

## YIN YANG

### GUOYU - ZHOUYU

La deuxième année du roi You, les trois rivières aux alentours de la capitale des Zhou tremblèrent. Bo Yangfu dit : la (dynastie) Zhou va disparaître. Les souffles du ciel ni de la terre (*tian di zhi qi* 天地之氣) ne se départissent pas de leur ordre de succession. S'il y a transgression de cet ordre, c'est un désordre (*luan* 亂) dû aux hommes. Quand le yang demeure enfoui (*yang fu* 陽伏) sans pouvoir surgir, car, sous la pression du yin (*yin po* 陰迫), il est impuissant à s'élever, et cela donne un tremblement de terre.

Les trois rivières ayant effectivement tremblé, (on en déduit que) le yang a perdu sa place sous la contrainte du yin. Le yang ayant perdu sa place et se trouvant dans le yin (en bas), les sources des rivières sont inévitablement bloquées; et quand les sources sont ainsi obstruées, le pays inévitablement disparaît. Quand l'eau a imprégné la terre, les hommes en font usage. Quand l'eau ne plus plus imprégner la terre, les hommes manquent des matériaux dont ils font usage; comment s'attendre à autre chose que la disparition ?

周將亡矣 夫天地之氣 不失其序 若過其序 民亂之也 陽伏而不能出 陰迫而不能蒸 於是有地震 今三川實震 是陽失其所而鎮陰 陽失而在陰 川源必塞 源塞國必亡

### CHUNQIU ZUOCHUAN Duc 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). Les Six souffles sont le froid (qui règne à l'ombre, *yin* 陰) et la chaleur (qui règne au soleil, *yang* 陽), le vent et la pluie (*feng yu* 風雨), l'obscurité et la lumière (*hui ming* 晦明). Leur division (*fen* 分) donne les Quatre saisons et leur succession les Cinq rythmes (*wu jie* 五節), mais leurs excès (*guo* 過) sont les calamités.

Le yin en débordement (*yin yin* 陰淫) donne des maladies de froid et le yang des maladies de chaleur; le vent en débordement donne des maladies des extrémités et la pluie des maladies de l'abdomen; l'obscurité en débordement donne des maladies de désarroi et la lumière des maladies du cœur. » (ERV)

天有六氣 降生五味 發為五色 徵為五聲 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 陰淫寒疾 陽淫熱疾 風淫末疾 雨淫腹疾 晦淫惑疾 明淫心疾

### XICI

§1,5 Un yin, un yang, voilà la Voie (comme la vie procède).

一陰一陽之謂道

**ZHUANG ZI ch.4**

Ce matin j'ai reçu mes ordres (de mission) et ce soir je bois de l'eau glacé; n'aurais-je pas développé une chaleur interne (*nei re* 內熱). Je n'ai pas j'ai encore une idée précise de la situation et voilà que déjà j'ai une maladie du yin yang.

今吾朝受命而夕飲冰，吾其內熱與？吾未至乎事之情，而既有陰陽之患矣；

**ZHUANG ZI ch.6**

Les souffles du yin et du yang (*yin yang zhi qi* 陰陽之氣) sont en conflit (*you li* 有沴).

**ZHUANG ZI ch.11**

L'homme éprouve-t-il une joie excessive (*da xi* 大喜), il abime (*xie pi* 邪毗) en lui le yang. Éprouve-t-il une violente colère (*da nu* 大怒), il abime en lui le yin. Quand yin et yang sont tous deux abimés, les Quatre saisons ne viennent plus (en leur temps), l'harmonieuse composition du froid et de la chaleur ne s'accomplit plus, ce qui en retour va porter atteinte au corps (*xing* 形) de l'homme. Cela fait que la joie et la colère, en l'homme, perdent leur place; qu'il est constamment ballotté d'un endroit à un autre, que ses pensées et projets n'arrivent à rien.

人大喜邪？毗於陽；大怒邪？毗於陰。陰陽并毗，四時不至，寒暑之和不成，其反傷人之形乎！使人喜怒失位，居處無常，思慮不自得

**ZHUANG ZI ch.15**

Le saint se tient en repos - repos qui lui assure équilibre et aisance; équilibre et aisance lui procurent sérénité et détachement. Dans cet état d'équilibre et d'aisance, de sérénité et de détachement, nul souci ou malheur ne peuvent le pénétrer, aucun souffles pervers l'attaquer. Ainsi rien n'entame sa vertu (*de* 德) et rien ne gâte ses esprits (*shen* 神). Aussi dit-on de la vie du saint qu'elle est l'œuvre du Ciel et de sa mort qu'elle est une transformation des êtres (*wu hua* 物化). Dans la tranquillité il est un avec la vertu du yin et en mouvement, un avec la vertu du yang.

**ZHUANG ZI ch.17**

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

**ZHUANG ZI ch.22**

Les êtres sont mort ou vivant, rond ou carré, sans qu'aucun ne connaisse sa racine. Livrés à leur mouvement vital, les Dix mille êtres s'appuient sur la continuité depuis l'antiquité pour assurer leur perpétuation. Les Six jonctions (*liu he* 六合, l'univers connu) sont ce qu'il y a de

plus grand, mais elles sont contenues tout entier (dans la Voie). Le fin duvet d'automne est ce qu'il y a de plus petit, mais il reçoit d'elle (la Voie) de quoi se constituer et se former. Sous le Ciel, nul qui ne s'enfonce puis ne revienne en surface (*shen fu* 沈浮), jusqu'à la fin de ses jours, sans aucune raison. Le Yin/Yang et le Quatre saisons distribuent (leurs souffles) avec régularité (*yun xing* 運行), chacun gardant sa place dans l'ordre de succession.

