楊家秘傳太極拳

YANGJIA MICHUAN

TAIJI QUAN

Cours de Claudy Jeanmougin
à partir de l'enseignement de
Maître Wang Yen-nien

TOME 4

ÉDITEUR - LA GRIFFE DU TIGRE

SOMMAIRE

INTRODUCTION

- INTRODUCTION 11
- LA MÉMORISATION EST-ELLE UN VÉRITABLE PROBLÈME ? 13
- QIGONG ET TAIJI QUAN 17
- LES ARMES DANS LA PRATIQUE DU TAIJI QUAN 23
- DE LA FACILITÉ ET DE SES DÉVIANCES 27
- MAÎTRE ET MODÈLE 31
- VOCABULAIRE ET FONDAMENTAUX 33
- QUE FAIRE DES ANCIENS 37

PREMIÈRE PARTIE

- PHYSIOLOGIE DE LA RESPIRATION CELLULAIRE 41
. Soleil et photosynthèse 42
. Restauration de l'ATP 45

- MOUVEMENT RESPIRATOIRE PRIMAIRE, RESPIRATION DU CIEL ANTÉRIEUR, RESPIRATION EMBRYONNAIRE 49
. MRP -Mouvement Respiratoire Primaire 49
. Flexion et extension dans le concept ostéopathique et rapprochement avec ouverture et fermeture du Taiji quan 51
. Quel rythme est le MRP ? 53
. Respiration du Ciel antérieur et Respiration embryonnaire 61
. Xiantian Huxi, Houtian Huxi, Taixi 65
. La genèse de l'embryon 71
. Faut-il conclure ? 75

DEUXIÈME PARTIE

- FORME COURTE DE PÉKIN 81
. Origines de la forme courte de Pékin 81
. Nom des gestes de la forme courte de Pékin 82

TROISIÈME PARTIE

- REN MAI, DU MAI, CHONG MAI
. Introduction 87
. Présentation de l'ensemble des méridiens extraordinaires 89
. Anatomie des méridiens extraordinaires 89

. Trajets à partir des classiques et de la visualisation pendant la méditation 90
. Synthèse du trajet du Chong mai 98
. Physiologie des méridiens extraordinaires 101
. Quelques conclusions 107
. Physiologie taoïste 109
. Les guan 112

QUATRIÈME PARTIE

- PRINCIPES ESSENTIELS

. Principes essentiels du Taiji quan 119
. « Suspendre la tête » 121
. « Les Quatre Exigences » 125

CINQUIEME PARTIE

- CHANG QUAN

1. Cai et ses transformations (2e série) 143
. Introduction 145
. Da hu (Frapper le Tigre) 146
. Kua hu deng shan (Enfourcher le tigre et gravir la montagne) 156
. Jin ji du li (Le faisan doré se tient sur une patte) 168
. Jin bu yin yang dui (Cycle yin/yang de coups de pied) 176
. Shi zi shou (Croiser les mains) 182

3. Liaisons de la Deuxième Séquence - I - 189
. Introduction 189
. Liaisons 192
9. De Chevaucher le tigre à gauche à se tourner à droite, taper trois fois avec la paume 192
10. Passage de gauche à droite dans Pousser la montagne dans la mer 198
11. Passage de gauche à droite dans Coup de coude horizontal 206
12. De la fin de Coup de coude horizontal à droite à Frapper par-dessous le coude 210
13. De la fin de Coup de poing par-dessous le coude à droite à Le sing bat en retraite 214
14. De la fin de Le sing bat en retraite à Lever le bras et pousser au niveau du cœur 218
15. De la fin de Crocheter le genou à gauche à Soulever le rideau 220
16. De la fin de Soulever le rideau à Chercher l'aiguillle au fond de la mer 222

- TUI SHOU 227
- 5 - Rotation du corps avec flexion sur une jambe,
à gauche puis à droite 227
- 7. Peng en pliant la taille et en inclinant
le tronc vers l'arrière 232
- 8. Peng en pliant la taille et en inclinant
le tronc vers l'avant 234
- Petite suite pour se détendre 236

INDEX DES TERMES CHINOIS 238

Mouvement Respiratoire Primaire
Respiration du Ciel Antérieur
Respiration Embryonnaire

Depuis que les pratiquants du Taiji quan ont rencontré les ostéopathes, depuis que les ostéopathes se sont mis au Taiji quan, il est fortement question de la "Respiration du Ciel antérieur", ou encore de la "Respiration Embryonnaire", sans qu'on sache vraiment si l'une et l'autre se confondent ou se différencient, soit le MRP ou Mouvement Respiratoire Primaire, mécanisme à l'origine de l'ostéopathie crânienne.

Étant nous-même praticien en ostéopathie, en énergétique chinoise et pratiquant le Taiji quan, nous avons été étonné que ce soit un non-ostéopathe qui émette une telle hypothèse. Pourquoi pas, d'ailleurs, si celui-ci a été initié au ressenti du MRP, ce qui est le cas de Georges Charles, auteur de cette hypothèse. Puis, des ostéopathes, qui se sont mis aux techniques énergétiques chinoises dont le Taiji quan, ont également posé cette hypothèse comme une affirmation allant de soi sans la moindre démonstration pratique autre qu'une supposition basée sur l'expérience du mouvement crânien. Les adeptes du Taiji quan sentent un "flux", les ostéopathes perçoivent une "marée", alors pourquoi l'un et l'autre ne serait-il pas ce que les chinois nomment la Respiration du Ciel Antérieur, ou la Respiration Embryonnaire avec la réserve émise sur la différenciation de ces termes.

Se fondant sur une telle hypothèse, il est devenu d'usage dans la pratique de certains de vouloir évoluer au rythme de ce qu'ils pensent être le Mouvement Respiratoire Primaire, croyant du même coup se conformer à la Respiration du Ciel Antérieur, ou à la Respiration Embryonnaire. Sans vouloir d'entrée rejeter une telle proposition, il nous paraît important, pour notre pratique, de voir d'abord si un tel rapprochement est possible en analysant séparément ces deux respirations, puis, dans un second temps, s'il est judicieux de s'astreindre à vouloir suivre de tels rythmes dans la pratique courante.

Auparavant, nous devrons démêler les notions de Respiration du Ciel Antérieur et de Respiration Embryonnaire, souvent confondues dans notre langage alors qu'il n'est pas coutume, dans le monde chinois, d'utiliser deux termes différents pour une même pensée.

Nous allons commencer par présenter ce que les ostéopathes entendent par Mouvement Respiratoire Primaire. Nous n'oublierons pas que notre sujet concerne avant tout le Taiji quan, ainsi, à chaque fois que cela sera possible, nous n'hésiterons pas à établir des parallèles entre les deux disciplines qui ont un point commun : envisager l'être dans sa totalité.

MRP - Mouvement Respiratoire Primaire

Le Mouvement Respiratoire Primaire est le résultat des recherches d'un Maître de l'ostéopathie, William Gardner Sutherland (1873-1954), disciple de Andrew Taylor Still (1828-1917) le fondateur de cette discipline qui vient d'être reconnue par les pouvoirs publics français (partiellement car les ostéopathes français attendent toujours les décrets d'application au moment de ces lignes - fin 2006).

