

Sommaire

Remerciements	4
Avertissement	5
Au sujet de la version française	6
À propos des auteurs	7
Préface	9
Introduction aux arts martiaux chinois	11
Introduction à la médecine traditionnelle chinoise	21
1. Le méridien de la Vésicule Biliaire	37
2. Le méridien du Foie	131
3. Le méridien de la Vessie	157
4. Le méridien des Reins	245
5. Le méridien de l'Estomac	279
6. Le méridien de la Rate	331
7. Le méridien du Cœur	361
8. Le méridien de l'Intestin Grêle	375
9. Le méridien des Poumons	399
10. Le méridien du Gros Intestin	415
11. Le méridien <i>San Jiao</i> ou Triple Réchauffeur	441
12. Le méridien du <i>Xin Zhu</i> ou Péricarde	471
13. Le Merveilleux Vaisseau <i>Ren Mai</i> ou Vaisseau de Conception	485
14. Le Merveilleux Vaisseau <i>Du Mai</i> ou Vaisseau Gouverneur	515
15. Les autres Merveilleux Vaisseaux	547
16. Les nouveaux points et les points hors méridiens	557
Glossaire médical	569
Glossaire des termes utilisés en médecine traditionnelle chinoise	577

Remerciements

Je remercie Chang Yiu-Chun pour les connaissances sans prix qu'il m'a transmis ainsi que Chris Madden, mon premier « professeur » en médecine chinoise, qui m'a amicalement offert ses connaissances lors de nos rencontres informelles.

Merci aussi à Carole et Cameron Rogers pour leur livre « *Point Location and Points Dynamics Manual* » qui reste ma référence au sujet des points d'acupuncture.

Enfin, je remercie Wally Simpson, ami et élève, qui a accepté de participer à la rédaction de ce livre en apportant son savoir de thérapeute.

Avertissement

Les techniques présentées dans cet ouvrage sont extrêmement dangereuses et peuvent entraîner la mort. Ce n'est l'intention ni des auteurs, ni de l'éditeur d'encourager l'utilisation de ces techniques dans un but illégal. Exécuter ces techniques sans un entraînement sérieux sous la supervision d'un professionnel peut amener de sérieuses blessures aussi encadrez-vous d'un instructeur certifié et/ou d'un acupuncteur avant toute mise en application.

Les auteurs, le traducteur et l'éditeur déclinent toutes responsabilités quant aux dommages que pourraient entraîner la lecture ou la mise en pratique des connaissances contenues dans cet ouvrage.

Ce livre est destiné à informer, non à blesser.

Le Dim-mak est une science précise. Les connaissances dévoilées dans cet ouvrage étant protégées par les lois internationales sur la propriété intellectuelle, la tentation peut être grande de plagier ce livre en modifiant certains passages. Or d'infimes modifications peuvent changer radicalement les effets des techniques exécutées. De ce fait, toute réutilisation du contenu de ce livre, dans un but commercial ou non, ne peut être faite qu'avec l'autorisation des auteurs.

Toute personne désirant inclure un passage de ce livre dans une publication privée ou publique doit contacter l'éditeur (Budo Éditions, 77123 Noisy-sur-École, France) avant publication.

Au sujet

de la version française

La traduction de cet ouvrage, pour avoir été riche en enseignements, n'en fut pas moins un long et minutieux travail de recherche et de compréhension. L'auteur, Erle Montaigue, a fait ici un fantastique travail de compilation d'une part, et de recherche de l'autre. Jusqu'alors, nul n'avait eu l'idée de juxtaposer avec tant de précision les connaissances médicales et anatomiques occidentales et le système des méridiens et des points d'acupuncture. Le lecteur, qu'il soit acupuncteur, pratiquant d'arts martiaux ou, comme le traducteur, les deux se rendra très rapidement compte, à la lecture de ce livre, des perspectives nouvelles que permet d'entrevoir cet ouvrage.