## ZHUANG ZI ch.25

Ainsi Ciel et Terre sont les plus grandes (*da* 大) des formes (*xing* 形); Yin et Yang sont les plus grands des souffles (*qi* 氣).

## LAOZI ch.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

## LÜSHI CHUNQIU - Trad.I. Kamenarovics

### I, 3 : Les Douze traités, accorder de l'importance à sa propre personne, *zhong ji* 重己

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 souffle vitaux ne passent plus. Des nourritures trop riches engorgent l'estomac et un estomac engorgé 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 d'autrefois faisaient aménager des enclos, des parcs peuplés d'animaux, des jardins et des pièces d'eau d'une taille suffisante pour plaire à l'œil et se donner de l'exercice, rien de plus. Les palais, salles, terrasses et pavillons qu'ils faisaient construire étaient assez grands pour tempérer les effets de la chaleur et de l'humidité, rien de plus. Ils avaient assez de voitures, de chevaux, de vêtements et de fourrures pour reposer et réchauffer leur corps, rien de plus. Ils consommaient des nourritures et des boissons légères, propres à flatter le goût et à calmer l'appétit, rien de plus. Quant à la musique et aux spectacles, ils suffisaient à l'agrément des plaisirs naturels, rien de plus. Voilà les cinq façons donc les Sages-Rois nourrissaient en eux la nature. Ce n'est pas qu'ils eussent été pingres ou eussent répugné à la dépense, c'est qu'ils étaient de nature mesurée.

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 胃充則中大鞫 中大鞫 而氣不達 以此長生可得乎

昔先聖王之為苑囿園池也 足以觀望勞形而已矣 其為宮室臺榭也 足以辟燥溼而已矣 其為輿馬 衣裘也 足以逸身煥骸而已矣 其為飲食醕醢也 足以適味充虛而已矣 其為聲色 音樂也 足以安性自娛而已矣 五者 聖王之所以養性也 非好儉而惡費也 節乎性也

## LÜSHI CHUNQIU III,2

Le Ciel (tian 天) génère (sheng 生) le yin et le yang, le froid et le chaud, l'humide et le sec, les transformations (hua 化) des Quatre saisons et les changements (bian 變) des Dix mille êtres. Il n'est rien qui n'ai son avantage (li 利) et il n'est rien qui n'ai sa nuisance (hai 害). Le Sage observe ce qui convient selon (yi 宜) le yin et le yang et il discerne les avantages des Dix mille êtres pour mener sa vie (bian sheng 便生). C'est pourquoi son esprit vital (jing shen 精神) reste en paix (an 安) dans son propre corps (xing 形) et il vit très longtemps (nian shou de chang 年壽得長). Vivre longtemps (chang 長), ce n'est pas réussir à allonger (xu 續) une existence naturellement brève (duan 短), c'est simplement parvenir au terme de ses jours (qi shu 其數).

## LÜSHI CHUNQIU V, 2 : Les Douze traités, la grande musique

L'origine de la musique remonte fort loin. Née de la mesure et de la quantité, elle s'enracine dans le Grand Un. Du Grand Un sont issus les deux pôles (modèles, yi), d'où proviennent le yin et le yang, lesquels se transforment et évoluent, une fois vers le haut, une fois vers le bas, puis s'unissent pour former un tout. Survient le flot de l'agitation. Ils se séparent alors puis à nouveau s'unissent, et une fois unis, ils se scindent derechef. C'est là ce qu'on appelle l'ordre de la Nature (tian) [.....] Ce dont les Dix mille êtres sont issus et ce dont ils sont faits est le grand Un et ils évoluent grâce au yin et au yang.

## LÜSHI CHUNQIU V, 5 : les douze traités, de la musique ancienne

Dans les temps très anciens, lorsque Zhuxiang gouvernait le monde, des vents se mirent à souffler sans cesse et l'énergie brûlante du yang s'amoncelait. Toutes choses se désagrégèrent et rien ne venait à maturation. Alors Shi Da fabriqua une guitare à cinq cordes, avec laquelle il fit venir l'énergie humide du yin et rétablir pour tous les fonctions vitales.

[.....]

A l'époque où Yinkang accéda au Trône, le yin humide vint à se trouver en excès et s'accumula. Les eaux inondèrent tout au lieu de s'écouler en parcourant les plaines, les souffles vitaux (qi) des populations en étaient opprimés, ralentis, paralysés. Les muscles et les os se contractaient et ne répondaient plus. Alors il créa la danse afin de rétablir les choses.

## LIJI - ch. Liyun

L'être humain (*ren* 人) est la vertu (*de* 德) (combinée) du Ciel Terre (*tian di* 天地), l'entrelacement (*jiao* 交) du yin/yang (陰陽), l'assemblage des esprits de la Terre et du Ciel (*gui shen* 鬼神), le meilleur des souffles (*xiu qi* 秀氣) des Cinq éléments (*wu xing* 五行).