Sutherland fut intrigué par la structure des sutures crâniennes qui présentaient des formes en totale contradiction avec l'idée reçue qu'elles étaient des articulations fixes. Il mit au point tout un appareillage qui permettait de mobiliser les pièces osseuses crâniennes, comme une sorte de casque muni de sangles, puis s'appliqua des

Andrew Taylor Still (1828-1917)

William Gardner Sutherland (1873-1954)

forces sur des parties des os de son crâne. Il infligea sur sa propre personne une torture crânienne et nota minutieusement tous les symptômes qui pouvaient apparaître. Ensuite, après avoir ôté ce casque, il relança lui-même les mouvements crâniens supposés et constata que tout rentrait dans l'ordre avec disparition des signes cliniques. Globalement, ainsi est née l'ostéopathie crânienne qui connaît de nos jours un réel succès thérapeutique.

En procédant à ces manipulations, Sutherland constata que non seulement les os crâniens étaient mobiles mais, qu'en plus, ils étaient doués d'un mouvement constant avec un rythme inférieur au rythme respiratoire thoracique qui est de l'ordre de 16 cycles par minute. Comme un rythme perdure une quinzaine de minutes après la mort clinique, les ostéopathes supposent qu'il en existe un chez le bébé encore dans le ventre de sa mère, d'où le nom de Mouvement Respiratoire Primaire (primaire par rapport à la respiration thoracique qui démarre à la naissance).[1]

Parenthèse 1. Que ce mouvement existe chez le bébé qui n'est pas encore né n'est qu'une supposition car nous n'en disposons d'aucune preuve. Par contre il est intéressant de retenir cette hypothèse de la part des ostéopathes.

Lors de ses minutieuses palpations, Sutherland constata également que le sacrum était doué d'un mouvement synchrone au mouvement crânien, c'est pourquoi aux États-Unis on parle de Craniosacral Motion (Mouvement Crânio-sacré), ou encore de Craniosacral Impulse. Il émit l'hypothèse que la synchronisation entre le crâne et le sacrum était le fait de la dure-mère de la moelle épinière qui s'accroche à la fois sur le sacrum et à la base de l'occipital. De ce fait, les mouvements crâniens influencent les mouvement sacrés et vice versa, sauf dans des conditions pathologiques.

Notons que ce mouvement crânio-sacré peut être ressenti dans n'importe quelle partie du corps

1. Le rythme de 7 à 12 cycles par minute est souvent avancé malgré une absence totale de référence à ce sujet de la part de Sutherland. Nous verrons que d'autres rythmes sont perçus.

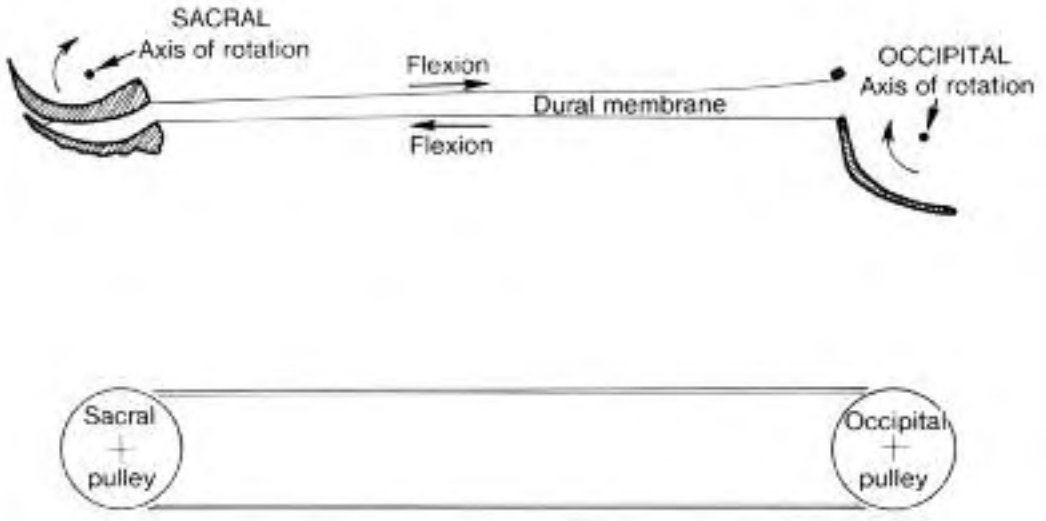


Schéma 1

par une main entraînée. Ainsi, l'ostéopathie crânienne ne concerne pas uniquement le crâne, mais l'ensemble du corps.

Les découvertes de Sutherland, associées à ses hypothèses ont donné naissance au schéma 1[2], très mécaniste, encore utilisé de nos jours par de nombreux auteurs car toujours admissible, même si ce fonctionnement n'a jamais été prouvé. Il est basé sur un système de deux poulies, le sacrum et l'occipital, autour desquels la courroie est représentée par la dure-mère rachidienne.

En ostéopathie, ces mouvements sont qualifiés d'extension et de flexion. Ces deux termes méritent un petit détour car ils sont associés à "l'expire" et "l'inspire", deux néologismes du jargon des ostéopathes qu'il faut bien distinguer de l'expiration et de l'inspiration faisant partie de la mécanique respiratoire thoracique.

Flexion et extension dans le concept ostéopathique et rapprochement avec ouverture et fermeture du Taiji quan

Au niveau crânien, le mouvement de flexion se traduit dans les mains de l'ostéopathe par une expansion du crâne et une rotation externe des membres. Nous avons donc une ouverture globale. Dans ce cas, on parle "d'inspire" crânien. L'extension est le mouvement contraire qui se traduit par une rétraction crânienne et une rotation interne des membres, soit une fermeture globale. C'est le mouvement "d'expire" crânien.

Ces mouvements d'expansions et de rétractions dus au MRP se répercutent donc à l'ensemble du corps par des ouvertures et des fermetures. Ce sont ces mêmes mouvements que l'on retrouve dans la pratique du Taiji quan et nombre de pratiquants, au courant de ce flux, tentent de retrouver dans leur pratique le rytme correspondant au MRP. Une telle pratique est-elle judiciable ? C'est l'objet de cet article.

Que disent les classiques à ce propos? Dans le *Chant du Shi San Shi* de *Song Shuming*, nous lisons :

> *"Que tu fléchisses ou que tu te redresses, ouverture et fermeture, laisse ton corps écouter la nature."*[3]

Il est toujours délicat d'extraire une citation sans dénaturer l'intention du texte dans son entier. Ici, le texte est une composition de versets à sept caractères, chacun des versets contenant une sorte de vérité ou de conseil. L'enchaînement des versets a forcément une suite didactique puisque ce texte s'adresse aux pratiquants d'une discipline

2. Craniosacral Therapy, John E. Upledger & Jon D.Vredevoogd, Eastland Press, Chicago, 1983, p.134.

3. Livre de poche des bases essentielles du Yangjia Michuan Taiji quan, Maître Wang Yen-nien, Amicale du Yangjia Michuan Taiji quan Editions, p.27.

physique et que ce sont tous des préceptes à mettre en pratique.

