

# INTRODUCTION

Les arts martiaux sont appréciés par des milliers de personnes à travers le monde. Un certain nombre d'entre elles pratique l'une au moins des formes variées de ces arts dans le but de s'entretenir physiquement, mais aussi dans celui de pouvoir gérer et réduire leur stress. D'autres apprennent les arts martiaux pour des raisons plus personnelles, telles que le développement du caractère, l'auto-discipline, l'affirmation de soi. Enfin, il y a ceux qui étudient les arts martiaux pour l'autodéfense. C'est d'ailleurs cette dernière raison qui fut le moteur de la création de ces arts. En effet, l'objectif originel des arts martiaux était de permettre à quiconque de survivre à un combat à mort. Avec le temps, le besoin de défendre sa vie est allé en diminuant, et l'objectif de l'entraînement a quelque peu dévié du combat pour se recentrer sur le développement de la personnalité. Cela ne doit pas être considéré comme un changement négatif car de très nombreuses personnes ont tiré un grand bienfait de cet aspect des arts martiaux. Ces arts portent toujours le nom de « martiaux » car ils comportent tout un travail sur le combat. Certains pratiquants sont intéressés par l'étude de ces arts aussi bien pour développer leur personnalité que pour se doter de méthodes de combat efficaces. Il est impératif de saluer ici l'effort de certains maîtres novateurs, grâce auxquels l'aspect combatif connaît une renaissance et cela, par le biais entre autres de l'enseignement du dim-mak.

Le terme de dim-mak se traduit par « toucher de la mort » et implique l'attaque de points d'acupuncture visant à provoquer des dommages corporels, des traumatismes et, à l'extrême, la mort. Composante de nombre d'arts martiaux, le dim-mak est encore connu sous le nom de *kyūsho jutsu* ou « attaque des points vitaux », et « combat par pression de points ».

On pense communément que le dim-mak a vu le jour dans la Chine ancienne et qu'il est fondé sur les théories ancestrales de l'acupuncture. En effet, et selon la légende, Chang San-Feng, artiste martial et acupuncteur, a tenté de développer un art martial fondé sur l'attaque de points que l'acupuncture jugeait elle-même par trop dangereuse. On s'accorde à penser qu'il éprouva ses techniques sur

des prisonniers pour mesurer l'efficacité des points, utilisés seuls ou en combinaisons. Le résultat de ses travaux fut la naissance du dim-mak. Ensuite, il élaborait toute une série de mouvements dans lesquels il « cacha » ses techniques les plus efficaces et ses combinaisons de points les plus mortelles. Cette série de mouvements devait, par la suite, devenir ce que nous connaissons aujourd'hui sous le nom de Tai Ji. Il est intéressant de noter que les acupuncteurs des temps anciens possédaient eux aussi une méthode d'attaque des points dangereux de l'acupuncture, pratiquée à l'aide d'aiguilles, d'éventails ou de pinceaux<sup>1</sup>. Étant donné que Chang San-Feng était lui-même un acupuncteur, il est donc concevable que son art ait été développé sur la base de cette méthode.

Certains pensent que Chang San-Feng était l'élève d'un homme répondant au nom de Yi Yuan, qui serait à l'origine de la naissance du dim-mak. On attribue à Yi Yuan la création d'un système fondé sur l'attaque de 36 des points les plus dangereux de l'acupuncture. Ses élèves auraient ensuite augmenté le nombre des points visés pour arriver à un total de 72 points, avant de poursuivre encore, pour finir par atteindre un nombre de 108 points. Selon cette hypothèse, le système de Yi Yuan aurait alors fait son entrée dans le cercle fermé des arts martiaux du temple Shaolin du Sud, où il aurait été intégré à de très nombreux styles martiaux<sup>2</sup>. L'influence des arts martiaux du temple Shaolin était alors considérable en Chine, ce qui expliquerait pourquoi le dim-mak fait partie intégrante d'un très grand nombre d'arts martiaux chinois traditionnels.