故人者，其天地之德，陰陽之交，鬼神之會，五行之秀氣也。

## LIJI - ch. Yueji

Les souffles (*qi* 氣) de la Terre montent et les souffles du Ciel descendent. Yin et Yang entrent en contact (*xiang mo* 相摩), et le Ciel et la Terre exercent leur action réciproque. La naissance des différents êtres est provoquée par le murmure et le fracas soudain du tonnerre, et accélérée par le vent et la pluie. Ils croissent sous l'influence des quatre saisons, et reçoivent la chaleur du soleil et de la lune. Ainsi s'opèrent toutes les transformations. La musique imite cette harmonie qui existe entre le Ciel et la Terre. Lorsque les transformations ne se font pas aux temps voulus, la production des êtres fait défaut. Lorsque les différences qui doivent exister entre les hommes et les femmes ne sont pas maintenues, le désordre monte [c'est-à-dire, s'introduit dans toute la nature]. Telle est la loi qui régit le Ciel et la Terre. Les cérémonies et la musique (*li yue* 禮樂) touchent au Ciel et se meuvent sur la Terre. Elles agissent avec le yin et le yang, et mettent les hommes en communication avec les esprits du Ciel et de la Terre (*gui shen* 鬼神). Ainsi elles atteignent les choses les plus élevées, parviennent jusqu'aux plus éloignées, mesurent les plus profondes et les plus épaisses. (trad. Couvreur révisée)

## HUAINAN ZI ch.3

Le yang clair (*qing yang* 清陽) se diffuse et se prodigue pour constituer le Ciel. Le yin lourd et trouble (*zhong zhuo yin* 重濁陰) se condense et s'immobilise pour constituer la Terre

清陽者薄靡而為天，重濁者凝滯而為地

[.....]

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.

天地之襲精為陰陽，陰陽之專精為四時，四時之散精為萬物。積陽之熱氣生火，火氣之精者為日；積陰之寒氣為水，水氣之精者為月

[.....]

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 du Ciel, par leur colère, sont le vent (*feng* 風).

Les souffles contenus de la Terre, par leur harmonisation (he 和), sont la pluie. Quand yin et yang se pressent l'un l'autre, leur stimulation donne le tonnerre, leur excitation donne la foudre, leur perturbation donne le brouillard. Quand les souffles yang l'emportent, c'est une diffusion qui donne pluie et rosée. Quand les souffles yin l'emportent, c'est une condensation qui donne givre et neige. Les animaux à poil et à plumes sont des espèces qui volent et marchent; elles relèvent donc du yang. Les animaux à carapace et écailles sont des espèces qui hibernent et s'enfouissent; elles relèvent donc du yin. Le soleil domine le yang; aussi au printemps et en été tous les quadrupèdes renouvellent (leur pelage) et au solstice les cervidés perdent (leur bois). La lune est l'ancêtre (zong 宗) du yin, aussi quand la lune décroît, la cervelle des poissons s'écoule et quand la lune meurt (nouvelle lune), les coquillages s'étioient. Le feu s'élève vers le haut; l'eau s'écoule vers le bas. C'est pourquoi les oiseaux volent dans les hauteurs alors que les poissons se meuvent dans les profondeurs.

吐氣者施，含氣者化，是故陽施陰化。天之偏氣，怒者為風；地之含氣，和者為雨。陰陽相薄，感而為雷，激而為霆，亂而為霧。陽氣勝則散而為雨露，陰氣勝則凝而為霜雪。

[.....]

Lorsque le ciel et la terre ont été établis (she 設), ils se sont divisés (fen 分) et ont constitué (wei 為) le yin et le yang. Le yang naît du (sheng yu 生於) yin et le yin du yang. Ils succèdent l'un à l'autre (xiang cuo 相錯). (Trad. R.Mathieu, Pléiade)

### HUAINANZI ch. 7 - Trad. Cl Larre

Mais voici que s'opère la distinction (*bie* 別) du Yin et du Yang, que s'effectue l'écartement (*li* 離) des Huit pôles (*ba ji* 八極), que se constitue (*xiang cheng* 相成) le couple Dur et Mou (*gang rou* 剛柔) et que les Dix mille êtres apparaissent (*xing* 形) : Les souffles grossiers (*fan qi* 煩氣) forment les animaux, les souffles légers et subtils (*jing qi* 精氣), les hommes. (7:1a)

別為陰陽離為八極 剛柔相成 萬物乃形 煩氣為蟲 精氣為人

### HUAINANZI ch.8 - Trad. Pleiade

L'union harmonieuse du ciel et de la terre, le façonnement et la transformation des dix mille êtres par le yin et le yang sont tous comme attelés aux souffles des hommes (天地之合和 陰陽之陶化萬物 皆乘人氣者也). C'est pourquoi, lorsque du haut en bas [du corps social] les cœurs sont distants les uns des autres, les souffles s'évaporent dans le ciel (是故上下離心 氣乃上蒸). Lorsque les princes et ministres ne sont plus en harmonie, les cinq céréales ne mûrissent plus sur terre (君臣不和 五穀不為).

### HUAINANZI ch. 13 - Trad. I. Robinet

Des souffles du Ciel-Terre, aucun n'est aussi grand que celui de l'Harmonie. 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 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.

