*min shi qi xing* 民失其性). C'est pourquoi les grandes règles de conduire ont été tracée pour conserver les bonnes qualités naturelles de l'homme.
 On soigne les six sortes d'animaux domestiques (le cheval, le bœuf, le mouton, la poule, le chien, le porc), les cinq sortes d'animaux sauvages pour la chasse (le grand cerf, le cerf ordinaire, le daim, le loup, le lièvre), les trois sortes de victimes (le bœuf, le mouton, le porc), afin de maintenir les cinq saveurs dans leur juste mesure. Sur les vêtements officiels, on brode neuf emblèmes, des ornements de toute couleur, des ornements rouges et blancs, pour régler l'usage des cinq couleurs. Les neuf chants, les vents qui soufflent dans les huit directions, les sept espèces d'instruments de musique, les six tubes musicaux servent à régler l'usage des sons.

天地之經 . 而民實則之 . 則天之明 . 因地之性 . 生其六氣 . 用其五行 . 氣為五味 . 發為五色 . 章為五聲 . 淫則昏亂 . 民失其性 . 是故為禮以奉之 . 為六畜 . 五牲 . 三犧 . 以奉五味 . 為九文 . 六采以奉五色 . 為九歌 . 八風 . 七音 . 六律 . 以奉五聲 .

MENCIUS VI, 1, 7 trad. Couvreur

Tous les hommes jugent des saveurs de la même manière (*tong* 同). I la a discerné avant moi ce qui est agréable à mon palais. Si le palais de I la n'avait pas eu naturellement les mêmes goûts que celui des autres hommes, ce qui a lieu pour les chiens et les chevaux, qui forment des espèces différentes de la nôtre ; comment tous les hommes s'accorderaient-ils avec I la au sujet des saveurs ? Tous les hommes jugent des saveurs comme I la, parce que le palais est semblable chez tous les hommes.

Il en est de même pour l'oreille. Tous les hommes jugent des sons comme le musicien K'ouang ; c'est que l'oreille est semblable chez tous les hommes. Il en est aussi de même pour l'œil. Il n'y avait personne qui ne reconnût la beauté de Tzeu tou. Celui qui n'aurait pas reconnu que Tzeu tou était beau, n'aurait pas eu d'yeux.

Pour cette raison, je dis que, chez tous les hommes, le palais apprécie de même les saveurs, l'oreille les sons, et l'œil les couleurs. L'esprit (*xin* 心) serait-il le seul qui ne portât pas sur certaines choses les mêmes jugements chez tous les hommes ? Quelles sont ces choses sur lesquelles tous les hommes portent les mêmes jugements ? Je dis que ce sont les premiers principes (*li* 理) et leurs applications (*yi* 義). Les plus grands sages ont trouvé avant nous ce que notre esprit approuve généralement. L'esprit de l'homme agrée les principes de la raison et leurs applications, comme son palais agrée la chair des animaux qui se nourrissent d'herbe ou de grain.

口之於味，有同耆也。易牙先得我口之所耆者也。如使口之於味也，其性與人殊，若犬馬之與我不同類也，則天下何耆皆從易牙之於味也？至於味，天下期於易牙，是天下之口相似也。惟耳亦然。至於聲，天下期於師曠，是天下之耳相似也。惟目亦然。至於子都，天下莫不知其姣也。不知子都之姣者，無目者也。故曰：口之於味也，有同耆焉；耳之於聲也，有同聽焉；目之於色也，有同美焉。至於心，獨無所同然乎？心之所同然者何也？謂理也，義也。聖人先得我心之所同然耳。故理義之悅我心，猶芻豢之悅我口。」

MENCIUS VII, 2, 24 trad. Couvreur

C'est par une tendance naturelle que le goût se porte vers les saveurs, la vue vers les couleurs, l'ouïe vers les sons, l'odorat vers les odeurs, tous les membres vers le bien-être et le repos. Mais la Providence est la dispensatrice des biens extérieurs. Pour cette raison, le sage ne donne pas à cette tendance naturelle le nom de nature (*xing* 性), c'est-à-dire de loi naturelle que l'homme puisse ou doive suivre en toutes choses.

« L'affection mutuelle du père et du fils, la justice mutuelle du prince et du sujet, l'urbanité mutuelle du maître de la maison et de l'hôte qu'il reçoit, l'habileté à discerner les sages, la sagesse parfaite qui marche toujours dans la voie droite, toutes ces vertus sont des dons de la Providence. Mais il y a la nature ou la loi naturelle qui nous oblige à les mettre en pratique. Pour cette raison, le sage n'appelle pas don du Ciel la pratique de ces vertus. (*L'homme*

vulgaire, au contraire, appelle nature ou loi naturelle la convoitise des biens extérieurs, et veut la suivre en toutes choses ; il appelle don du ciel la pratique des vertus ; et ne fait aucun effort pour les pratiquer).

孟子曰：「口之於味也，目之於色也，耳之於聲也，鼻之於臭也，四肢之於安佚也，性也，有命焉，君子不謂性也。仁之於父子也，義之於君臣也，禮之於賓主也，智之於賢者也，聖人之於天道也，命也，有性焉，君子不謂命也。」

XUNZI ch.1 Trad. I. Kamenarovic

L'homme accompli sait bien que s'il ne s'investit pas entièrement et demeure dispersé, jamais il ne sera digne d'admiration. C'est pourquoi il récite et scrute [les Classiques] afin de s'en pénétrer, il y attache sa pensée afin de mieux les comprendre, il se met à la place des gens éminents afin de mettre ses pas dans les leurs. Ecartant de lui-même tout ce qui nuirait [à son étude], il s'en tient fermement à ce qui la nourrit. Il rend son œil non désireux de voir ce qu'il ne faut pas voir, son oreille non désireuse d'ouïr ce qu'il ne faut pas entendre, sa bouche non désireuse de dire ce qui n'est pas à dire, son cœur non désireux de penser à ce qu'il ne faut pas penser. Et cela jusqu'à ce qu'il parvienne à ce qui soit vraiment aimable. Son œil alors aime les cinq couleurs, son oreille aime les cinq notes, sa bouche aime les cinq saveurs, son cœur fait son profit de tout sous le ciel.