Les principales difficultés auxquelles j'ai été confronté tiennent au fait que les Anglo-saxons utilisent les racines latines des termes pour désigner les différentes parties anatomiques (surtout en ce qui concerne les systèmes nerveux et sanguin), là où en français, nous utilisons principalement une terminologie qui nous est propre. Je me suis donc attaché à traquer le moindre indice de sorte à pouvoir restituer l'information de manière aussi précise que possible et ce, sans laisser la moindre place au doute. Je me suis donc pour cela, appuyé sur les ouvrages d'anatomie dont se servent les facultés de médecine françaises.

D'autre part, et du fait de l'absence d'une nomenclature unifiée au niveau international, les Anglo-saxons se servent de traductions de termes chinois qui leur sont propres. Celles-ci sont souvent consi-

dérées non pas comme erronées, mais comme n'englobant qu'une partie du sens complet donné à ces termes par les Chinois. Ainsi par exemple, pour désigner le méridien attaché à la poche de graisse entourant le cœur, ils utilisent le terme de « péricarde » (*pericardium*). Si cette poche de graisse se nomme bien le péricarde en français comme en anglais, ce terme est bien loin de désigner ou de rassembler toutes les notions physiologiques et psychologiques attribuées par la médecine chinoise à cet organe. Partant de cette constatation, l'élite des acupuncteurs français a naturellement choisi de désigner les méridiens, leurs fonctions et leurs points par leurs noms chinois afin de ne pas limiter l'étendue des notions que ces termes portent en eux. Dès lors, et par souci d'honnêteté par rapport à ces arts que sont l'acupuncture et le Dim-mak, j'ai délibérément choisi de traduire les termes anglais non pas par leur traduction littérale française, mais par leurs noms d'origine.

Vous trouverez un tableau présentant les transcriptions adoptées en page 18. Hormis ces quelques précisions, je me suis attaché à respecter le plus scrupuleusement possible le texte de l'auteur.

Marc Gengoux

Élève du Dr. Yang Jwing-Ming en Taijiquan, Qigong et massage Tuina; élève du Dr. Philippe Laurent en acupuncture et thérapies chinoises; élève de Louis-Marc Marty de l'école de cascades et biomécanique du mouvement.

À propos

des auteurs

ERLE MONTAIGUE (1949-1911) a débuté son apprentissage des arts martiaux par la pratique du karaté et du judo à l'âge de onze ans au « *Police Boy's Club* » local. Son domaine de prédilection était la lutte et cette passion l'amena à courir les différentes compétitions de la région. Il était aussi fêru de bodybuilding, ne réalisant que plus tard ses erreurs de parcours.

En 1966, son côté rebelle lui valut de se faire expulser de l'école qu'il fréquentait pour, entre autres choses anodines, avoir repeint son école en jaune. En 1967, il s'inscrivit dans un cours de maintenance en télécommunications, où il rencontra son premier professeur de *Taijiquan*, maître Wong Eog.

Vers la fin des années soixante, Erle était marié et avait deux enfants. Il jouait dans un groupe de musiciens, le Earl's Court, et avait à son actif une chanson qui occupa la première place des Hit parades : « *Can't wait for September* ». Ayant teint ses cheveux en vert et chantant pendant son travail, il fut remercié par son employeur dans les télécommunications qui le pria de bien vouloir exercer ses qualités lyriques ailleurs. Il se lança donc dans une carrière de chanteur « *pop* », et eu un certain succès au début des années soixante-dix.

En 1974, alors qu'il occupait un poste de musicien dans une boîte de nuit, il quitta l'Australie pour l'Angleterre, où il rencontra son second professeur de *Taijiquan*, maître Chu King-Hung, qui le considéra tout de suite comme l'un de ses meilleurs élèves, sinon le meilleur. Chu King-Hung fut l'un

des trois seuls disciples de Yang Sau-Chung (1909-1985) qui est lui-même le fils de Yang Cheng-Fu. Erle poursuivit sa carrière de comédien, apparaissant dans de nombreuses pièces de théâtre, comédies musicales et films, avant de retourner en Australie à la fin de l'année 1977, suite au décès de son père.