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 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 太剛則折 太柔則卷 聖人正在剛柔之間 乃得道之本 積陰則沈 積陽則飛 陰陽相接乃能成和

## MAWANGDUI

Dans tout exposé [doctrinal] (論 lun), c'est la détermination du yin et du yang qui donne le sens général (大義 da yi) :

Le Ciel (天 tian) est yang La Terre (地 di) est yin

Le printemps (春 chun) est yang L'automne (秋 qiu) est yin

L'été (夏 xia) est yang L'hiver (冬 dong) est yin

Le jour (晝 zhou) est yang La nuit (夜 ye) est yin

Les grands États (大國 da guo) sont yang Les petits États (小國 xiao guo) sont yin

Les États importants (重國 zhong guo) sont yang Les États insignifiants (輕國 qing guo) yin

L'activité (有事 you shi) est yang L'inaction (無事 wu shi) est yin

L'extension (伸 shen) est yang Le repliement (屈 qu) est yin

Le souverain (主 zhu) est yang Le ministre (臣 chen) est yin

Le supérieur (上 shang) est yang L'inférieur (下 xia) est yin

L'homme (男 nan) est yang La femme (女 nǚ) est yin

Le père (父 fu) est yang Les enfants (兄 xiong) sont yin

Le plus âgé (長 zhang) est yang Le moins âgé (少 shao) est yin

Le noble (貴 gui) est yang Le vulgaire (賤 jian) est yin

L'esprit pénétrant (達 da) est yang L'esprit borné (窮 qiong) est yin

Prendre femme et engendrer des enfants sont yang Les deuils (喪 sang) sont yin

Dominer (制人 zhi ren) est yang Être dominé (制於人 zhi yu ren) est yin

L'invité (客 ke) est yang Le maître de maison (主 zhu) est yin

L'armée (師 shi) est yang Les corvées (役 yi) sont yin

La parole (言 yan) est yang Le silence (默 mo) est yin

Donner (予 yu) est yang Recevoir (受 shou) est yin.

Tout ce qui relève du yang prend modèle (法 fa) sur le Ciel; le Ciel prise la rectitude (正 zheng)

Tout ce qui relève du yin prend modèle sur la Terre; la vertu efficace de la Terre est dans la tranquillité paisible.

**CHUNQIU FANLU ch.58**

La réunion (*he* 合) des souffles du Ciel et de la Terre constitue une unité (*yi* 一); 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 mouvements (moteurs, 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。

**Zhang Zai Zheng meng - Trad. Anne Cheng.**

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.

氣本之虛 則湛<sup>1</sup>本無形 感而生 則聚而有象

---

<sup>1</sup> Zhan : profond, intense. Clair, limpide, pur. Calme, paisible.

## SUWEN 1

Les hommes de la Haute antiquité Etaient des observants de la Voie; Ils se réglèrent sur le yin/ yang Et atteignaient l'Harmonie par les Pratiques et les Nombres. Ils buvaient et mangeaient avec mesure, Ils travaillaient et se reposaient avec régularité, Ils ne s'exténuaient pas en activités inconsidérées. Pouvant ainsi maintenir l'union du corps et des Esprits, Ils allaient au bout de l'âge naturel Et, centenaires, s'en allaient.

上古之人 · 其知道者 · 法於陰陽 · 和於術數 · 食飲有節 · 起居有常 · 不妄作勞 · 故能形與神俱 · 而盡終其天年 · 度百歲乃去 ·

## SUWEN 2

Le yin/ yang qui s'exprime en Quatre saisons est, pour les Dix mille êtres, tronc et racines. Pour cette raison, les Saints avec le printemps et l'été entretiennent le yang, avec l'automne et l'hiver, entretiennent le yin.

Par la fidélité à cet enracinement, on accompagne les Dix mille êtres, dans l'immersion et l'émersion, à la porte de la génération et de la croissance.

Aller à l'encontre de cet enracinement, serait saper sa base, détruire son authentique.

Les Quatre saisons qui déploient le yin/ yang sont fin et commencement des Dix mille êtres, tronc où s'enracinent la mort et la vie. Qui va à leur encontre, provoque la catastrophe qui détruit sa vie.

Qui les suit fidèlement, révient tout mal. C'est ce qui s'appelle posséder la Voie.

夫四時陰陽者 · 萬物之根本也 · 所以聖人春夏養陽 · 秋冬養陰 · 以從其根 · 故與萬物沈浮於生長之門 · 逆其根 · 則伐其本 · 壞其真矣 · 故陰陽四時者 · 萬物之終始也 · 死生之本也 · 逆之則災害生 · 從之則苛疾不起 · 是謂得道 ·

## SUWEN 3

Depuis l'Antiquité, la communion avec le Ciel (tong tian 通天), racine des vivants, s'enracine (ben 本) au yin/ yang.

Dans l'intervalle Ciel/Terre, à l'intérieur des Six jonctions, ces souffles, en Neuf territoires et Neuf orifices, en Cinq thésaurisations et par Douze relais d'animation (jie 節), sont tous en libre communication 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.

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 · 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 · 此壽命之本也 ·

[.....]