君子知夫不全不粹之不足以為美也，故誦數以貫之，思索以通之，為其人以處之，除其害者以持養之。使目非是無欲見也，使耳非是無欲聞也，使口非是無欲言也，使心非是無欲慮也。及至其致好之也，目好之五色，耳好之五聲，口好之五味，心利之有天下。

XUNZI ch.11 Trad. I. Kamenarovic

Les dispositions naturelles (*qing* 情) de l'homme incitent ses yeux à voir le plus de couleurs possibles, ses oreilles à entendre le plus de sons possibles, sa bouche à goûter le plus de saveur possibles, son nez à sentir le plus de parfums possibles et son cœur à ressentir le plus grand bien-être possible. Ces cinq tendances à l'extrême font partie des dispositions naturelles auxquelles nul ne saurait échapper. Les cinq ont besoin d'instruments, faute desquels il n'est pas possible d'obtenir satisfaction.

夫人之情，目欲綦色，耳欲綦聲，口欲綦味，鼻欲綦臭，心欲綦佚。此五綦者，人情之所必不免也。養五綦者有具。無其具，則五綦者不可得而致

[.....]

C'est une disposition naturelle (*qing*) chez les humains que leur bouche apprécie les saveurs et que rien ne lui plaise davantage qu'un goût agréable, que leurs oreilles apprécient les sons et que rien ne soient pour elles plus grand que la musique, que leurs yeux apprécient formes et couleurs et que rien ne leur semble plus foisonnant que le raffinement et l'élégance, ni rien plus généreux que la beauté des femmes, que leurs corps apprécient le bien-être et le repos et que rien ne leur soit plus agréable que le calme et la tranquillité, que leur cœur soit sensible au profit et que rien ne leur paraisse plus profitable qu'un bon traitement de fonctionnaire. L'ensemble de ce que les habitants de l'empire désireraient avoir, le Fils du Ciel le possède. Il exerce l'autorité sur cette possession immense qu'est l'empire comme il l'exercerait sur ses

enfants et ses petits-enfants. A moins d'être déraisonnable, insensé, stupide, obtus, qui n'éprouverait de la joie en contemplant cela ?

故人之情, 口好味, 而臭味莫美焉; 耳好聲, 而聲樂莫大焉; 目好色, 而文章致繁, 婦女莫眾焉; 形體好佚, 而安重閒靜莫愉焉; 心好利, 而穀祿莫厚焉。合天下之所同願兼而有之, 罣牢天下而制之若制子孫, 人苟不狂惑戇陋者, 其誰能睹是而不樂也哉!

XUNZI ch.19 Trad. I. Kamenarovic

Les rites sont donc une nourriture. La viande des animaux d'élevage, le riz, le millet et l'accommodation des mets selon les cinq saveurs sont une nourriture pour la bouche ; le poivrier du Japon, l'orchidée, les senteurs et les parfums sont une nourriture pour le nez ; la sculpture, la gravure, l'entaille, la ciselure, la broderie, le brocart et tous les ornements sont une nourriture pour l'œil ; les cloches, les tambours, les flûtes *guan*, les pierres musicales, le *qin*, la guitare *se*, les orgues à bouche *yu* et *sheng* sont une nourriture pour l'oreille ; les maisons vastes et les temples profonds, les nattes de jonc, les lits, les accoudoirs et les sièges sont une nourriture pour le corps. De même, les rites sont eux aussi une nourriture. Une fois qu'il a reçu cette nourriture, l'homme accompli s'attache aux distinctions.

故禮者養也。芻豢稻粱, 五味調香, 所以養口也; 椒蘭芬苾, 所以養鼻也; 雕琢刻鏤, 黼黻文章, 所以養目也; 鐘鼓管磬, 琴瑟竽笙, 所以養耳也; 疏房檜貌, 越席床第几筵, 所以養體也。故禮者養也。君子既得其養, 又好其別。

DAODEJING 12 Trad. C. Larre

Les cinq couleurs aveuglent l'œil - Les cinq notes assourdissent l'oreille
 Les Cinq saveurs gâtent la bouche - Courses et chasses affolent le cœur
 L'amour des objets rares égare la conduite
 Les Saints eux étaient pour le ventre pas pour l'œil
 Ils rejetaient l'extérieur et s'en tenaient à soi

五色令人目盲, 五音令人耳聾, 五味令人口爽, 馳騁田獵令人心發狂, 難得之貨令人行妨。是以聖人為腹不為目, 故去彼取此。

DAODEJING 35 Trad. C. Larre

Qui tient le Grand Symbole fait accourir les êtres sous le Ciel
 Ils accourent et n'éprouvent aucun mal Ils trouvent la sécurité d'une paix immense
 Musique et mets choisis arrêtent en chemin un quelconque passant
 Mais la Voie qui sort d'une bouche humaine comme elle paraît fade et sans goût
 On a beau regarder elle n'offre pas à voir
 On a beau écouter elle n'offre pas à entendre
 Oui mais à qui en use elle s'offre inépuisable.

執大象，天下往；往而不害，安平泰。樂與餌，過客止。道之出口，淡乎無味，視之不可見，聽之不可聞，用之不可既。

DAODEJING 63 Trad. C. Larre

Agir sans agir - Faire sans affaire - Savourer l'insipide - Magnifier l'infime - Valorise le moindre

為無為，事無事，味無味。大小多少

LÜSHI CHUNQIU I, 3

Ce qui permet à la vie de durer, c'est d'aller dans le sens des choses et ce qui l'empêche de suivre le sens de choses, ce sont les désirs. Le Sage doit donc commencer par maîtriser ses désirs.