Nous avons remarqué que les classiques que nous connaissons sont presque toujours à double entrée : technique physique, procédés énergétiques qui relèvent de l'alchimie taoïste la plupart du temps.

Examinons plus en détail le texte chinois :

屈 伸 開 合 聽 自 由

Qu shen kai he ting zi you

Qu 屈, fléchir. *Shen* 伸, se redresser. *Qushen* 屈 伸 c'est la souplesse. *Kai* 開, ouvrir et *He* 合 fermer venant à la suite des deux premiers caractères pourraient être pris comme une redondance de ceux-ci si l'ordre était inversé, comme nous l'avons maladroitement fait pour la traduction dans le Petit Livre Rouge de l'Amicale. Aujourd'hui, il nous apparaît plus judiciable que chacune de ces deux paires de caractères s'adresse à deux niveaux différents de la personne. *Qu* et *Shen* concerneraient la structure corporelle, alors que *Kai* et *He* seraient d'un ordre énergétique, comme nous le présentions dans le chapitre précédent.

Ainsi, la notion de flexion/extension dans le concept ostéopathique est plus en rapport avec celui d'ouverture/fermeture (*Kai He*). En effet, ce que nous appelons flexion en ostéopathie est un mouvement global de réplétion, comme si le corps se remplissait, et l'extension est un mouvement global de déplétion, comme si le corps se vidait. En aucune manière nous assistons à un mouvement de fléchissement ou d'érection du corps. D'ailleurs, nous pensons que les termes d'extension et de flexion sont inappropriés à la réalité ostéopathique. Ils sont tout à fait conventionnels, ce qui peut semer le trouble dans les esprits, surtout s'ils sont associés à la respiration thoracique (la ventilation).

La fin du verset que nous avons traduit par "*laisse ton corps écouter la nature*" est composé de trois caractères. Le premier, *Ting* 聽, est écouter. On n'écoute pas qu'avec l'oreille (*er* - 耳), la graphie à gauche du caractère, il y a aussi le cœur (*xin* - 心), graphie à la base et à droite du caractère *ting*. *Xin* nous renvoie au *Shen* 神: l'esprit récepteur (ouvert à l'écoute) et émetteur par l'intermédiaire du *Qi* 氣, l'énergie.

Les deux caractères suivants (*Zi* 自 et *You* 由) méritent une attention toute particulière car leur analyse remet en cause notre traduction. Les deux caractères associés donnent le substantif *Ziyou* 自 由 qui signifie libre, liberté. Dans ce contexte, il nous semble utile de les dissocier.

Zi 自, c'est sa personne, soi-même, sa propre nature dans sa spontanéité. Wieger, dans ses "Leçons éthymologiques" indique que la primitive *Zi* figure le nez et qu'il renvoie à la personne elle-même du fait que "*le nez est la partie saillante et pour ainsi dire caractéristique de l'individu*"[4]. Il précise également que c'est "*le point de départ, origine, commencement, évolution, succession ; le nez étant, d'après l'embryologie chinoise, le commencement de l'homme, le pivot de sa genèse*"[5] .

You 由, s'il marque l'origine dans le sens causal porte également l'idée de soumission, non dans son aspect négatif et passif mais dans celui du respect de la conformité chère aux Taoïstes portés au Wuwei, le non agir contre, mais aller dans le sens des "choses".

Zi et *You*, ainsi associés, nous incitent, malgré le degré de liberté qu'ils nous confèrent, à suivre ce qui a germé au plus profond de nous-mêmes pour faire ce que nous sommes. Il nous faut donc écouter avec le cœur cette poussée originelle née du grand tout, qui nous relie à tout ce qui nous environne.

Parenthèse 2. Le germe de nous-mêmes est à rapprocher de l'embryologie et tout particulièrement de cette "force" de développement qui a "dirigé" les différentes étapes de l'embryogénèse pour faire de l'être ce qu'il est. Retenons l'idée de cette force originelle, motrice de notre devenir. Alors, dans cette perspective, écouter sa nature n'est-ce pas se plier à cette "force origi-

4. Caractères Chinois, Wieger S.J., Taichung, p.325.
5. Op. cit.

nelle"? Ou, pour le moins, tout faire pour que cette force émerge à l'instant nécessaire au bien être de son devenir ?

Aujourd'hui, avec l'ajout de presque trois décennies de pratique, nous traduisons cette sentence de la manière suivante :

"Flexion, extension ; ouverture, fermeture : écouter sa nature".

Ces longs préliminaires étant posés, il nous devient possible d'appréhender les quatre termes flexion, extension, ouverture et fermeture avec un regard plus nuancé.

Jusqu'à un certain degré de flexion, que nous nommons fermeture apparente du fait de l'aspect global du geste, il y a en fait une ouverture qui favorise l'expansion. Flexion et ouverture peuvent donc être associées jusqu'à un certain degré de flexion. En effet, une flexion extrême va créer une fermeture dans le sens du fléchissement et un étirement sur le côté opposé, ce qui revient à une extension.

De la même manière, un certain degré d'extension, que nous qualifions d'ouverture apparente du fait de l'aspect global du mouvement, provoque une fermeture qui génère la rétraction. Extension et fermeture peuvent donc être associées jusqu'à un certain degré d'extension. En effet, une extension extrême va créer un étirement dans le sens du mouvement et un fléchissement sur le côté opposé (exemple du pont), ce qui revient à une flexion (dorsale dans le sens du pont).

À un niveau plus subtil, comme celui que nous connaissons en ostéopathie, les mêmes rapprochements sont possibles mais en inversant tous les paramètres. L'expansion due à l'impulsion dite crânienne va créer une ouverture que l'on qualifie de flexion, et réciproquement. Quel est le moteur de cette impulsion ? Serait-ce encore une fois une sorte d'élan déjà présent dans l'embryon comme le suggère l'extrait de l'un des classiques que nous avons mentionné ?

Sans trop espérer une réponse définitive à cette question fondamentale qui continue de secouer bien des ostéopathes, il n'est pas sans intérêt de faire un petit tour d'horizon sur ce que justement les ostéopathes précurseurs et leurs émules avancent dans ce délicat domaine de cette "force" initiale, motrice du mouvement dit crânien. Pour la suite de cet article, la lecture du mémoire d'un jeune ostéopathe qui fréquente nos cours, nous a vraiment inspiré. Nous vous invitons à aller sur son site <http//jerome.malige.ifrance.com> pour prendre connaissance de ce mémoire.

Mais quelle est donc l'origine du MRP (Mouvement Respiratoire Primaire) ? Point de vue des ostéopathes...

Il n'y a aucun doute à ce sujet, ce mouvement est bien présent, d'ailleurs il a fait l'objet de nombreuses expérimentations qui ont confirmé ce que Sutherland avait senti dans ses mains, sans pour autant prouver cette relation crânio-sacrée. Tout le problème réside aujourd'hui dans la compréhension de son moteur. Pour ne pas simplifier cette problématique, les ostéopathes ont découvert d'autres rythmes sur leurs patients. Et c'est bien pourquoi nous nous interrogeons sur un rapprochement entre le MRP et la Respiration du Ciel Antérieur. Hypothèse émise par Georges Charles, très connu dans le milieu des Arts du Dao, qui possède un site remarquable sur lequel nous vous invitons tous à faire un large détour.