En 1981, Erle entreprit le voyage jusqu'à Hong Kong où sa forme d'enchaînement de *Taijiquan* fut examinée par Yang Sau-Chung. Il y étudia sous l'égide de Chiang Jung-Jiao (1890-1971) et des grands maître de *Ho Ho Choy Baguazhang*. Pendant ce séjour, il étudia aussi avec Fu Zhongwen (1903-1994), Shao Shan-kan et d'autres maîtres locaux dont l'Histoire a oublié de nom...

En 1982, après avoir occupé différents emplois tels que chauffeur de maître ou de taxi, il se lança dans l'enseignement du *Taijiquan* à Sydney, et finit par occuper le poste de responsable du mouvement thérapeutique au NSW College of Natural Therapies. Il ouvrit ensuite sa propre école à Sydney en 1983.

C'est l'année suivante que Erle rencontra son principal maître d'arts martiaux internes, maître Chang Yu-Chun, avec lequel il apprit les secrets du Dimmak et ceux du *Hao Quan (Taijiquan)*.

En 1985, Erle, accompagné de huit élèves allèrent en Chine et devinrent les premiers Occidentaux à être autorisés à assister au grand tournoi national de *Wu Shu* de Yin Chuan, province de Ning Xia. Là, sa forme de *Taiji* fut examinée par trois des maîtres les plus qualifiés au monde en arts martiaux internes. Ces trois maîtres lui attri-

buèrent le grade de « maître », faisant de lui le premier Occidental à recevoir cette distinction.

Erle a eu une colonne réservée dans la célèbre revue britannique d'arts martiaux « *Fighting Arts International* » et dans « *Australian Fighting Arts Magazine* », l'une des plus anciennes publications d'arts martiaux. Sa renommée est mondiale et Erle a fait la « première » des magazines « *Karate Illustrated* » et « *Kung Fu Illustrated* » publiée aux États-Unis. De plus, Erle a produit de nombreux livres et vidéos qui ont participé à faire évoluer le point de vue populaire sur les arts martiaux internes. Ses quelque cent vingt cassettes vidéo auto produites, ont permis aux pratiquants de poursuivre leur apprentissage même lorsqu'ils n'avaient pas de professeur à proximité. Enfin, Erle a occupé la fonction d'éditeur de la revue « *Combat & Healing* » et présida la World Taiji Chinese Boxing Association, qui a des écoles installées dans plus de trente pays.

En 1995, Erle fut invité à suivre l'enseignement de Liang Shih-Kan, dirigeant et gardien d'un style précurseur du *Taijiquan* et aujourd'hui presque disparu, « la boxe de Wu Tan Shan », devenant dès lors le seul Occidental parmi la poignée de personne initiées à l'enseignement de la méthode des « neuf *Qi* perturbateurs ».

En 2003, Erle, sa seconde épouse, Sandra, et ses trois enfants, Ben, Eli et Kataleenas, ainsi que leurs deux chiens et sa petite entreprise vidéo ont quitté l'Australie pour le Royaume-Uni et s'installèrent dans une ferme du Pays de Galles située à Gwynfe Llangadog, au cœur d'un cratère d'un des plus grands volcans (éteints) du monde.

En 2011, Erle Montaigne s'éteint.

Il a été le pionnier du Dim-mak en Occident et ses livres et vidéos restent une source de connaissances inépuisable pour le pratiquant – élève et expert – du monde entier, Chine comprise.

WALLY SIMPSON s'intéressa aux médecines parallèles dès 1973. Il étudia la réflexologie et le massage suédois, et obtint ses diplômes en 1977. Il poursuivit sa formation avec les massages chinois et le *shiatsu* auprès de plusieurs professeurs en Australie, Nouvelle-Zélande, et Indonésie, puis ouvrit un cabinet à Gold Coast, État de Queensland, en Australie.

Parallèlement, il étudia la médecine traditionnelle chinoise à l'*Australian College of Acupuncture* de Brisbane, et décrocha son diplôme d'acupuncteur en 1986, puis sa licence en 1987. En 1994, il obtint le diplôme de pharmacopée chinoise.

Wally a aussi étudié et pratiqué le yoga et la méditation dès 1970 ainsi que le *Taijiquan*; d'abord en tant que simple élève puis comme disciple de Erle Montaigne. Il enseigne aujourd'hui et est le représentant de l'organisation fondée par Erle Montaigne, la World Tai Chi Boxing Association, en Australie.