Si une pièce est trop grande, elle a trop d'ombre, si une terrasse est trop élevée, elle reçoit un excès de soleil. Or, trop de yin abat et trop de yang paralyse, ce sont là les défauts d'une mauvaise répartition du yin et du yang. C'est pourquoi les Anciens Rois ne se tenaient pas dans des salles trop vastes ni ne faisaient édifier de trop hautes terrasses. Ils ne cherchaient pas à rassembler les mets les plus exquis, ils ne revêtaient pas les étoffes les plus chaudes et les plus épaisses. [Les vêtements] trop chauds ou trop épais gênent la circulation et si la circulation est empêchée, les souffles vitaux ne passent plus. Des nourritures trop riches encombrent l'estomac et un estomac encombré cause les pires ennuis. Or les embarras gastriques empêchent eux aussi les souffles vitaux de circuler. Comment, dans de telles conditions, vivrait-on longtemps ?

Les Sages-Souverains [.....] consommaient des nourritures et des boissons légères, propres à flatter le goût et à calmer l'appétit, rien de plus. (Trad.I. Kamenarovic)

凡生之長也 順之也 使生不順者 欲也 故聖人必先適欲 室大則多陰 臺高則多陽 多陰則蹶 多陽則痿 此陰陽不適之患也 是故 先王不處大室 不為高臺 味不眾珍 衣不燂熱 燂熱則理塞 理塞則氣不達 味眾珍 則胃充 胃充則中大輓 中大輓 而氣不達 以此長生可得乎 昔先聖王 [.....] 其為飲食醜醜也 足以適味充虛而已矣

LÜSHI CHUNQIU III, 2

Il ne faut pas manger de mets trop riches ou trop épais et il faut éviter les saveurs trop fortes et les vins trop capiteux, car ce sont là des facteurs de maladies (*ji shou* 疾首). Manger ce qu'il faut au bon moment permet d'éviter les maux du corps.

La voie à suivre en matière de nutrition (*shi zhi dao* 食之道) consiste à ne manger ni trop (*bao* 飽) ni trop peu (*ji* 飢). Voilà comment garder les cinq viscères (*wu zang* 五藏) en bon état. En donnant à la bouche des saveurs douces, en harmonisant les essences (*he jing* 和精) et en observant un comportement équilibré, on prend pour guide son souffle spirituel (*shen qi* 神氣). Les cent articulations (*bai jie* 百節) sont alors apaisées et satisfaites et chacune reçoit le souffle qui lui convient. (Trad.I. Kamenarovic)

凡食無強厚，味無以烈味重酒，是以謂之疾首。食能以時，身必無災。凡食之道，無飢無飽，是之謂五藏之葆。口必甘味，和精端容，將之以神氣。百節虞歡，咸進受氣。

LÜSHI CHUNQIU V, 4 : Les Douze traités, accorder les notes, *sheyin* 適音 -

La bouche, par nature, recherche les saveurs plaisantes (*kou zhi qing yu zi wei* 口之情欲滋味), mais si le cœur n'y est pas (*xin fu le* 心弗樂), on aura beau se trouver en présence des cinq saveurs, on ne goûtera à rien (*wu wei zai qian fu shi* 五味在前弗食).

Désirer est l'affaire des oreilles, des yeux, du nez, de la bouche. Etre heureux (*le* 樂) ou non est l'affaire de l'esprit, du cœur. Or le cœur ne saurait être heureux s'il n'a tout d'abord l'harmonie et l'équanimité (*he ping* 和平), et le cœur doit être content pour que les sens éprouvent leurs désirs. La condition du bonheur se trouve donc dans l'harmonie du cœur, laquelle harmonie réside dans la pratique de l'accord. (Trad. I. Kamenarovic)

口之情欲滋味，心弗樂，五味在前弗食。欲之者，耳目鼻口也；樂之弗樂者，心也。心必和平然后樂，心必樂然后耳目鼻口有以欲之，故樂之務在于和心，和心在于行适。

LÜSHI CHUNQIU XIV, 2 - Les saveurs originelles, *benwei* 本味

... Yi Yin expliqua à Tang les qualités des saveurs parfaites. 'Peut-on effectivement réaliser cela ? demanda Tang. - Le pays de Votre Seigneurie est petit et ne contient pas tous les éléments nécessaires, mais cela deviendra possible dès que Votre Seigneurie sera Fils du Ciel. Il y a trois classes d'animaux : les habitants des eaux, qui ont une odeur fétide (*xing* 腥), les carnivores, qui ont une odeur de viande crue (*sao* 臊), et les herbivores, qui sentent le bouc (*shan* 膻). Qu'une mauvaise odeur devienne un bon goût, tout cela est l'affaire de la préparation. A l'origine de la saveur, on trouve tout d'abord l'eau. Quant aux cinq saveurs, aux trois matériaux (*san cai* 三材), aux neuf bouillons et aux neuf modifications, c'est le feu qui est leur régulateur. D'une façon parfois rapide et parfois lente, on efface l'odeur fétide, on vient à bout de l'odeur de viande crue, on se débarrasse de l'odeur de bouc. C'est sans laisser perdre le sens profond des choses (*li* 理) qu'il faut les vaincre. Lorsqu'on mélange et qu'on harmonise (*tiao he* 調和), il faut savoir quand et comment utiliser le doux, l'acide, l'amer, l'âcre et le salé. Leur équilibre est extrêmement délicat, et [il convient d'être attentif] ce qu'on met] avant, après, et en quelle quantité. Les transformations qui s'opèrent dans le chaudron sont subtiles, ténues, raffinées, impalpables (*jing miao wei xian* 精妙微纖). La bouche ne saurait pas mieux les décrire que l'esprit les expliquer, comme les subtilités de la conduite des chars, comme les transformations du *yin* et du *yang*, comme la succession des quatre saisons. Alors cela dure sans que rien ne se gâte, cela cuit sans brûler et le doux n'y est pas écœurant (*nong* 膿), l'acide n'y est pas aigre (*ku* 酷), le salé n'y est pas envahissant (*jian* 減), l'âcre n'y emporte par la bouche (*lie* 烈), le fade (*dan* 澹) n'y est pas inexistant (*bo* 薄), le riche (*fei* 肥) n'y est pas gras.