L'ostéopathie est une science encore neuve et ses précurseurs, faute d'explications tangibles, s'en sont souvent référés à Dieu dès lors qu'ils ne pouvaient pas avancer une explication sensible à notre intellect. Sachant que le monde chinois n'est pas déiste, cela simplifierait notre démarche en niant tout rapprochement possible entre ces deux mondes culturels que sont la Chine et l'Occident.

Hélas, ou heureusement, les sciences évoluent, de nouvelles se font jour et l'ostéopathie évolue au regard d'elles, même si la main demeure l'outil incontournable. C'est d'ailleurs cette même main que nous utilisons en Tuishou et nous serons peu surpris de savoir que l'approche ostéopathique, dans son écoute, n'est pas si éloignée de ce qui est préconisé dans nos techniques de Taiji quan.

Nous allons faire un petit tour d'horizon, en vous épargnant les détails techniques, pour don-

ner un aperçu de ce qu'est réellement l'ostéopathie, sans perdre notre fil conducteur qui est le Mouvement Respiratoire Primaire.

Ce qui est le plus généralement admis : l'ostéopathie est perçue comme une technique manuelle agissant directement sur le système articulaire. En gros, l'ostéopathe est comparé à un rebouteux utilisant ses techniques sur des bases scientifiques qui reposent sur une connaissance approfondie de l'anatomie, de la biomécanique et de la neurologie. Il n'est donc ni plus ni moins qu'un mécanicien du corps ayant pour outil ses seules mains. L'ostéopathie crânienne, encore trop mal connue, si elle a vraiment fait évoluer l'ostéopathie, est encore perçue sous un jour très mécaniste : on joue sur les structures crâniennes pour relancer le MRP. Évidemment, l'aspect mécaniste de la discipline apporte un certain confort à la fois au thérapeute et au patient car il y a une action directe avec des résultats plus ou moins satisfaisants, mais très remarquables en certaines circonstances. Le Maître mot de l'ostéopathie étant de redonner la mobilité là où elle avait disparu, ou là où elle était restreinte, le terme de mobilité s'accordant à tous les niveaux du corps humain, que ce soit les tissus mous, solides ou liquides.

À partir de là, on oublie la philosophie de l'ostéopathie dont les principes ont été énoncés par son fondateur Still. Pour lui, il ne fait aucun doute que chacun d'entre nous possède en lui les potentialités qui lui permettent de recou-

Un pratiquant sincère ne peut pas se satisfaire du moindre doute dans sa pratique. Et, s'il est vraiment sincère, le doute est omniprésent, ce doute qui fait ou abandonner ou avancer. Après plus de vingt ans de pratique et une exploration minutieuse de ce que nous nommons le structurel, c'est-à-dire tout ce qui se rapporte au fonctionnement du corps d'un point de vue purement mécaniste, nous sommes conscient d'avoir atteint une limite bien que baignés dans le monde de l'énergétique. Justement, du fait de cette connaissance que nous utilisons dans un domaine thérapeutique, nous sommes forcés de faire le constat d'une terrible lacune dans notre style : l'absence d'une transmission directe dans l'exploration d'un monde qui nous demeure étranger.

Aujourd'hui, nous ne craignons pas d'avancer de tels propos car notre Maître a cessé d'enseigner. À nos yeux, il était le seul dans cette filiation à pouvoir nous mettre sur la voie. Pourquoi ne l'a-t-il pas fait ? Certainement parce que nous ne le méritions pas. Je me souviens de ses regards désespérés quand nous nous acharnions à intégrer les rudiments de l'épée. Je me souviens de ses dires sur l'inutilité de continuer à enseigner le Neigong à des adeptes qui ne travaillaient pas (nous possédons les enregistrements de ces paroles).

Maître Wang Yen-nien, adepte du Neigong, a recommencé un enseignement de ces techniques en 1989, à l'occasion d'un cycle de stages en France car physiquement il ne pouvait pas assurer une étude du Taiji quan. Cloué au sol par une sciatique aiguë due à un accident de la route, c'est assis dans sa souffrance qu'il a accepté de nous ouvrir aux rudiments de techniques Taoïstes. Dans un laps de temps aussi court qu'un stage, il ne pouvait pas nous en dire plus puisque notre expérience était quasi nulle. Peut-être y a-t-il dans notre style des sœurs et frères de pratique qui ont eu plus de chance que nous en ayant reçu un enseignement digne de ce nom et qui se taisent. En dehors de cette perspective, nous ne connaissons personne qui soit capable de nous mettre sur la voie d'une pratique qui aille au-delà de simples considérations énergétiques ou martiales.

Bien sûr, nous ignorons ce qui a pu se passer durant les Baishi de nos frères et sœurs. À nos yeux, cela reste une simple cérémonie à la grandeur de la générosité de cœur de Laoshi, comme nous nommons Maître Wang. Nous ne dénigrons pas l'aspect solennel de la cérémonie, nous nous interrogeons simplement sur ce qui a pu être transmis à cette occasion. Ainsi, qu'il me soit permis de douter sur ce que les enseignants du Yangji Michuan enseignent dans le domaine du Neigong... En ce qui nous concerne, nous ne possédons que de simples techniques qui ne vont pas au-delà de ce que déjà nous avions appris par le Yoga en Inde.

Nous devons bien nous rendre à l'évidence que nous sommes, le nous n'engageant que notre personne, à un point de convergence qui se rétrécit à la mesure de notre ignorance et que pour le dépasser il nous faut dorénavant aller voir ailleurs... Nous ne craignons pas de dire qu'aujourd'hui, dans notre style, nous ne connaissons personne (cela ne veut pas dire qu'il n'y en a pas ou qu'il n'y en eût pas) apte à nous faire franchir le cap de la maîtrise de ces énergies qui sont en nous, que nous travaillons dans notre pratique sans vraiment trop les contrôler. Pour aller au-delà, il nous faut un guide, comme le suggère le classique que nous avons cité et qui dit après l'extrait étudié : "*Tes premiers pas seront guidés par un Maître*". Cette sentence est sans appel, seul, nous n'y arriverons pas, et nous sommes seuls.

Par bonheur, notre style est vraiment ouvert et jamais il ne nous a été interdit de nous "tremper" en dehors de ce qu'il propage. La porte est donc ouverte et je souhaite que l'un d'entre nous réussisse à la franchir pour nous guider à son tour.

vrer l'état de santé. Si la potentialité n'est pas agissante, c'est qu'il existe une ou des barrières qu'il faut lever et c'est le rôle du thérapeute. Ces barrières s'installant de plusieurs manières dont principalement selon le mode de vie.

Une fois cette barrière levée, il faut laisser agir et tout rentrera dans l'ordre par la seule puissance de la **potentialité**[6] . C'est d'ailleurs ce qu'on retrouve dans l'homéopathie et dans la médecine traditionnelle chinoise. Qu'elle est la source de cette potentialité ? Elle est dans le nerf nous dit Still. L'ensemble du système nerveux est donc mis en avant sans autre explication qu'une intervention divine.