Le taïchi-chuan, les Serres de l'Aigle, le Poing du Moine et la Grue Blanche ne sont que quelques exemples d'arts martiaux chinois qui ont intégré l'attaque des points du dim-mak dans leurs pratiques. Par ailleurs, la relation entre le dim-mak et le karaté d'Okinawa est mentionnée dans un vieux manuscrit d'Okinawa portant le titre de *Bubishi*, dont l'origine remonterait au XVII<sup>e</sup> siècle, en Chine<sup>3</sup>. Pendant des centaines d'années, les maîtres d'Okinawa ont transmis ce manuscrit, qui comportait des descriptions des points mais aussi du toucher de mort différée<sup>4</sup>, aux plus valeureux et aux plus dignes de confiance de leurs élèves. On pense d'ailleurs à ce sujet que les secrets du dim-mak ont alors été « dissimulés » dans les katas traditionnels du karaté d'Okinawa. Par la suite, le karaté d'Okinawa fut exporté vers le Japon et la Corée. Ainsi, si l'on compare les katas du karaté d'Okinawa à ceux des karatés japonais et coréens, on y retrouve de

nombreux mouvements similaires qui mettent en évidence leurs liens avec le dim-mak.

Dans le passé, la localisation des points et les méthodes mises en œuvre pour les attaquer étaient enseignées à huis clos uniquement aux élèves les plus avancés. Souvent, un seul élève se voyait enseigné la véritable interprétation du dim-mak dans la forme (mouvements). Étant donné l'efficacité létale de cet art, on peut comprendre en effet que les maîtres d'antan aient pu se sentir responsables de son maintien hors de portée de mains malveillantes. Toutefois, cette pratique fut controversée puisque nombre des maîtres qui suivirent n'apprirent que les mouvements de la forme, et non le véritable dim-mak qu'ils recelaient. En conséquence, le dim-mak fut inaccessible à des générations de maîtres et d'élèves. L'accès à ces informations leur étant refusé, de nombreux pratiquants ont été floués. Il est temps aujourd'hui pour tous les élèves sérieux d'avoir accès à l'apprentissage de la vérité cachée de leurs arts, vérité contenue dans l'enseignement secret du dim-mak.

Comme je le disais plus haut, le dim-mak a refait surface depuis peu et il est maintenant enseigné de manière libre et ouverte. Certains artistes martiaux qui découvrent cet art se sont mis à l'enseigner au plus grand nombre, estimant que tout artiste martial devrait pouvoir accéder à ce savoir. Le dim-mak devenant de plus en plus accessible, d'autres professeurs d'arts martiaux ont choisi de l'enseigner dans son intégralité, dans l'unique but d'éviter tout accident involontaire. Si cette ouverture a eu un impact positif sur les arts martiaux, il est capital de souligner ici un point de sécurité publique de la plus haute importance. En effet, il existe des professeurs qui, lors de séminaires ou de sessions de pratique, affectionnent de porter des attaques sur les points du dim-mak pour en démontrer toute l'efficacité. D'autres s'exercent à percuter les points du dim-mak sur leurs élèves afin de vérifier qu'ils « fonctionnent » bien. D'autres encore pensent que les coups portés sur ces points sont inoffensifs. Cela est bien entendu totalement faux, et il est grand temps que tout le monde soit informé des véritables dangers encourus lors de la pratique du dim-mak. Ainsi, le moindre des *knock-out* infligés lors des nombreux séminaires est extrêmement dangereux. En effet, la plupart des techniques susceptibles d'entraîner un *knock-out*, le font en provoquant une soudaine chute de la pression sanguine et artérielle entraînant une

perte de connaissance. La recherche médicale nous enseigne qu'une chute de la pression sanguine peut entraîner des problèmes d'ischémie myocardique (manque d'oxygénation du muscle du cœur pouvant entraîner une crise cardiaque) chez une personne souffrant déjà de problèmes cardiaques<sup>5</sup>. Étant donné le nombre important de pathologies du cœur dans nos sociétés modernes, on peut aisément affirmer que des personnes à risque assistent aux séminaires. Si l'une de ces personnes se voyait infliger un *knock-out*, elle pourrait succomber à une attaque cardiovasculaire. Si vous n'êtes pas encore convaincu, il deviendra à vos yeux de plus en plus évident, au fur et à mesure de votre lecture, que l'attaque des points du dim-mak peut sévèrement affecter les systèmes nerveux et cardiovasculaire et que cela représente un danger extrême.