湯得伊尹，祓之于廟，燂以燿火，豐以犧豶。明日，設朝而見之，說湯以至味，湯曰：『可對而為乎？』對曰：『君之國小，不足以具之，為天子然后可具。夫三群之虫，水居者腥，肉攫者臊，草食者膻，臭惡猶美，皆有所以。凡味之本，水最為始。五味三材，九沸九變，火為之紀。時疾時徐，滅腥去臊除膻，必以其勝，無失其理。調和之事，必以甘酸苦辛咸，先后多少，其齊甚微，皆有自起。鼎中之變，精妙微纖，口弗能言，志不能喻。若射御之微，陰陽之化，四時之數。故久而不弊，熟而不爛，甘而不膿，酸而不酷，咸而不減，辛而不烈，澹而不薄，肥而不(月+侯)。

[Énumération des meilleurs des viandes, poissons, grains, etc.)

Il n'est pas possible de rassembler tout cela avant que d'être Fils du Ciel. Mais ce n'est point par la force que le Fils du Ciel y parviendra, et il lui faut d'abord connaître la Voie (*zhi dao* 知道). C'est en soi-même (*ji* 己) que réside la Voie et il faut commencer par réussir à être soi-même (*ji cheng* 己成) pour réussir à être Fils du Ciel. Lorsque le Fils du Ciel est accompli en tant que tel, il connaît ces saveurs parfaites (*zhi wei* 至味). (Trad. I. Kamenarovic)

所以致之馬之美者，青龍之匹，遺風之乘。非先為天子，不可得而具。天子不可強為，必先知道。道者止彼在己，己成而天子成，天子成則至味具。

LÜSHI CHUNQIU 26

Car les céréales récoltées à temps ont une odeur agréable, une saveur douce, et elles donnent de l'énergie (*qi* 氣). On en mangera pendant cent jours et on aura l'œil perspicace et l'oreille fine, l'esprit clair et net, les quatre membres fortifiés. Les souffles malsains n'entreront pas (dans le corps) et l'on ne contractera aucune maladie grave. L'Empereur Jaune a dit : « Si quelque chose ne va pas au cours des quatre saisons, qu'on commence par remettre de l'ordre dans la culture des cinq céréales. (Trad. I. Kamenarovic)

是故得時之稼其臭香其味甘其氣章百日食之耳目聰明心意叡智四衛變疆枉氣不入身無痾殃黃帝曰四時之不正也正五穀而已矣

LJI - Wangzhi - trad. Couvreur

Le tempérament des hommes placés dans les divers établissements variait nécessairement selon que le climat était froid ou chaud, sec ou humide. Les formes du corps n'étaient pas les mêmes dans les vastes plaines que sur le bord des grands fleuves, et les usages des habitants y étaient différents. Les caractères étaient les uns fermes, les autres faibles; les uns légers, les autres graves; les uns lents, les autres vifs : La préparation des aliments variait; les instruments et les ustensiles étaient différents; les mêmes vêtements ne convenaient pas partout : On instruisait les diverses tribus, sans changer leurs usages; on réglait leur gouvernement, sans changer ce qui convenait à chacune.

凡居民材，必因天地寒暖燥濕，廣穀大川異制。民生其間者異俗：剛柔輕重遲速異齊，五味異和，器械異制，衣服異宜。修其教，不易其俗；齊其政，不易其宜。

LJI - Yueling - trad. Couvreur

Premier mois du printemps ... À ce mois correspondent le nombre huit, la saveur acide et l'odeur rance. [...]

Premier mois de l'été ... À ce mois correspondent le nombre sept, la saveur amère et l'odeur des choses brûlées. [...]

La terre occupe le milieu ... À la terre correspondent le nombre cinq, la saveur douce, l'odeur parfumée. [...]

Premier mois de l'automne ... À ce mois correspondent le nombre neuf, la saveur âcre, l'odeur de viande crue.

Premier mois du printemps ... À ce mois correspondent le nombre six, la saveur des choses salées, l'odeur des choses pourries.

LJI - Liyun - trad. Couvreur

Les cinq saveurs, qui se combinent de six manières différentes pour former les douze espèces de mets, se succèdent sans interruption et chacune d'elles est à son tour la base de l'alimentation

Les cinq couleurs, qui servent à peindre les six sortes de figures sur les douze espèces de tuniques officielles, se succèdent (dans le courant de l'année), et chacune d'elles (prédomine) à son tour et est comme la base des autres.

Le cœur de l'homme est le cœur du ciel et de la terre; son corps est formé de la partie la plus subtile des cinq éléments. Les cinq saveurs varient sa nourriture; les cinq sons flattent son oreille; les cinq couleurs ornent ses vêtements. Ces trois choses entretiennent et charment sa vie.

五味、六和、十二食，還相為質也；五色、六章、十二衣，還相為質也。故人者，天地之心也，五行之端也，食味別聲被色而生者也。

ZHOULI Trad. Biot

Supérieur des médecins (yishi 醫師)

Il est chargé de la direction générale des médecins. Il rassemble les médicaments énergiques (*du yao* 毒藥) employés dans l'art de guérir (*yi shi* 醫事).