Avec Sutherland, l'ostéopathie fait un saut remarquable avec les micromouvements dûs au Mouvement Respiratoire Primaire. Mais des questions se posent sur l'origine de ce mouvement : est-ce un mouvement osseux qui provoque les fluctuations ? Est-ce que ces fluctuations sont le fait d'une modification de la densité des liquides ? Ou alors sont-ce les membranes encéphalliques (faux du cerveau et du cervelet, tente du cervelet qui sont des prolongements de la duremère méningée) qui, par un jeu élastique, provoquent un mouvement osseux agissant à leur tour sur les structures osseuses, puis sur les liquides dont le liquide céphallorachidien en particulier ?

Il semblerait bien pour Sutherland que ce soit la troisième proposition qui domine sans qu'il en apporte la moindre explication. À ses débuts, la clef de voûte de l'ostéopathie crânienne était ce tissu méningé, c'est-à-dire un fascia parmi d'autres. Le fascia a généré une autre technique, sœur de l'ostéopathie, la fasciathérapie créée par Danis Bois. Mais c'est une autre histoire...

En raccourci, pour Sutherland, le tissu méningé est le transmetteur du mouvement crânien osseux qui se répercute dans tout le corps comme une vague via le liquide céphalo-rachidien. Il a

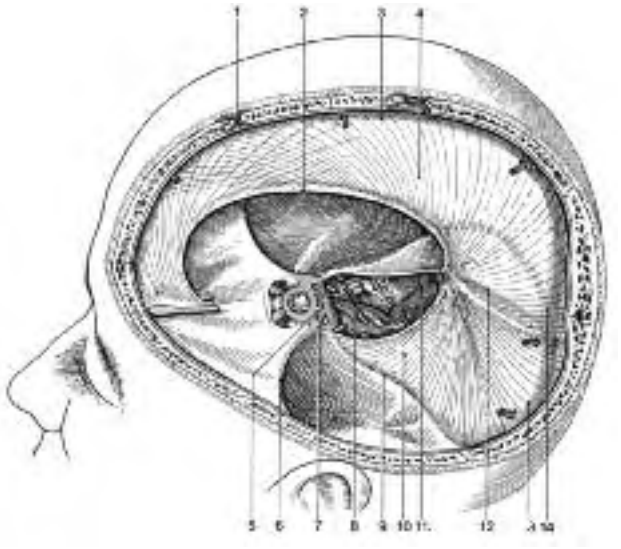


Schéma 2
4. Faux du cerveaux. 10.Tente du cervelet
La faux du cervelet n'est pas visible
Dictionnaire Atlas d'anatomie, P. Kamina, p.587.

mis en évidence deux phénomènes : le "still point" perçu par tous les ostéopathes et le "fulcrum".

Le "**Still point**". Rien à voir avec Still le fondateur de l'ostéopathie. Still est un terme anglais qui signifie tranquille. Le *Still point* est donc le "point tranquille" qu'il vaudrait mieux traduire en français par "Temps de tranquillité" car il s'agit bien d'une période durant laquelle tout s'arrête. Lors de "l'écoute" du mouvement crânien, la mobilité cesse pendant un temps plus ou moins long : c'est le still point. Puis le mouvement rythmique redémarre avec une amplitude différente qui est analysée par l'ostéopathe. Ce temps de tranquillité peut apparaître selon plusieurs modalités :

. physiologique : dans tout phénomène alternatif il y a un temps d'arrêt plus ou moins long entre les deux phases du mouvement ; ici, ce sera entre l'expansion et la rétraction ;

. il peut être provoqué par le thérapeute lorsqu'il s'oppose à l'une des deux phases pour permettre à l'organisme de réagir ;

. il est également spontané, c'est-à-dire qu'il se produit sans la moindre interven-

6. Nous soulignons ce terme car il a une très grande importance pour les ostéopathes qui ne se contentent pas du seul aspect structurel de l'ostéopathie. Rappelons que le terme structurel est réducteur aux techniques manuelles agissant d'une manière plus ou moins directe sur l'architecture corporelle.

tion volontaire du thérapeute. Nous insistons sur le terme volontaire tout en étant convaincu que le thérapeute est agissant du simple fait du contact et de sa présence. D'un point de vue thérapeutique, c'est ce dernier *still point* qui est le plus intéressant car il traduit une réaction de l'organisme qui, en quelque sorte, reprend à sa charge le principe thérapeutique. Le redémarrage du mouvement se fait presque tout le temps avec un mouvement d'expansion.

Le *still point* est une véritable énigme scientifique ! Pour les Maîtres de l'ostéopathie, il est évident que cette période correspond à une sorte de reprise en charge par le processus vital inhérent à chaque individu. Still, le fondateur de l'ostéopathie, encourageait ses disciples à rechercher la "santé" chez leurs patients au lieu de la maladie. Nous mettons le terme santé entre guillemets car, pour Still, cela correspond à la force vitale de chaque individu qui lui permet de maintenir un état de santé et de vaincre les maladies.

Qu'en est-il de cette "période de tranquillité" dans notre discipline ? Nous l'avons d'abord retrouvée dans une situation très particulière lors d'exercices de tuishou où les deux partenaires sont dans un état stable de contre-résistance. Les deux partenaires sont face à face et se poussent mutuellement d'une façon progressive. Quand la poussée est suffisamment intense, apparaît un temps de pause plus ou moins long à l'issue duquel les forces se repoussent, projetant ainsi le partenaire le moins lourd, ou celui qui est le plus dissocié et cela quelle que soit sa masse. Un phénomène d'expansion apparaît curieusement sans que nous sachions vous l'expliquer. Il est là, bien présent, et tout le monde peut l'apprécier sans qu'il y ait eu la moindre suggestion.

Dans un jargon taoïste, le still point nous apparaît comme étant une sorte de vide, un temps de neutralité qui autorise tous les possibles. Or, dans notre pratique, nous retrouvons ce vide au juste instant où un geste se termine, et juste avant qu'un autre commence, cette courte période entre l'inspiration et l'expiration dans notre style, moment de la transformation. Ici, bien évidemment, la conscience n'intervient pas, la volonté doit se taire pour laisser place à la spontanéité qui, de ce point de vue, n'est plus un acte gratuit mais bel et bien une adaptation à la situation. Une puissance renaît du néant, d'où vient-elle ? Nous ne savons pas vous répondre, seulement elle est là ! Ayant compris cela, nous sommes en mesure d'associer *Fangsong* 放鬆 (le relâchement) et *Ziran* 自然 (la spontanéité), ce couple inséparable qui permettra à la "force" de s'exprimer. Le terme force ne relève pas d'une puissance musculaire, c'est tout simplement une potentialité énergétique qui s'exprime. Nous pensons que celle-ci peut être dirigée au moyen de l'intention. En effet, *Fangsong* n'a rien à voir avec la mollesse, c'est, il nous semble, une détente mentale qui prélude à l'action spontanée, c'est-à-dire juste, adaptée à la situation.