Les souffles yang sont comme le soleil est avec le Ciel; quand il perd sa place, la vie est rompue et les êtres ne brillent plus. Que l'influx céleste soit distribué régulièrement dépend du rayonnement solaire. Ainsi le Yang s'élançait-il vers le haut et assure la défense à l'extérieur.

陽氣者 · 若天與日 · 失其所 · 則折壽而不彰 · 故天運當以日光明 · 是故陽因而上衛外者也 ·

[.....]

Les souffles yang, tant qu'il fait jour, ont la maîtrise sur l'extérieur : au lever du soleil, les souffles de l'homme renaissent; au milieu du jour, les souffles yang sont à l'apogée de leur puissance; lorsque le soleil tombe à l'Occident, ils perdent toute leur force; c'est alors la fermeture des portes des souffles. Pour cette raison, à la brune, on les recueille et renferme; on ne sollicite ni muscle, ni os; on ne s'expose ni au brouillard, ni à la rosée. Si on contrevenait à ces trois moments du temps, le corps se trouverait alors dans un affaiblissement critique.

Yin est ce qui thésaurise les essences et puis le surgissement se fait et se développe; Yang est ce qui défend à l'extérieur et puis la solidité en résulte.

Quand yin ne peut s'imposer à yang, le courant des mai se presse et s'accélère jusqu'à l'annexion qui donne la folie furieuse. Quand yang ne peut s'imposer à yin, les Cinq zang entrent en lutte et interrompent les communications aux Neuf orifices.

Les Saints, eux, procèdent selon le yin/yang, musculaires et mai composent au sein d'un même souffle, os et moelle s'affermissent et se renforcent, souffles et sang vont l'un suivant l'autre d'un mouvement concerté.

De cette conduite résulte l'harmonieux équilibre de l'interne avec l'extérieur, et les pervers ne peuvent occasionner aucun mal, l'ouïe est fine et la vue perçante, les souffles s'établissent tels qu'en eux-mêmes.

故陽氣者 · 一日而主外 · 平旦人氣生 · 日中而陽氣隆 · 日西而陽氣已虛 · 氣門乃閉 · 是故暮而收拒 · 無擾筋骨 · 無見霧露 · 反此三時 · 形乃困薄 · 岐伯曰 · 陰者藏精而起亟也 · 陽者衛外而為固也 · 陰不勝其陽 · 則脈流薄疾 · 并乃狂 · 陽不勝其陰 · 則五藏氣爭 · 九竅不通 · 是以聖人陳陰陽 · 筋脈和同 · 骨髓堅固 · 氣血皆從 · 如是則內外調和 · 邪不能害 · 耳目聰明 · 氣立如故 ·

[.....]

L'essentiel pour le yin/yang se ramène à ceci : De ce que le yang soit bien serré dépend la solidité. Entre les deux, une absence de composition harmonieuse serait comme un printemps sans automne, un hiver sans été. Telle est la règle sainte.

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

凡陰陽之要 · 陽密乃固 · 兩者不和 · 若春無秋 · 若冬無夏 · 因而和之 · 是謂聖度 · 故陽強不能密 · 陰氣乃絕 · 陰平陽祕 · 精神乃治 · 陰陽離決 · 精氣乃絕 ·

[.....]

Ce qui fait vivre le yin s'enracine aux Cinq saveurs; les Cinq résidences du yin sont atteintes dans ces Cinq saveurs.

陰之所生 · 本在五味 · 陰之五宮 · 傷在五味 ·

**SUWEN 4**

Au sein du yin, il y a du yin; au sein du yang, il y a du yang.

De l'aube au milieu du jour, c'est le yang du Ciel : yang au sein du yang;

Du milieu du jour au crépuscule, c'est le yang du Ciel : yin au sein du yang;

De la tombée de la nuit au chant du coq, c'est le yin du Ciel : yin au sein du yin;

De chant du coq à l'aube, c'est le yin du Ciel : yang au sein du yin.

Et pour l'homme il en va de même.

Parlant du yin/yang de l'homme : l'extérieur est yang, l'interne est yin.

Pour le yin/yang du corps de l'homme : le dos est yang, le ventre est yin.

Pour le yin/yang des viscères : les zang sont yin, les fu sont yang. Foie, coeur, rate, poumon, reins, qui sont les Cinq zang, sont yin, tandis que vésicule biliaire, estomac, gros intestin, intestin grêle, vessie, triple réchauffeur, qui sont les Six fu, sont yang.

Veut-on savoir ce qu'est le yin au sein du yin et le yang au sein du yang ? C'est que les maladies d'hiver sont au yin, les maladies d'été au yang, les maladies de printemps au yin, les maladies d'automne au yang. Ayant observé leur localisation, on applique les aiguilles de métal et de pierre.

Le dos étant yang, le yang au sein du yang, c'est le coeur. Le dos étant yang, le yin au sein du yang, c'est le poumon. Le ventre étant yin, le yin au sein du yin, ce sont les reins. Le ventre étant yin, le yang au sein du yin, c'est le foie. Le ventre étant yin, le yin extrême au sein du yin, c'est la rate.

Telles sont les correspondances et les échanges entre yin et yang, avers et revers, interne et extérieur, coq et poule. C'est ainsi que s'opèrent les correspondances avec le yin/yang du Ciel.