Médecins des maladies simples (ji yi 疾醫)

Ils soignent et traitent ces maladies par les cinq saveurs, par les cinq espèces de grains, par les cinq substances médicinales (*yi wu wei wu gu wu yao yang qi bing* 以五味五穀五藥養其病).

Médecins des ulcères (yang yi)

En général, pour guérir les ulcères, ils les attaquent (*gong* 功) par les cinq substances vénéneuses (*wu du* 五毒); ils les fortifient par les cinq émanations (*wu qi* 五氣) ou par les cinq sortes de grains (*wu gu* 五穀); ils les guérissent par les cinq substances médicinales; ils les tempèrent par les cinq saveurs (*wu wei* 五味).

HUAINANZI 1

Ainsi donc, on le cherche des yeux sans en voir la forme, on prête l'oreille sans en entendre le son, on le suit à la trace sans atteindre sa personne.

Puisque du Sans forme procèdent les êtres ayant forme, du Sans son se font entendre les Cinq notes, du Sans saveur se forment les Cinq saveurs, du Sans couleur se constituent les Cinq couleurs.

Ainsi ceux qui ont des formes sont-ils produits par ce qui n'en a pas et la plénitude sort-elle du vide.

Le monde sous le Ciel nous apparaît comme un enclos où noms et réalités vivent en commun. On n'y compte que Cinq notes, pas davantage, mais leurs variations défient l'audition. On n'y combine que Cinq saveurs, pas davantage, mais leurs préparations défient le goût. On n'y compte que Cinq couleurs, pas davantage, mais leurs variations défient la vision.

Bien plus, pour les notes : une fois *gong* établie les Cinq notes sont formées. Pour les saveurs : une fois le Doux établi, les Cinq saveurs sont composées. Pour les couleurs : une fois le Blanc établi, les Cinq couleurs sont constituées. Et pour le Tao : une fois l'Un établi, ce sont les Dix mille êtres qui sont produits. (Trad. C. Larre - E. Rochat)

是故視之不見其形，聽之不聞其聲，循之不得其身，無形而有形生焉，無聲而五音鳴焉，無味而五味形焉，無色而五色成焉。是故有生於無，實出於虛，天下為之圈，則名實同居。音之數不過五，而五音之變不可勝聽也。味之和不過五，而五味之化不可勝嘗也。色之數不過五，而五色之變不可勝觀也。故音者，宮立而五音形矣；味者，甘立而五味亭矣；色者，白立而五色成矣；道者，一立而萬物生矣。

HUAINANZI 4

Dans les notes, il y a cinq sons (*yin you wu sheng* 音有五聲); le *gong* les régit (*zhu* 主). Dans les couleurs, il y a cinq teintes (*se you wu zhang* 色有五章); le jaune les régit. Dans les saveurs il y a cinq modifications [du goût] (*wei you wu bian* 味有五變); le sucré (*gan* 甘) les régit.

音有五聲，宮其主也。色有五章，黃其主也。味有五變，甘其主也。位有五材，土其主也。

[.....]

Quand le sucré est raffiné, il engendre l'aigre; quand l'aigre est raffiné, il engendre l'âcre; quand l'âcre est raffiné, il engendre l'amer; quand l'amer est raffiné, il engendre le salé; quand le salé est raffiné, il retourne au sucré. (Trad. Pléiade, R. Mathieu)

鍊甘生酸，鍊酸生辛，鍊辛生苦，鍊苦生鹹，鍊鹹反甘。變宮生徵，變徵生商，變商生羽，變羽生角，變角生宮。

HUAINANZI 14

Se laisser séduire par les saveurs et les odeurs, se laisser corrompre par les sons et les couleurs, s'abandonner au contentement et à la colère, 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, tout comme, en chacun, la nature profonde (*xing* 性) et les désirs se portent préjudice (*yu* 欲); 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 ou bénéfique, 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 réprouve, de sorte qu'il faut les réguler et les arbitrer, ce qui est la fonction du cœur. (Trad. Pléiade)

重於滋味，淫於聲色，發於喜怒，不顧後患者，邪氣也。邪與正相傷，欲與性相害，不可兩立。一置一廢，故聖人損欲而從事於性。目好色，耳好聲，口好味，接而說之。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。三官交爭，以義為制者，心也。

HUAINANZI 15

Le tambour sans se confondre avec les cinq sons les produit; l'eau sans se mêler aux cinq saveurs les harmonise; le général d'armée sans appartenir aux cinq corps d'officiers les contrôle. Ce qui préside aux cinq sons n'en fait pas partie, le médium par lequel les cinq saveurs s'harmonisent n'en est pas une, et celui qui se montre capable de régler les affaires des cinq bureaux ne peut être deviné ni percé à jour. (Pléiade, Trad. J. Lévi p.733)

故鼓不與於五音而為五音主，水不與於五味而為五味調，將軍不與於五官之事而為五官督。故能調五音者，不與五音者也；能調五味者，不與五味者也；能治五官之事者，不可揆度者也。

HUAINANZI 19

Shennong enseigne pour la première fois aux hommes à semer et à planter les cinq céréales, et à évaluer ce qui convenait aux différents types de sols; les secs et les humides, les fertiles et les stériles, les sols en hauteur et en plaine. Ayant lui-même distingué le goût des cent plantes et les eaux de sources douces ou amères, Shennong apprit au peuple ce qu'il devait éviter ou rechercher. C'est en ces circonstances qu'il absorda en un seul jour soixante-dix plantes toxiques. (Pléiade p.912, trad. Anne Cheng)

於是神農乃始教民播種五穀，相土地宜，燥濕肥瘠高下，嘗百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所辟就。

BAIHUTONG - des cinq saveurs, cinq odeurs et cinq quadrants (五味五臭五方)

Pour quelle raison la saveur de l'eau (*shui wei* 水味) est-elle le salé (*xian* 鹹) ?