Wally a par ailleurs de tout temps été un surfeur passionné (Gold Coast est mondialement connu pour ses plages à surf) et, bien qu'il ait passé l'âge, pendant longtemps il n'hésita pas à se mesurer aux compétiteurs. Parfois, lorsqu'en voiture il prend la route côtière du Northen New South Wales, il lui arrive de garer sa voiture sur le bord de la voie et de s'offrir une petite séance de surf avant de se rendre au travail. Wally a toujours été du genre « maçon », il empile les connaissances comme des briques. Il a vécu une quantité d'expériences et a cherché à comprendre le sens de la vie. C'est une qualité indispensable à l'étude des arts internes, de guérison ou martiaux.

Aujourd'hui, Wally Simpson vit avec sa femme et son fils à Gold Coast où il exerce au sein de son cabinet. Il a développé son propre style de massage, incorporant des aspects du massage chinois, du *Shiatsu* japonais, des massages des tissus profonds, ainsi que différentes techniques de manipulation.

Préface

Le Dim-mak selon Erle Montaigue

Je voudrais tout d'abord émettre un avertissement à tous les lecteurs de ce livre à propos des dangers engendrés par l'utilisation abusive des connaissances et des techniques du Dim-mak.

Dans le temps, seuls les élèves ayant atteint les niveaux les plus élevés des arts martiaux accédaient à la connaissance des techniques de combat les plus mortelles et ce, seulement après avoir préalablement étudié les méthodes thérapeutiques de base.

De nos jours, il n'est pas rare de trouver des gens qui, n'ayant appris qu'une infime part de l'art du Dim-mak, tel que la capacité de mettre aisément K.-O. en percutant un point, se mettent à enseigner le Dim-mak à qui veut bien y mettre le prix. On a par ailleurs vu ces mêmes personnes distribuer des grades de très hauts niveaux à leurs élèves, et ce au bout d'un temps de pratique relativement court. Mais le pire, sans doute, est d'entendre ces mêmes personnes affirmer que frapper un point et provoquer le K.-O. n'est pas dangereux et que tout le monde peut le faire.

Bien sûr que tout le monde peut le faire au bout de quelques minutes d'entraînement, mais cela est extrêmement dangereux. Et plus particulièrement lorsque celui qui porte le coup ne sait pas exactement ce qu'il fait et ce qu'il faut faire pour contre-carrer les effets de telles frappes ! Nous avons eu le cas en Australie d'un homme qui, au bout d'un séminaire, se mit à frapper ses partenaires d'entraînement, amis ou inconnus, sur les points du méridien des Reins pour leur montrer à quel point il était bon en art martial. Le soir venu, ses part-

naires trouvèrent tous du sang dans leurs urines. C'est malheureusement là un cas classique résultant d'un enseignement donné par quelqu'un ne possédant pas l'ensemble des données de ce qu'il prétend enseigner.

Mes premières publications sur le Dim-mak furent éditées dans la revue *Australien Fighting Arts*. Lorsqu'en 1986 j'ai écrit mon premier article, mon intention était de présenter ces techniques mortelles afin d'éduquer les artistes martiaux en leur apprenant parallèlement tous les dangers inhérents à ces frappes.

À cette époque, il n'existait que de rares livres en chinois sur le Dim-mak et, bien qu'ils fussent plus tard traduits en anglais, ces livres basiques ne contenaient aucune connaissance exploitable. Parallèlement, il n'y avait, qu'un nombre très restreint de professeurs qui enseignaient des techniques du Dim-mak. Ainsi, Oyata Sensei enseignait la forme *Tui Te* (la version karaté du Dim-mak) uniquement aux meilleurs et aux plus sûrs de ses élèves. Certaines autres écoles japonaises telles que celle du Shôrinji Kenpô de Bando Sensei, enseignaient les frappes mortelles sur les points du cou et de la nuque, mais ce savoir était exclusivement réservé aux élèves les plus méritants.