L'utilisation de ces points en combat requiert énormément d'entraînement et de capacités martiales; ainsi, la probabilité qu'une personne animée de mauvaises intentions puisse apprendre ces techniques dans le seul et unique but de ne faire que du mal, est considérablement réduite (en général, la plupart d'entre elles manque cruellement de la discipline si nécessaire au développement de telles capacités). En réalité, le véritable danger provient plutôt de l'application de ces techniques par des artistes martiaux certes expérimentés mais mal informés. Il est tout à fait concevable qu'un pratiquant expérimenté ou avancé puisse se servir des points du dim-mak, en cours ou dans la rue, et provoquer, sans véritable intention de les infliger, de sévères dommages. Il est donc impératif que toute personne qui s'investit dans l'étude du dim-mak ait accès aux informations et aux mises en garde médicales concernant les dangers de cette pratique, mais cela ne doit pas seulement se faire sous la forme de paraboles et de poèmes anciens, ou encore au travers des théories de l'acupuncture. Pour de nombreuses personnes, la seule source crédible d'information provient des connaissances de la science médicale moderne.

À première vue, un médecin qui rédige un ouvrage sur l'art et la manière d'attaquer le système nerveux au travers des points d'acupuncture semblerait entrer en totale contradiction avec le premier des principes de la médecine: « *primum non nocere* » (« premièrement, ne pas nuire au patient »). Pourquoi un médecin écrirait-il un livre à propos d'un art martial si dangereux? La réponse à cette énigme est relativement simple, et se trouve au cœur de la philosophie d'une pratique médicale unique en son genre: l'ostéopathie.

La médecine ostéopathique fut créée sur la base de besoins réels dans les années 1800. À cette époque, la médecine en était à ses balbutiements et les traitements qu'elle recommandait étaient soit peu efficaces soit carrément dangereux. Un médecin américain du nom de Taylor Still se mit à effectuer des recherches sur des méthodes alternatives après avoir perdu trois de ses enfants, victimes de méningites ; bien que médecin, il n'avait rien pu faire pour les sauver. Les antibiotiques n'existaient pas encore et les seuls médicaments à disposition étaient concoctés avec des produits toxiques, comme le mercure et autres narcotiques. Et souvenons-nous qu'à cette époque, les saignées, qui consistaient à couper une veine pour drainer le sang du malade, étaient monnaie courante. Suite à la mort de ses enfants, le Dr Still perdit quelque peu confiance dans ces traitements et en vint à émettre le postulat selon lequel le corps devait comporter en lui-même une capacité innée à se soigner. Il se mit dès lors à ses recherches et aboutit, des années plus tard, à la conclusion que le parfait fonctionnement du système nerveux et la libre circulation du sang et de la lymphe étaient les clefs qui permettaient au corps de se défendre et de se soigner. Grâce à ses recherches, il découvrit que le système musculo-squelettique exerçait une influence prépondérante sur les systèmes nerveux, circulatoire et lymphatique. Fort de ses conclusions, il développa des traitements reposant sur des manipulations du système musculo-squelettique et qui amélioraient grandement le fonctionnement de l'ensemble des trois systèmes. Il donna à son nouveau système médical le nom d'ostéopathie<sup>6</sup>.