Parce que c'est sa nature (*xing* 性). En effet, le salé du quadrant septentrional (*bei fang xian* 北方鹹), c'est, pour les Dix mille êtres, le salé (*xian* 鹹) qui les rend forts (*jian* 堅). Ainsi quand les Cinq saveurs trouvent (*de* 得) le salé, elles sont fortes (*jian* 堅).

水味所以鹹何？是其性也。所以北方鹹者，萬物鹹與，所以堅之也，猶五味得鹹乃堅也。

Pour quelle raison la saveur du bois (*mu wei* 木味) est-elle l'acide (*suan* 酸) ?

Le quadrant oriental (*dong fang* 東方) est la poussée vitale pour les Dix mille êtres (*wan wu sheng* 萬物生). L'acide, est pour le déploiement/pénétration de cette poussée vitale (*da sheng* 達生). Ainsi quand les Cinq saveurs trouvent (*de* 得) l'acide (*suan* 酸), elles sont pénétrantes (*da* 達).

木味所以酸何？東方，萬物之生也，酸者以達生也，猶五味得酸乃達也。

Pour quelle raison la saveur du feu (*huo wei* 火味) est-elle l'amer (*ku* 苦) ?

Le quadrant méridional (*nan fang* 南方) commande la croissance et l'entretien (*zhu zhang yang* 主長養). L'amer, c'est ce qui fait croître et entretient (*zhang yang* 長養). Ainsi quand les Cinq saveurs réclament (*xu* 須) l'amer, c'est pour entretenir (*yang* 養).

火味所以苦何？南方主長養，苦者所以長養也，猶五味須苦可以養也。

Pour quelle raison la saveur du métal (*jin wei* 金味) est-elle l'âcre (*xin* 辛) ?

Le quadrant occidental (*xi fang* 西方) restreint (freiner, éliminer; clore; funeste : *sha* 煞), blesse (*shang* 傷) et achève (*cheng* 成) les êtres. L'âcre (*xin* 辛) est ce qui restreint et blesse (*sha shang* 煞傷). Ainsi quand les Cinq saveurs trouvent (*de* 得) l'âcre, elles se ploient et s'achèvent (*wei sha* 委煞).

金味所以辛何？西方煞傷成物，辛所以煞傷之也，猶五味得辛乃委煞也。

Pour quelle raison la saveur de la terre (*tu wei* 土味) est-elle le doux (*gan* 甘) ?

La région centrale (*zhong yang* 中央), c'est l'harmonie équilibrée (*zhong he* 中和); d'où le doux. Ainsi les Cinq saveurs sont sous la maîtrise (*zhu* 主) du doux (*gan* 甘).

土味所以甘何？中央者，中和也，故甘，猶五味以甘為主也。

SUWEN 3

Ce qui fait vivre le yin s'enracine aux Cinq saveurs; les Cinq résidences du yin sont atteintes dans ces Cinq saveurs. Pour cette raison, trop d'acide dans les saveurs fait déborder les souffles du foie et s'interrompre les souffles de la Rate.

Trop de salé dans les saveurs, fatigue les souffles des grands os, rétracte les chairs et comprime les souffles du coeur.

Trop de doux dans les saveurs, suffoque les souffles du coeur, noircit le teint et déséquilibre les souffles des reins.

Trop d'amer dans les saveurs, fait perdre l'onctuosité aux souffles de la rate, et épaisse les souffles de l'estomac.

Trop d'âcre dans les saveurs, distend musculaires et mai et porte la ruine sur les Essences et les Esprits.

Il faut donc veiller scrupuleusement à l'harmonie des saveurs, rendant aux os leur position exacte et aux musculaires leur souplesse, pour que souffles et sang s'écoulent bien, pour que les cou li soient maintenus serrés.

陰之所生，本在五味，陰之五宮，傷在五味，是故味過於酸，肝氣以津，脾氣乃絕，

味過於鹹，大骨氣勞，短肌，心氣抑，味過於甘，心氣喘滿，色黑，腎氣不衡，

味過於苦，脾氣不濡，胃氣乃厚，味過於辛，筋脈沮弛，精神乃央，

是故謹和五味，骨正筋柔，氣血以流，湊理以密，如是則骨氣以精，謹道如法，長有天命，

SUWEN 5

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).

其在天為玄 . 在人為道 . 在地為化 . 化生五味 . 道生智 . 玄生神 .

[.....]

L'eau est yin et le feu est yang, Yang fait les souffles et yin fait les saveurs.

Les saveurs se portent aux corps, Les corps se portent aux souffles, Les souffles se portent aux essences, Les essences se portent aux transformations.

Les essences se nourrissent de souffles, Le corps se nourrit de saveurs; La transformation produit les essences, Les souffles produisent le corps.

Les saveurs portent atteinte au corps, Les souffles portent atteinte aux essences; Les essences, par transformations, font des souffles, Souffles qui sont atteints par les saveurs.

水為陰 . 火為陽 . 陽為氣 . 陰為味 . 味歸形 . 形歸氣 . 氣歸精 . 精歸化 . 精食氣 . 形食味 . 化生精 . 氣生形 . 味傷形 . 氣傷精 . 精化為氣 . 氣傷於味

Yin, les saveurs sortent aux orifices inférieurs; Yang, les souffles sortent aux orifices supérieurs.