Dans les deux exemples que nous venons de présenter à propos du *still point*, nous constatons qu'il y a une organisation qui permet à la "force" de s'exprimer. Pour nous, il est clair aujourd'hui qu'il y a un point pivot, un axe sur lequel nous jouons et, curieusement, nous retrouvons le même principe en ostéopathie avec le **Fulcrum**.

Le "fulcrum" en ostéopathie. Fulcrum est un mot anglais qui signifie : point d'appui, pivot. Sutherland a découvert un fulcrum, que nous nommons le "*fulcrum de Sutherland*", qu'il situe exactement (pour les anatomistes) au point de jonction du sinus droit et de la grande veine de Galien, soit pour les non-anatomistes, en avant de la jonction de la tente du cervelet et de la faux du cerveau sur le schéma 2. Pour lui, c'est le centre mécanique du corps, soit un axe de convergence des contraintes depuis lequel une force unique pourra s'exprimer. Ce serait cette force le moteur du Mouvement Respiratoire Primaire. En quelque sorte, le *fulcrum* serait le point d'appui d'une force de réaction à des contraintes peut-être dues à l'attraction terrestre comme le suggère Jérome dans son mémoire. Encore une fois, aucune explication scientifique ne peut attester un tel point pivot. De plus, ce point pivot ne serait pas unique, il se déplacerait dans le corps pour répondre aux forces de contrainte du moment. Il y aurait également plusieurs *fulcrums* dont ceux qui seraient des points pivots organisés par des niveaux de perversions.

En ce qui nous concerne, et en dehors de ceux que nous installons nous-mêmes, nous n'avons aucune expérience de ces différents fulcrums, cela ne veut pas dire qu'ils n'existent pas, par contre notre expérience du Tuishou nous a amené à considérer des axes et des points pivots à partir desquels il est possible de déstabiliser notre partenaire. En bref, il s'agit simplement de trouver chez le partenaire des points d'appui qui rendent effectifs l'installation de points pivots autour desquels nous fixons un point levier qui permet d'exercer une force avec le moindre effort. Dans cette perspective, nous demeurons dans le domaine du physique et de la physique pure et simple. C'est un premier pas pour la compréhension de la mise en jeu des forces, mais totalement insuffisant pour une véritable pratique. Et si, dans notre écoute, nous nous intéressions davantage à ces *fulcrums* des ostéopathes, il nous serait alors possible de pénétrer directement dans le déséquilibre intrinsèque de la personne et nous n'aurions que peu d'effort à fournir pour la déstabiliser.

D'un autre côté, les classiques du Taiji quan font appel au *Yi* 意, cette puissance émanant de l'intention, une sorte de force mentale agissante qui oriente tout le potentiel énergétique. Cette force, pour s'exercer, a elle aussi besoin d'un point d'appui, quel est-il ? Est-ce ce *fulcrum* de Sutherland ? Pour certains ostéopathes, il est considéré comme un centre de conscience qui fait appel à d'autres sources. Dans le Dao, il s'agit bien de se confondre au grand tout, et si ce centre de conscience était tout simplement le Taiji ? Ces spéculations n'engagent que notre personne, mais si c'était le cas, alors la puissance serait grandiose.

Parenthèse 3. Pour la pratique du Tuishou, nous pensons qu'il faut garder à l'esprit la réciprocité des points d'appui entre les deux partenaires d'une part, et celle de la force émergeante de chacun d'eux d'autre part. Cette action de réciprocité est forcément génératrice d'une alternance sans laquelle il n'y aurait pas de mouvements. C'est bien celle du Yin et du Yang associée à celle du vide et du plein qui repose sur un rythme variable car totalement dépendant de la volonté de l'un et de l'autre des partenaires, et donc bien différent du MRP.

Nous sommes convaincu qu'une pratique du Tuishou avec des poussées orientées sur les fulcrums a une incidence directe sur les différentes tensions du corps. Le Tuishou apparaît également comme un moyen de stimuler nos propres potentialités de réaction et participe donc à la défense de l'organisme.

Nous n'avons pas vraiment répondu à notre question posée en titre de ce chapitre, parce que les ostéopathes fondateurs se sont plus intéressés au point de départ du mouvement qu'ils situent donc au *fulcrum* de Sutherland, dans le crâne, et que son origine, pour eux, relève du Divin. Concernant cette origine du MRP quelques théories sont actuellement avancées comme celle de l'alternance entre *gel* et *sol* au sein de la cellule, alternance due certainement à des phénomènes électro-magnétiques (dans ce cas ce serait les liquides le moteur du mouvement sans que nous sachions quelle est la nature intime du processus). Il y a également celle d'une réaction des tissus à l'attraction terrestre. À un certain degré de pression due à l'attraction terrestre, les tissus réagissent par une expansion, un peu comme ce que nous avons évoqué à propos de la poussée réciproque dans des exercices de Tuishou. (Pour ces théories, nous vous renvoyons au mémoire de Jérome Malige).

Que l'organisme soit sujet à des mouvements d'expansion et de rétraction ne pose aucun doute à ceux qui ont une main quelque peu exercée. Même si aucune explication scientifique atteste son moteur et son origine, le mouvement est bien là et on ne peut pas l'ignorer. Cependant, il y a un petit problème quand on découvre qu'il y a en fait plusieurs rythmes d'expansion/rétraction, car lequel d'entre eux est le MRP ?

Quel rythme est le MRP ?

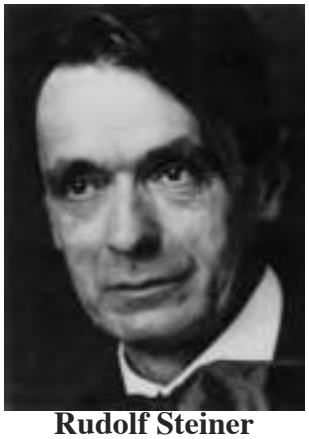
Dans un opuscule de James S. Jealous, fondateur de la biodynamique de l'ostéopathie, intitulé l'Emergence de l'Originalité et ayant pour sous-titre "*Une vue Biodynamique de l'Ostéopathie dans le Champ Crânien*", il est fait état de trois

rythmes principaux : le Mouvement Respiratoire Primaire de 7 à 12 cycles par minute, un rythme de 2,5 cycles par minute et un rythme de 100 secondes par cycle soit une minute et quarante secondes par cycle, ce serait ce cycle qui porterait le nom de "Grande Marée" donné par Sutherland, celui qui apporterait le "Souffle de Vie", c'est-à-dire cette force de santé dont nous avons parlé précédemment (signalons qu'il a été démontré que le protoplasme a un rythme interne de 100 secondes par cycle).

Y aurait-il eu méprise sur l'enseignement de Sutherland ? Cela est fort probable puisque lui-même n'a jamais mentionné par écrit la moindre fréquence de ce qu'il est convenu de nommer le Mouvement Respiratoire Primaire. Tout comme son Maître Still, il a développé une philosophie ayant fait l'objet de publications sans laisser de traces écrites de techniques précises. Or, il faut bien le reconnaître, sous prétexte d'une approche plus scientifique, les ostéopathes ont développé des techniques manuelles qui s'appuient sur une véritable connaissance de la biomécanique avec ce désir de prouver, aux membres de la faculté de médecine, que l'ostéopathie repose sur des bases que la science ne peut pas contester.