Il faut noter ici que cette « jeune » forme de la médecine ostéopathique s'exporta dans de nombreux pays où elle demeura « statique », alors qu'aux États-Unis, elle continua de progresser en même temps que les avancées de la science médicale. Cette divergence d'évolution a eu pour résultat deux visions différentes de la médecine ostéopathique. Ainsi, aux États-Unis, un ostéopathe est un médecin à part entière ; il est diplômé en médecine moderne et applique toute forme de traitements modernes. Par ailleurs, il a reçu une formation complète, tant dans l'art des manipulations que dans la philosophie de l'ostéopathie. Dans les pays où la forme originale de l'ostéopathie n'a pas évolué, les ostéopathes ne sont pas des médecins et leur pratique est limitée aux manipulations. Mais attardons-nous quelque temps sur l'évolution de la médecine ostéopathique aux États-Unis.

L'enseignement dans les premières écoles d'ostéopathie incluait les manipulations, la chirurgie, l'obstétrique et la gynécologie. Il ne s'y dispensait pas de cours de pharmacopée, et les premiers ostéopathes ne prescrivait pas de médicaments. Dès l'apparition des antibiotiques et d'autres médicaments ayant prouvé leur efficacité, la pharmacopée fut incluse dans le programme de formation des écoles d'ostéopathie, et l'utilisation de médicaments devint plus courante et standardisée. Aujourd'hui, l'enseignement dans les écoles d'ostéopathie est identique à celui dispensé dans les facultés de médecine, si ce n'est qu'il comporte en plus une formation complète à l'art de l'ostéopathie. Ainsi, les élèves ostéopathes reçoivent une formation bien plus poussée dans la connaissance des systèmes nerveux et musculo-squelettique. C'est justement cet aspect de leur formation qui donne aux ostéopathes une perspective unique sur la santé et la maladie. C'est également la raison pour laquelle l'apprentissage de l'ostéopathie est si recommandé pour étudier les relations entre le dim-mak et le système nerveux.

À la fin de leurs études, les médecins ostéopathes se voient décerner un D.O. (*Doctor of Osteopathic Medicine*) attestant de leur spécialisation. Nombre d'entre eux poursuivent ensuite leurs études pour se spécialiser dans divers domaines tels que la médecine interne, la chirurgie, la cardiologie, etc. Aux États-Unis, il n'y a pas de différence entre les diplômés d'ostéopathe et de médecin; tous deux donnent le titre de médecin à part entière. Toutefois, les ostéopathes ont une philosophie propre, qui diffère de celle des médecins. La médecine ostéopathique est une forme holistique de la médecine moderne; elle envisage le corps humain comme un organisme intégré et considère la prévention de la maladie comme relevant de la plus haute importance. Cet accent mis sur la prévention nous apporte la réponse à l'énigme du médecin qui prend la décision d'écrire un livre à propos du dim-mak...

De nos jours, il est très aisé de trouver des informations sur les techniques et les points du dim-mak. On peut librement choisir différentes sources telles que des livres, des vidéos ou encore des séminaires. La plupart de ces sources expliquent le dim-mak en faisant appel aux théories et nomenclatures de l'acupuncture. Bien qu'il existe de très nombreux ouvrages sur l'acupuncture, nombreux sont ceux qui n'y sont pas familiarisés ou qui ne les comprennent tout

simplement pas. Le manque d'explications scientifiques modernes de ce qu'est le dim-mak a conduit de nombreux artistes martiaux à rejeter ses enseignements et avertissements, les considérant comme des sottises, allant jusqu'à remettre en question l'efficacité de cet art. Une telle ignorance, il faut le savoir, peut donner cours à de dangereuses expérimentations, soit sur des élèves soit sur des personnes qui n'ont pas été informées des risques potentiels. Ces dérives pourront probablement être évitées une fois que la connaissance des dangers inhérents à la pratique du dim-mak, découlant de sources scientifiques fiables, sera disponible et largement diffusée. J'espère sincèrement que l'explication qui suit, et qui présente un point de vue médical moderne, redonnera du crédit aux avertissements des anciens et permettra de s'engager sur la voie du perfectionnement de cet art.