Denses, les saveurs sont yin, Diffuses, elles sont yang dans le yin; Denses, les souffles sont yang, Diffus, ils sont yin dans le yang. Denses, les saveurs stimulent les évacuations, Diffuses, elles stimulent les circulations; Diffus, les souffles provoquent jaillissements et évacuations, Denses, ils donnent de la chaleur en même temps que les jaillissements. (Denses, la chaleur accompagne le jaillissement).

陰味出下竅 . 陽氣出上竅 . 味厚者為陰 . 薄為陰之陽 . 氣厚者為陽 . 薄為陽之陰 . 味厚則泄 . 薄則通 . 氣薄則發泄 . 厚則發熱

[.....]

Souffles et saveurs : Acre et doux faisant jaillir et se disperser sont yang, acide et amer faisant remonter et s'écouler sont yin.

氣味辛甘發散為陽 . 酸苦涌泄為陰 .

[.....]

Si l'insuffisance est dans le corps, on réchauffera par les souffles.

Si l'insuffisance est dans les essences, on tonifiera par les saveurs.

形不足者 . 溫之以氣 . 精不足者 . 補之以味

SUWEN 8

La Rate et l'Estomac (*pi wei* 脾胃) ont la charge des granges et greniers (*cang lin* 倉廩), les Cinq saveurs (*wu wei* 五味) en procèdent.

脾胃者 · 倉廩之官 · 五味出焉 ·

SUWEN 9

Déjà les plantes sont produites en Cinq couleurs, Cinq couleurs aux variations innombrables à l'oeil. Les plantes produisent Cinq saveurs, la délicatesse des Cinq saveurs est infinie. Attrait et désirs peuvent différer, mais, par affinité, chacun trouve ce qui lui va. 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. Les Cinq saveurs pénètrent par la bouche et sont thésaurisées par les Intestins et l'Estomac; les saveurs sont thésaurisées dans les zang pour en entretenir les Cinq souffles. L'harmonieuse composition de ces souffles fait vivre (*qi he er sheng* 氣和而生); les liquides corporels denses et légers se complètent parfaitement (*jin ye xiang cheng* 津液相成), et les Esprits alors font vivre, naturellement (*shen nai zi sheng* 神乃自生)."

草生五色 · 五色之變 · 不可勝視 · 草生五味 · 五味之美 · 不可勝極 · 嗜欲不同 · 各有所通 · 天食人以五氣 · 地食人以五味 · 五氣入鼻 · 藏於心肺 · 上使五色脩明 · 音聲能彰 · 五味入口 · 藏於腸胃 · 味有所藏 · 以養五氣 · 氣和而生 · 津液相成 · 神乃自生 ·

SUWEN 10

Ainsi, quand on mange trop salé, les circulations vitales se figent et se coagulent et le teint est altéré.

Quand on mange trop amer la peau se flétrit et les poils s'arrachent.

Quand on mange trop âcre, contractures du musculaire et dessiccation des ongles.

Quand on mange trop acide, les chairs deviennent calleuses et les lèvres se retroussent.

Quand on mange trop doux, douleur dans les os et chute des cheveux.

Voilà les atteintes portées par les Cinq saveurs.

Ainsi le coeur a un attrait pour l'amer, le poumon, pour l'âcre, le foie, pour l'acide, la rate, pour le doux, et les reins, pour le salé. Voilà les réunions des Cinq saveurs.

是故多食鹹 · 則脈凝泣而變色 · 多食苦 · 則皮槁而毛拔 · 多食辛 · 則筋急而爪枯 · 多食酸 · 則肉胝而脣揭 · 多食甘 · 則骨痛而髮落 · 此五味之所傷也 · 故心欲苦 · 肺欲辛 · 肝欲酸 · 脾欲甘 · 腎欲鹹 · 此五味之所合也 ·

SUWEN 11

Les Cinq saveurs pénètrent par la bouche, se thésaurisent à l'Estomac, pour nourrir les souffles des Cinq zang. Et la bouche des souffles est sur le Taiyin. Ainsi, les souffles et les saveurs des Cinq zang et des Six fu provenant tous de l'Estomac, leurs altérations se perçoivent à la bouche des souffles.

五味入口 . 藏於胃 . 以養五藏氣 . 氣口亦太陰也 . 是以五藏六府之氣味 . 皆出於胃 . 變見於氣口 .

SUWEN 22

La couleur du Foie est le vert, il lui convient de manger doux : le riz tardif non gluant, la viande de bœuf, les jujubes, la mauve (malva verticillata, *kui* 葵) sont tous doux.

La couleur du Cœur est le rouge, il lui convient de manger acide : les haricot à petits grains (haricot mungo, *xiao dou* 小豆), la viande de chien, les prunes, la ciboulette chinoise (allium tuberosum, *jiu* 韭) sont acides.

La couleur du Poumon est blanc, il lui convient de manger amer : le blé, la viande de mouton, les abricots, l'oignon chinois (allium chinense, *xie* 薤) sont amers.

La couleur de la Rate est jaune, il lui convient de manger salé : le soja, la viande de porc, les châtaignes, les feuilles de légumineuses (pois, haricots, vesces ... *huo* 藿) sont salés.

La couleur des Reins est le noir, il lui convient de manger âcre : le millet jaune (à panicules et glutineux), la viande de poulet, les pêches, la ciboule (allium fistulosum, *cong* 蔥) sont âcre.

L'âcre diffuse (disperse, dissémine, *san* 散); l'acide recueille (resserre, amasse, *shou* 收); le doux relâche (détend, *huan* 緩); l'amer raffermir (durcit, *jian* 堅); le salé ramollit (*ruan* 軟).

Les remèdes attaquent les pervers. Les Cinq céréales sont ce qui nourrit; les Cinq fruits ce qui aident; les Cinq animaux domestiques ce qui accroît; les Cinq légumes ce qui donne la pleine force.

On réunit souffles et saveurs pour les absorber afin de tonifier (supplémenter, *bu* 補) les essence et d'accroître les souffles.