En ce qui nous concerne, nous n'avons expérimenté que très rarement le rythme de 100 secondes par cycle, par contre les deux autres rythmes ont été perçus avec quelques fluctuations. Alors, qu'en est-il de ce MRP de 7 à 12 fréquences par minute ? N'y aurait-il pas erreur sur la signification du terme "Primaire". En effet, primaire est ce qui vient en premier mais, dans ce contexte, en premier par rapport à quoi ? Est-ce suffisant de dire qu'il est primaire par rapport à la respiration thoracique ? Il peut être primaire par rapport aux autres rythmes perçus, primaire aussi par rapport à l'ensemble du système organisationnel de l'être, primaire également parce que c'est celui que l'on perçoit en premier.

Nous sommes obligés de nous référer à Jealous dont nous vous indiquons l'essentiel pour notre propos. Nous sommes évidemment à un point frontière sur lequel objectivité et subjectivité se chevauchent. Ne faut-il pas reconnaître dans l'expression "quelque chose se passe", que les ostéopathes formulent quand ils sentent un événement se produire sous leurs mains sans qu'ils puissent l'exprimer autrement, une sorte de constante qui ne peut devenir qu'objective ? Dans tout ce qui va suivre, nous sommes dans ce domaine étroit de l'expérience individuelle, non transmissible autrement que par un vécu personnel ayant forcément une source commune qui relève d'un domaine trop vaste pour notre compréhension. En ce qui concerne le Taiji quan, en est-il vraiment autrement ? Tout dans cette discipline est fondée sur le vécu de la pratique, le reste n'est que discours cérébral. Il y a la pratique, puis la théorie pour savoir si nous ne nous égarons pas dans la pratique. Il y a encore la pratique qui nous amène à de nouvelles théories fondées sur le vécu. Puis il y a encore la pratique car elle seule met à bas la moindre erreur théorique. Bien sûr, ici, il n'est pas question de prouesses martiales dans leurs aspects physiques, mais bien de la perception de cette force inhérente dont nous sommes capables de nous servir, ou tout simplement de découvrir en nous.



Rudolf Steiner
1861 - 1924

Biodynamie
La "biodynamie" provient des mots grecs "Bios" (vie) et "Dunamis" (Force). C'est Rudolf Steiner, le père de l'anthroposophie, qui posa les bases de la biodynamie en 1924, à la suite du constat, par certains agriculteurs, de la détérioration de la qualité des plantes et de la santé animale.
L'anthroposophie a donné naissance à des modes de culture et d'élevage, un système éducatif ainsi qu'une médecine.
Steiner est en quelque sorte un grand visionnaire car il avait prévu la maladie de la vache folle : "*donnez à manger de la viande à une vache et elle deviendra folle !*".
Nous ne saurions vous dire si la Biodynamique ostéopathique, en germe dans la pensée de Sutherland et développée de nos jours par Jealous a subi l'influence de Steiner. Par contre, il est fort probable que Sutherland ait été influencé par Walter Russell (1871 - 1963) dans sa théorie du Fulcrum.

Dans un tableau comparatif entre le modèle biomécanique et biodynamique de l'ostéopathie Jealus dit :

- dans le modèle biomécanique l'Impulsion Rythmique Crânienne, soit le MRP, est considéré comme étant "l'expression première du Souffle de Vie" et que "des rythmes plus lents ne sont pas identifiés".

- Dans le modèle biodynamique, le MRP "n'est pas une expression du Souffle de Vie non plus une force thérapeutique", que le "rythme de base est de 2 à 3 cycles par minute" et que "des rythmes plus lents sont spécifiquement identifiés comme étant primaires au système".

Nous pouvons déjà faire un premier constat, ce qui était considéré comme primaire d'un point de vue biomécanique, ne l'est plus sous l'angle de la biodynamique. En notre qualité d'ostéopathe, nous adhérons pleinement à cette assertion car nous avons observé des résultats assez surprenant alors que nous étions dans une écoute abandonnée, sur un rythme beaucoup plus lent que le 7 à 12 cycles par minute. Résultats obtenus à la fois chez le nourrisson et chez l'enfant de 5 à 6 ans.

Plus loin, dans un chapitre consacré à la comparaison des différents trois rythmes (7 à 12/minutes, 2,5/minute et 100 secondes par cycle), Jealous écrit :

- alors que le premier rythme est "affecté par des circonstances variées" et "la maladie", les deux autres ont un "rythme non variable" ;

- le premier "prévaut lors d'un stress ordinaire, le second "prévaut naturellement", le troisième prévaut après la mort et à d'autres moments" qui ne sont pas précisés ;

- la "marée" n'est pas évidente pour le premier, l'est pour le second et, pour le troisième, la présence du Souffle de Vie est évidente.

Tout cela peut sembler être du chinois, mais n'y sommes-nous pas jusqu'au cou ? Le premier rythme de 7 à 12 cycles par minute, le MRP de la biomécanique, est là, il est bien perçu, c'est d'ailleurs le premier qui est perçu. Nous dirons que cette perception "grossière" atteste de troubles mais, pour la biodynamique, en aucun cas ce rythme ne peut être utilisé pour espérer des résultats probants dans le domaine thérapeutique.

Il y a tout lieu de penser que bien des écoles d'ostéopathie se sont fourvoyées en propageant l'idée que le MRP (de la biomécanique au rythme de 7 à 12 cycles par mn) était une base de travail alors que ce n'est que la simple traduction d'un événement qu'il faudra peut-être traduire pour aller plus loin. Cependant, si l'on se situe dans un domaine purement structurel, afférent à la biomécanique, la tromperie est minorée en ce sens qu'il est possible d'agir à partir de l'écoute de ce MRP mais à un niveau purement structurel et rien de plus. Ce n'est ni plus ni moins qu'une simple manœuvre mécanique au même titre que les techniques directes, dites structurelles, utilisées à la fois par les ostéopathes et les chiropracteurs avec d'heureux résultats incontestables, et des échecs disparaissant dans le silence des patients qui, de toute façon, ne se plaindront pas puisque ces techniques ont été leur dernier recourt.

Le cycle qui est retenu par Jealous après la mort est le troisième. Quel est l'ostéopathe, autre que Jealous, pourtant témoin de ce fait, ayant signalé un rythme aussi lent ? Il y avait le constat d'un mouvement crânien, ce qui est déjà pas mal, et c'est tout. Ceci pour dire que cette notion de cycle demeure encore bien vague dans le milieu de l'ostéopathie...

Jealous dit que la "Marée" n'est pas évidente pour le premier mais qu'elle l'est pour le second. Cette fameuse marée, prélude au Souffle de Vie dont la présence n'apparaît que dans le troisième cycle, demande donc une approche qui est différente de celle que nous qualifions de structurelle. Elle suppose un affinement de l'écoute, cette fameuse écoute que nous tentons de développer dans notre art qu'est le Taiji quan et qui porte le nom de *Tingjing* 聽 勁 l'énergie d'écoute.