**SUWEN 5**

Huangdi déclarait :

Le yin/yang est Voie du Ciel/Terre,

Corde maîtresse et mailles des Dix mille êtres,

Père et mère des changements et transformations,

Enracinement et commencement de la vie et de la mort,

Demeure pour le resplendissement des Esprits.

Pour traiter les maladies, il faut aller jusqu'à l'enracinement.

黃帝曰·陰陽者·天地之道也·萬物之綱紀·變化之父母·

Huáng dì yuē · yīn yáng zhě · Tiān dì zhī dào yě · Wàn wù zhī gāng jì · Biàn huà zhī fù mǔ ·

生殺之本始·神明之府也·治病必求於本·

Shēng shā zhī běn shǐ · Shén míng zhī fǔ yě · Zhì bìng bì qíú yú běn ·

Or le yang accumulé fait le Ciel, le yin accumulé fait la Terre.

Le yin est tranquillité, le yang est mouvement.

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 et le yin parfait les formes.

Le froid, à l'extrême, produit le chaud; Le chaud, à l'extrême, produit le froid.

Les souffles du froid produisent le trouble, Les souffles du chaud produisent le clair.

En bas, les souffles clairs donnent des diarrhées lientériques,

En haut, les souffles troubles donnent dilatations et gonflements.

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·  
Yáng huà qì · Yīn chéng xíng · Hán jí shēng rè · Rè jí shēng hán · Hán qì shēng zhuó ·

熱氣生清·清氣在下·則生飧泄·濁氣在上·則生臌脹·  
Rè qì shēng qīng · Qīng qì zài xià · zé shēng sūn xiè · Zhuó qì zài shàng · zé shēng chen zhàng ·

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

此陰陽反作·病之逆從也·  
Cǐ yīn yáng fǎn zuò · Bìng zhī nì cóng yě ·

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

故清陽為天·濁陰為地·地氣上為雲·天氣下為雨·  
Gù qīng yáng wèi tiān · Zhuó yīn wèi dì · Dì qì shàng wèi yún · Tiān qì xià wèi yǔ ·

雨出地氣·雲出天氣·  
Yǔ chū dì qì · Yún chū tiān qì ·

Ainsi le yang clair sort-il aux orifices supérieurs et le yin trouble sort-il aux orifices inférieurs;

Le yang clair jaillit aux linéaments tandis que le yin trouble se rend aux Cinq zang;

Le yang clair plénifie les Quatre membres tandis que le yin trouble se reporte aux Six fu.

故清陽出上竅·濁陰出下竅·清陽發腠理·  
Gù qīng yáng chū shàng qiào · Zhuó yīn chū xià qiào · Qīng yáng fā còu lǐ ·

濁陰走五藏·清陽實四支·濁陰歸六府·  
Zhuó yīn zǒu wǔ cáng · Qīng yáng shí sì zhī · Zhuó yīn guī liù fǔ ·

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

水為陰·火為陽·陽為氣·陰為味·  
Shuǐ wèi yīn · Huǒ wèi yáng · Yáng wèi qì · Yīn wèi wèi ·

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.

味歸形·形歸氣·氣歸精·精歸化·精食氣·形食味·化生精·氣生形·

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.

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, 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·  
Yīn wèi chū xià qiào · Yáng qì chū shàng qiào · Wèi hòu zhě wèi yīn · Bó wèi yīn zhī yáng ·

氣厚者為陽·薄為陽之陰·味厚則泄·薄則通·  
Qì hòu zhě wèi yáng · Bó wèi yáng zhī yīn · Wèi hòu zé xiè · Bó zé tōng ·

氣薄則發泄·厚則發熱·  
Qì bó zé fā xiè · Hòu zé fā rè ·

Un feu puissant amenuise les souffles, Un feu léger renforce les souffles;

Un feu puissant se nourrit de souffles, Les souffles se nourrissent d'un feu léger;

Un feu puissant disperse les souffles, Un feu léger produit les souffles.

壯火之氣衰·少火之氣壯·壯火食氣·氣食少火·  
Zhuàng huǒ zhī qì shuāi · Shǎo huǒ zhī qì zhuàng · Zhuàng huǒ shí qì · Qì shí shǎo huǒ ·

壯火散氣·少火生氣·  
Zhuàng huǒ sàn qì · Shǎo huǒ shēng qì ·

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·陰勝則陽病·  
Qì wèi xīn gān fā sàn wèi yáng · Suān kǔ yǒng xiè wèi yīn · Yīn shèng zé yáng bìng ·

Quand le yin l'emporte, il y a maladie yang, Quand le yang l'emporte, il y a maladie yin;

Quand le yang l'emporte, il y a chaleur, Quand le yin l'emporte, il y a froid;

Quand le froid redouble, il y a chaleur, Quand la chaleur redouble, il y a froid.

陽勝則陰病·陽勝則熱·陰勝則寒·重寒則熱·重熱則寒·  
yáng shèng zé yīn bìng · yáng shèng zé rè · yīn shèng zé hán · zhòng hán zé rè · zhòng rè zé hán

Le froid porte atteinte au corps, La chaleur porte atteinte aux souffles.

L'atteinte aux souffles est douleur, L'atteinte au corps est enflures.