Ces cinq-là sont l'âcre, l'acide, le doux, l'amer et le salé. Chacune a son utilité, soit de diffuser soit de recueillir, soit de relâcher soit de resserrer (*ji* 急), soit de raffermir soit de ramollir.

Dans les maladies des Cinq zang au cours des Quatre saisons, on suit ce qui convient selon les Cinq saveurs.

肝色青 . 宜食甘 . 粳米 . 牛肉 . 棗 . 葵 . 皆甘 . 心色赤 . 宜食酸 . 小豆 . 犬肉 . 李 . 韭 . 皆酸 . 肺色白 . 宜食苦 . 麥 . 羊肉 . 杏 . 薤 . 皆苦 . 脾色黃 . 宜食鹹 . 大豆 . 豕肉 . 栗 . 藿 . 皆鹹 . 腎色黑 . 宜食辛 . 黃黍 . 雞肉 . 桃 . 蔥 . 皆辛 . 辛散 . 酸收 . 甘緩 . 苦堅 . 鹹軟 . 毒藥攻邪 . 五穀為養 . 五果為助 . 五畜為益 . 五菜為充 . 氣味合而服之 . 以補精益氣 . 此五者 . 有辛酸甘苦鹹 . 各有所利 . 或散或收 . 或緩或急 . 或堅或軟 . 四時五藏病 . 隨五味所宜也

SUWEN 23

Les endroits où pénètrent les Cinq saveurs : L'amer pénètre au Foie. L'âcre pénètre au Poumon. L'amer pénètre au Cœur. Le salé pénètre les Reins. Le doux pénètre à la Rate.

五味所入 . 酸入肝 . 辛入肺 . 苦入心 . 鹹入腎 . 甘入脾 . 是謂五入

[.....]

Les interdits concernant les Cinq saveurs :

L'âcre se rend aux souffles; en cas de maladie aux souffles, on ne doit pas manger beaucoup d'âcre.

Le salé se rend au sang; en cas de maladie de sang on ne doit pas manger beaucoup de salé.

L'amer se rend aux os; en cas de maladie des os, on ne doit pas manger beaucoup d'amer.

Le doux se rend aux chairs; en cas de maladie des chairs, on ne doit pas manger beaucoup de doux.

L'acide se rend aux mouvements musculaires; en cas de maladie des mouvements musculaires, on ne doit pas manger beaucoup d'acide.

Tels sont les Cinq interdits, quand il ne faut pas manger beaucoup (d'une saveur).

五味所禁 . 辛走氣 . 氣病無多食辛 . 鹹走血 . 血病無多食鹹 . 苦走骨 . 骨病無多食苦 . 甘走肉 . 肉病無多食甘 . 酸走筋 . 筋病無多食酸 . 是謂五禁 . 無令多食 .

LINGSHU 4

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

[.....]

Leurs souffles troubles (*zhuo qi* 濁氣) sortent de l'estomac et se rendent aux lèvres et à la bouche (*chun kou* 唇口), où ils font (sont) les saveurs (le goût, *wei* 味).

十二經脈 . 三百六十五絡 . 其血氣皆上于面 . 而走空竅 . 其濁氣 . 出於胃 . 走唇舌 . 而為味 .

LINGSHU 11

Je sais par la tradition que l'homme est en union (*he* 合) avec la Voie du Ciel.

A l'intérieur, il possède Cinq zang pour résonner avec (*ying* 應) les Cinq notes, les Cinq couleurs, les Cinq moments du temps (*shi* 時), les Cinq saveurs (*wei* 味), les Cinq positions.

余聞人之合于天道也 . 內有五藏 . 以應五音五色五時五味五位也 .

LINGSHU 17

Les souffles du Cœur communiquant avec la langue, quand le Cœur est en harmonie, la langue peut reconnaître les Cinq saveurs.

心氣通于舌 . 心和則舌能知五味矣 .

[.....]

Les souffles de la Rate communiquent avec la bouche, quand la Rate est en harmonie, la bouche peut reconnaître les Cinq céréales.

脾氣通于口 . 脾和則口能知五穀矣 .

LINGSHU 56

Huangdi demanda : J'ai appris que les souffles des céréales se composaient de Cinq saveurs qui, après être entré dans l'Estomac, se répartissent en fonction des Cinq zang. Comment cela ?

Po Gao dit : L'Estomac est la mer des Cinq zang et des Six fu; liquides et céréales entrent tous dans l'Estomac; les Cinq zang et les Six fu tous reçoivent les souffles de l'Estomac. Les Cinq saveurs vont chacune leur chemin selon leurs affinités : les céréales de saveur acide se rendent au Foie; celles de saveur amère, au Cœur; celles de saveur douce, à la Rate; celles de saveur âcre, au Poumon et celles de saveur salé, aux Reins. Souffles des céréales et liquides corporels circulent, nutrition et défense sont en grande communication; les résidus et les lies se forment alors par transformation et elles sont ensuite transmises en bas.

黃帝曰 . 願聞穀氣有五味 . 其入五藏分別奈何 .

伯高曰 . 胃者 . 五藏六府之海也 . 水穀皆入于胃 . 五藏六府 . 皆稟氣于胃 . 五味各走其所喜 . 穀味酸先走肝 . 穀味苦先走心 . 穀味甘先走脾 . 穀味辛先走肺 . 穀味鹹先走腎 . 穀氣津液已行 . 營衛大通 . 乃化糟粕 . 以次傳下 .

LINGSHU 63

Huangdi questionnait Shaoyu : Les Cinq saveurs entrent dans (par) la bouche, chacune va son chemin et chacune entraîne des maladies propres.

黃帝問于少俞曰 . 五味入于口也 . 各有所走 . 各有所病 .