En parcourant les philosophies de Still, Sutherland et Jealous il y a une continuité qui demeure une constante dans le phénomène constaté

et inexpliqué : “le quelque chose se passe”, et ce “quelque chose” nous renvoie à des perceptions qui demandent un affinement qui ne peut que se faire au travers de la pratique, autre lot de notre discipline. Cela est le cas des différents rythmes qui portent à confusion quant à la démarche à suivre, sauf si l’on adhère pleinement à cette notion de “Souffle de vie”, ce principe vital inhérent à chaque individu, à cette “Marée” qui propulse ce “Souffle de Vie” là où il faut en prenant appui sur le Fulcrum, ce point de convergence à partir duquel renaît un principe de vie.

Nous en sommes à l’aboutissement de notre tour d’horizon des principes de l’ostéopathie, et force est de constater que l’acte majeur de la discipline est de discerner la puissance de vie inhérente à chaque individu afin de lui redonner sa propre impulsion à partir d’une écoute minutieuse et rien d’autre, et que le laisser faire et agir prennent alors toute leur dimension dans ce qu’il est convenu de nommer chez les taoïste le *Wuwei* 無為, le non-agir.

Quelle est alors la part active du thérapeute ? Ne rien faire d’autre que d’être à l’écoute et de laisser faire jusqu’à ce que l’impulsion naisse. À quoi bon toutes ces années d’étude s’il suffit de ne pas agir pour être efficace ? N’est-ce pas ce qui a donné naissance à des techniques où tout un chacun peut à loisir laisser passer, être ce fameux canal entre la toute puissance et l’être en souffrance ? Nos Maîtres en ostéopathie n’ont eu de cesse de nous plonger dans l’anatomie, l’anatomie encore et toujours, cette anatomie dans laquelle nous pouvons nous promener mentalement comme pour une simple balade d’agrément. Il est fort probable que leurs connaissances aiguës des sciences fondamentales de la médecine leur ont permis une sorte de sublimation qui les ont libérés du savoir pour aboutir à la connaissance.

Pour en revenir au Mouvement Respiratoire Primaire, il y a lieu de s’interroger sur le rythme dont il est question lorsqu’on le compare à la Respiration Embryonnaire, ou à la Respiration du Ciel Antérieur. Nous avons vu qu’il y avait une différence fondamentale sur ce rythme entre la biomécanique et la biodynamique.

Le mieux pour la suite de notre propos ne serait-il pas de ne plus parler de MRP ? D’autant mieux que le MRP perçu par les adeptes de la biomécanique est fluctuant alors qu’il est fixe pour ceux de la biodymanique, et donc bien différent. De plus, cette notion de primaire revêt deux concepts différents puisque pour la biomécanique c’est par rapport à la respiration thoracique (la ventilation), alors que pour la biodynamique c’est par rapport au système.

Primaire prendrait alors un sens qui irait au-delà de ceux qui l’ont ainsi qualifié, c’est-à-dire qu’il arriverait avant les autres rythmes dans sa naissance et non dans sa perception. Et cela irait parfaitement dans le sens des dernières perceptions sensorielles de Sutherland.

Alors ? Qu’en est-il de cette assimilation de la Respiration du Ciel Antérieur, ou de la Respiration Embryonnaire, au Mouvement Respiratoire Primaire alors que plusieurs cycles existent et que certains ont une dimension qui dépasse largement le domaine structurel ? Dans le chapitre qui va suivre, nous allons essayé d’éclaircir ce qu’est cette fameuse Respiration du Ciel Antérieur, puis nous verrons si des rapprochements sont possibles.

Auparavant, nous tenterons d’éclaircir la différence qu’il y a entre Respiration du Ciel Antérieur et Respiration Embryonnaire, s’il y en a vraiment une.

Retenons pour l’instant :

. Ce que les ostéopathes ont coutume de nommer Mouvement Respiratoire Primaire, n’est pas le seul mouvement perceptible lors d’une palpation du corps.

. Il existe de nombreux mouvements avec des rythmes très lents. Pour l’instant nous en retiendrons trois :

- **7 à 12 cycles par minute (le MRP dont parlent la plupart des ostéopathes et qui est primaire par rapport à la respiration thoracique) ;**
- **2 à 3 cycles par minute pendant lequel la marée est perceptible ;**
- **un cycle pour 100 secondes auquel est donné le nom de grande marée.**

. La notion de Primaire demeure vague. Nous retiendrons Primaire par rapport à la respiration thoracique, c'est le MRP classique, et primaire au système, ce sont les autres rythmes plus lents selon la biodynamique.

LA RESPIRATION DU CIEL ANTERIEUR - XIANTIAN HUXI 先天呼吸 ET LA RESPIRATION EMBRYONNAIRE - TAI XI 胎吸

Maître Wang Yen-nien a toujours été très court sur ce sujet. Taixi, c'est la respiration du Ciel Antérieur, Xiantian Huxi, ou innée. La seule explication que nous ayons eue est que l'enfant dans le ventre de sa mère respire avec son ventre, c'est pourquoi nous qualifions d'embryonnaire la respiration que nous appliquons dans notre technique. Quant à la respiration thoracique, elle est qualifiée de Respiration du Ciel Postérieur ou acquise. Ces maigres explications, certainement très suffisantes pour qui s'intéresse uniquement à la technique de base de la Petite Révolution Céleste, ne peuvent pas nous satisfaire d'autant que les notions d'inné et d'acquis, associées respectivement à Ciel Antérieur et Ciel Postérieur posent une limite qui ne peut pas être la seule naissance.

Cette frustration a déjà été mentionnée dans le premier tome de cette série. Nous en étions resté en des débats métaphysiques que nous allons reprendre sous d'autres perspectives.

Dans ce chapitre nous ne pouvons pas faire autrement que de nous référer en partie à Georges Charles qui fut certainement le premier à émettre l'hypothèse d'un possible rapprochement entre le Mouvement Respiratoire Primaire des ostéopathes, Taixi, la Respiration Embryonnaire et Xiantian Houxi la Respiration du Ciel Antérieur?. Il nous paraît important d'examiner ces termes pour en peser leur différence.

XIANTIAN 先天 ET HOUTIAN 後天CIEL ANTÉRIEUR ET CIEL POSTÉRIEUR

La première question que nous sommes en droit de nous poser est d'où viennent ces termes et qu'est-ce que le Ciel Antérieur par rapport au Ciel Postérieur.

Pour Xiantian, Catherine Despeux nous dit : "*L'expression ciel antérieur désigne ce qui précède la création, ce qui est inné, par opposition à ciel postérieur, ce qui est après la création, ce qui est acquis*"[1]. Ce qui précède la création n'a rien de foetal et ne peut donc être du même ordre que Taixi si ce dernier terme se rapporte effectivement

1. Taiji quan art martial, technique de longue vie, Catherine Despeux, Guy Trédaniel, Edition de la Maisnie, 1981, France, p.22.

Vous pouvez obtenir cet ouvrage en vous adressant

à

La Griffe du Tigre
3 rue de la Croix Blanche
17610 CHÉRAC

ou

lagriffe.dutigre@orange.fr