Ainsi donc, s'il y a d'abord douleur puis ensuite enflure, les souffles portent atteinte au corps;

Et s'il y a d'abord enflure puis ensuite douleur, le corps porte atteinte aux souffles.

寒傷形·熱傷氣·氣傷痛·形傷腫·  
Hán shāng xíng · Rè shāng qì · Qì shāng tòng · Xíng shāng zhǒng ·

故先痛而後腫者·氣傷形也·先腫而後痛者·形傷氣也·  
gù xiān tòng ér hòu zhǒng zhě · qì shāng xíng yě · xiān zhǒng ér hòu tòng zhě · xíng shāng qì yě

Quand le vent l'emporte, il y a mouvement;  
Quand la chaleur l'emporte, il y a enflures;  
Quand le sec l'emporte, il y a dessèchement;  
Quand le froid l'emporte, il y a boursoufflures;  
Quand l'humidité l'emporte, il y a diarrhées détrempées.

風勝則動·熱勝則腫·燥勝則乾·寒勝則浮·濕勝則濡寫·  
Fēng shèng zé dòng · Rè shèng zé zhǒng · Zào shèng zé gān · Hán shèng zé fú · Shī shèng zé rú xiě ·

Le Ciel a Quatre saisons et Cinq éléments

Pour engendrer, faire croître, recueillir et thésauriser,  
Pour produire le froid, le chaud, le sec, l'humide et le vent.  
L'homme a Cinq zang et, par transformations, Cinq souffles,  
Pour produire allégresse, colère, tristesse, accablement et peur.

天有四時五行·以生長收藏·以生寒暑燥濕風·  
Tiān yǒu sì shí wǔ xíng · Yǐ shēng cháng shōu cáng · Yǐ shēng hán shǔ zào shī fēng ·

人有五藏化五氣·以生喜怒悲憂恐·  
Rén yǒu wǔ cáng huà wǔ qì · Yǐ shēng xǐ nù bēi yōu kǒng ·

Ainsi donc allégresse et colère portent atteinte aux souffles,  
Froid et chaleur portent atteinte au corps.  
De violentes colères portent atteinte au yin,  
De violentes allégresses portent atteinte au yang.  
Les souffles en fléchissement remontent, engorgent les mai dont la vitalité quitte le corps.  
Si allégresse et colère en sont pas régulées, si froid et chaleur sont excessifs (intempestifs),  
La vie n'est plus solide.

故喜怒傷氣·寒暑傷形·暴怒傷陰·暴喜傷陽·  
Gù xǐ nù shāng qì · Hán shǔ shāng xíng · Bào nù shāng yīn · Bào xǐ shāng yáng ·

厥氣上行·滿脈去形·喜怒不節·寒暑過度·生乃不固·  
Jué qì shàng xíng · Mǎn mài qù xíng · Xǐ nù bù jié · Hán shǔ guò dù · Shēng nǎi bù gù ·

Ainsi donc, un yin redoublé donnera du yang et un yang redoublé donnera du yin.  
En fonction de quoi on déclare : L'Hiver portant ses atteintes par le froid, au Printemps, on n'échappe pas aux maladies de réchauffement.  
Le Printemps portant ses atteintes par le vent, en Été, apparaissent des diarrhées lientériques.  
L'Été portant ses atteintes par la chaleur, en Automne, on n'échappe pas aux fièvres.  
L'Automne portant ses atteintes par l'humidité, en Hiver, apparaissent des toux.

故 重 陰 必 陽 · 重 陽 必 陰 · 故 曰 · 冬 傷 於 寒 · 春 必 溫 病 ·  
Gù zhòng yīn bì yáng · Zhòng yáng bì yīn · Gù yuē · Dōng shāng yú hán · Chūn bì wēn bìng ·

春 傷 於 風 · 夏 生 飧 泄 · 夏 傷 於 暑 · 秋 必 痲 瘧 ·  
Chūn shāng yú fēng · Xià shēng sūn xiè · Xià shāng yú shǔ · Qiū bì kāi nuè ·

秋 傷 於 濕 · 冬 生 咳 嗽 ·  
Qiū shāng yú shī · Dōng shēng ké sòu ·

[.....]

On dira donc ceci : Le Ciel/Terre est le haut et le bas pour les Dix mille êtres  
Et le yin/yang, mâle et femelle pour le sang et les souffles;  
La gauche et la droite sont voies et chemins pour le yin/yang,  
L'eau et le feu sont l'expression et la révélation du yin/yang;  
Le yin/yang, c'est la puissance d'être et le commencement pour les Dix mille êtres.

故 曰 · 天 地 者 萬 物 之 上 下 也 · 陰 陽 者 血 氣 之 男 女 也 ·  
Gù yuē · Tiān dì zhě wàn wù zhī shàng xià yě · Yīn yáng zhě xiě qì zhī nán nǚ yě ·

左 右 者 陰 陽 之 道 路 也 · 水 火 者 陰 陽 之 徵 兆 也 ·  
Zuǒ yòu zhě yīn yáng zhī dào lù yě · Shuǐ huǒ zhě yīn yáng zhī zhēng zhào yě ·

陰 陽 者 萬 物 之 能 始 也 ·  
Yīn yáng zhě wàn wù zhī néng shǐ yě ·

Et l'on dira : Yin se tient à l'interne, mais c'est yang qui l'y maintient;  
Yang se tient à l'extérieur, mais c'est yin qui lui donne d'agir.