Malheureusement, il y avait aussi ceux qui choisirent d'enseigner ouvertement certaines techniques extrêmement dangereuses pour impressionner le novice. Ainsi, lentement mais sûrement, les connaissances du Dim-mak s'échappèrent du

milieu des vrais experts. En voyant se développer ce phénomène, j'ai décidé de le prendre de vitesse, en portant à la connaissance du plus grand nombre les dangers inhérents à ces techniques.

Avant que je ne décide de publier mes écrits sur le Dim-mak, peu de personnes connaissaient ou n'utilisaient de termes précis. On désignait alors ces frappes comme « des coups portés sur des nerfs ». Aujourd'hui, chacun peut savoir qu'il existe une attaque à la nuque localisée au point 9E qui déclenche aisément le K.-O. Ces publications ont aussi expliqué les raisons qui font que les frappes portées sur la nuque sont si efficaces pour provoquer le K.-O. Les pratiquants d'arts martiaux savaient déjà que ces points étaient efficaces mais ne savaient pas pourquoi. Aussi, me basant sur mon travail personnel, sur les connaissances des plus grands chercheurs en cardiologie, neurologie et physiologie, en combinant le savoir de la science moderne avec les acquis en matière d'énergie de la culture chinoise, j'ai établi les corrélations qui expliquent le résultat si surprenant de ces frappes, pour une meilleure information de l'artiste martial. Mon but est de bien faire comprendre au lecteur que même les coups les plus légers peuvent être extrêmement dangereux.

Vers la fin de l'année 1995, après avoir édité quatre ouvrages et plus de 110 cassettes vidéo sur le sujet, j'ai pensé qu'il était temps de publier cette *Encyclopédie du Dim-mak*, tâche gigantesque mais de la plus haute importance. Jusqu'alors, les pratiquants étaient obligés de se référer aux ouvrages d'acupuncture pour obtenir des renseignements sur les points vitaux. Ces livres sont, bien sûr, inadaptés à ce domaine car ils ont été écrits pour l'acupuncture et non pour la recherche martiale et ne révèlent pas d'informations essentielles telles que les directions exactes des coups, les techniques les mieux adaptées pour atteindre les points, les effets de ces frappes ou les antidotes permettant d'en annihiler les effets.

Mon livre est destiné aux pratiquants d'arts martiaux désirant accroître leur connaissance tant dans le domaine du combat que dans celui de la thérapeutique. Il peut aussi servir l'intérêt des acupuncteurs en leur apportant un point de vue sur les points qu'aucun texte de médecine n'ait jamais traité.

Le coauteur de ce livre, Wally Simpson, est mon élève depuis de longues années et, est considéré comme étant l'un des meilleurs acupuncteurs d'Australie. Il possède son propre cabinet depuis de nombreuses années et est le principal instructeur de médecine chinoise traditionnelle de l'Association *World Tai Ji Boxing*. C'est parce que mes propres connaissances dans ces domaines de la médecine traditionnelle chinoise sont assez limitées que j'ai demandé à Wally de coécrire ce livre. Ainsi, dans chacun des chapitres de ce livre, les rubriques « nom chinois », « localisation », et « thérapeutique » ont été écrites par Wally. Il a par ailleurs aussi écrit l'introduction à la médecine chinoise.

Cette encyclopédie a été une œuvre d'amour mais aussi une tâche titanesque avec son lot de nuits blanches, de dur labeur et d'interminables recherches. Au bout du compte, cela en valait la peine car cet ouvrage correspond à une réelle attente de la part des pratiquants d'arts martiaux et ouvre une nouvelle fenêtre sur le domaine.

Je pense que l'avenir du Dim-mak est placé sous de bons augures grâce aux nombreux chercheurs qui, comme moi hier, chercheront demain à en savoir plus. De cette façon, ils feront évoluer leur style propre. Le Dim-mak est ainsi, non seulement sauvé de l'abîme de l'oubli, mais, du fait que l'information n'est plus tenue secrète, on lui comptera bientôt plus d'adeptes qu'il n'en a jamais compté dans toute son histoire... à l'exception des techniques et méthodes avancées telles que celles de l'art du *Wu Tan Shan*.