故 曰 · 陰 在 內 · 陽 之 守 也 · 陽 在 外 · 陰 之 使 也 ·  
Gù yuē · Yīn zài nèi · Yáng zhī shǒu yě · Yáng zài wài · Yīn zhī shǐ yě ·

L'Empereur reprit : Quelle est la norme en termes de yin et de yang ?

Qi Bo : Quand le yang l'emporte, le corps s'échauffe et les linéaments se ferment, une dyspnée bruyante fait plonger la tête et la fait se relever, la sueur ne peut pas sortir et la chaleur devient intense, les dents se dessèchent, on est en proie au tourment d'un mal ardent, le ventre est encombré et l'on meurt; on peut tenir en hiver, on ne le peut pas en été.

帝 曰 · 法 陰 陽 奈 何 · 岐 伯 曰 ·  
Dì yuē · Fǎ yīn yáng nài hé · Qí bó yuē ·

陽 勝 · 則 身 熱 腠 理 閉 · 喘 粗 為 之 俛 仰 · 汗 不 出 而 熱 ·  
Yáng shèng · Zé shēn rè còu lí bì · Chuǎn cū wèi zhī fǔ yǎng · Hàn bù chū ér rè ·

齒 乾 以 煩 冤 · 腹 滿 死 · 能 冬 不 能 夏 ·  
Chǐ gān yǐ fán yuān · Fù mǎn sǐ · Néng dōng bù néng xià ·

Quand le yin l'emporte, le corps se refroidit et la sueur s'écoule, le corps est glacé en permanence, on est parcouru de frissons et le froid s'intensifie, le froid provoque un fléchissement, de ce fait, le ventre est encombré et on meurt; on peut tenir en été, on ne le peut pas en hiver.

陰 勝 · 則 身 寒 · 汗 出 · 身 常 清 · 數 慄 而 寒 · 寒 則 厥 ·  
Yīn shèng · Zé shēn hán · Hàn chū · Shēn cháng qīng · Shù lì ér hán · Hán zé jué ·

厥則腹滿死·能夏不能冬·  
Jué zé fù mǎn sǐ · Néng xià bù néng dōng ·

Tels sont les changements selon les prévalences contrastées du yin et du yang : la manifestation et la virulence des maladies.

此陰陽更勝之變·病之形能也·  
Cǐ yīn yáng gèng shèng zhī biàn · Bìng zhī xíng néng yě ·

[.....]

Ainsi, le Ciel par les essences et la Terre par les formes, le Ciel par les Huit régulateurs et la Terre par les Cinq organisateurs, peuvent se comporter en père et mère des Dix mille êtres. Le yang clair s'élevant au Ciel et le yin trouble retournant à la Terre, le Ciel/Terre connaît les effets du mouvement et du repos et la splendeur qui naît des Esprits en compose le filet avec sa corde maîtresse et ses mailles.

Ainsi, par naissance, croissance, récolte, ensevelissement, tout parvient à son terme et recommence.

故天有精·地有形·天有八紀·地有五里·故能為萬物之父母·  
Gù tiān yǒu jīng · Dì yǒu xíng · Tiān yǒu bā jì · Dì yǒu wǔ lǐ · Gù néng wéi wàn wù zhī fù mǔ ·

清陽上天·濁陰歸地·是故天地之動靜·神明為之綱紀·  
Qīng yáng shàng tiān · Zhuó yīn guī dì · Shì gù tiān dì zhī dòng jìng · Shén míng wéi zhī gāng jì ·

故能以生長收藏·終而復始·  
Gù néng yǐ shēng cháng shōu cáng · Zhōng ér fù shǐ ·

[.....]

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.

Ainsi, traiter sans prendre modèle sur les régulateurs du Ciel et en se passant des organisateurs de la Terre, c'est provoquer la catastrophe.

以天地為之陰陽·陽之汗·以天地之雨名之·陽之氣·  
Yǐ tiān dì wéi 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 ·

故治不法天之紀·不用地之理·則災害至矣·  
Gù zhì bù fǎ tiān zhī jì · Bù yòng dì zhī lǐ · Zé zāi hài zhì yǐ ·

[.....]

Ainsi, celui qui excelle avec les aiguilles du yin tire le yang et du yang tire le yin; par la droite, il traite la gauche et par la gauche, il traite la droite; par ce qui est de lui, il parvient jusqu'à l'autre; par les manifestations, il parvient aux structures; par la seule observation de l'aspect que présentent le dépassement et la non-atteinte, il perçoit le plus subtil et décèle ce qui ne va pas; son art n'est jamais en défaut.

故善用鍼者·從陰引陽·從陽引陰·以右治左·以左治右  
Gù shàn yòng zhēn zhě · Cóng yīn yǐn yáng · Cóng yáng yǐn yīn · Yǐ yòu zhì zuǒ · Yǐ zuǒ zhì yòu

以我知彼·以表知裡·以觀過與不及之理·見微得過·用之不殆·  
Yǐ wǒ zhī bǐ · Yǐ biǎo zhī lǐ · Yǐ guān guò yǔ bù jí zhī lǐ · Jiàn wēi dé guò · Yòng zhī bù dài ·