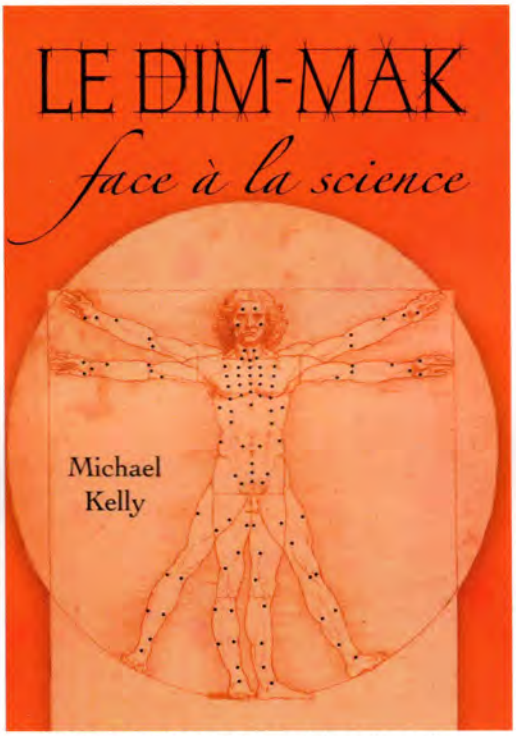
LES SECRETS DU P

(2e PARTIE : LE DIM MAK DU TAICHI)

L'auteur des chroniques Réflexions (« Self & Dragon » magazine) propose dans ce nouveau numéro le second volet des *« Secrets cachés du poing ultime »* dans le but de faire la part entre le mythe et la réalité du Dim Mak, l'art des points vitaux. Par Eric Garnier Sinclair.

Ancien compétiteur en Pancrase Free-fight (Pays-Bas), Professeur diplômé Fédéral 5e Duan en Wushu - Boxe Chinoise (whushidao), Taiji qigong, Krav maga, Eric Garnier Sinclair a compilé cinquante années de recherches et de travail auprès des plus grands Maîtres d'arts martiaux, lors de ses nombreux voyages à travers le monde. Fort de ses expériences vécues en tant que formateur en survie tout-terrain, sa démarche pédagogique et sa volonté de penser en « dehors des clous » interpellent, mais elles invitent surtout chacun.e à abandonner ses pensées limitantes, comprendre les choses en profondeur et éviter les nombreux pièges qui balisent le chemin des chercheurs de la voie. Après le premier volet consacré au Chin-na du Taichi originel, Eric Garnier Sinclair nous propose de découvrir le Dim Mak, un art capable de provoquer des traumatismes, des dommages corporels, pouvant aller jusqu'à la mort... programmée !



Dc Kelly "Le Ddim Mak Face à la science".

« Ce n'est pas le doute qui rend fou, mais la certitude » Nietzsche

Suite après la révolte des boxers qui engendra une décision collégiale des plus grands Sifu à la fin du 19e siècle, le Taichi chuan fut « remodelé » afin de protéger ses secrets originels (Hao Chuan). C'est pourquoi, il ne faut surtout pas hésiter à retourner aux sources « les plus pures », afin de remettre les pendules à l'heure et bien comprendre sa dégénérescence qui s'est accentuée en s'occidentalisant. « Grâce » à une bien-pensance « martiale » imposée par une minorité autoritaire, il est désormais confiné dans les honneurs (compétition) et les certitudes illusoires et dangereuses. On est bien loin du Taichi « ancestral » ! Même si une grande majorité de pratiquant.es (enseignant.es inclus) préfère entendre ce qu'elle a envie d'écouter et regarder ce qu'elle a envie de voir, cet art martial remarquable mérite la « transparence » car chacun de ses mouvements et de ses gestes recèle de nombreuses applications en combat. Lors du reportage précédent, on a bien vu que le Chin na du taichi abondait en techniques de contrôles articulaires, étranglements sanguins ou respiratoires, frappes aux points vitaux, mais aussi, moins connus, en soins à porter aux blessures les plus courantes. En comprenant son origine et sa véritable histoire, vous serez en mesure d'apporter un éclairage sur les points importants du Taichi, de comprendre son essence et de le pratiquer avec justesse, à travers deux principes énergétiques majeurs sur lesquels il repose : le chi (l'énergie) et le Jin (sa manifestation), synonyme de puissance et d'explosivité.

« Il n'est jamais trop tard pour devenir ce que nous aurions pu être » Mary Ann Evans

Qu'est-ce que le Dim Mak ou Dian Xue Shu ? *« Basé sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise, le Dim-Mak est la science qui régit les frappes et les pressions sur les points vitaux ».* Si plusieurs ouvrages de qualité vous proposent de nombreuses informations en lien avec le Dim Mak (*« Encyclopédie du Dim-mak »* Erle Montaigue, *« L'Art sublime et ultime des points vitaux »* H. Plée, *« Le dim mak face à la science »* Docteur Michael Kelly, Jean-Paul Bindel (Kyusho-Jitsu), Evan Pantazi...), ne pensez-pas devenir le roi de la boxe de l'ombre en 10 leçons. Ce n'est pas par hasard si les Sifu d'antan en Taichi disaient qu'il fallait 3 vies pour comprendre l'art des points vitaux. Néanmoins, l'objectif originel d'un art martial (survivre sur les champs de bataille ou à une agression), on enseignait les principales zones létales aux soldats en quelques semaines. Les fondations du Dim-Mak font partie intégrante d'un très grand nombre d'arts martiaux chinois traditionnels (taichi chuan, Grue Blanche, Serres de l'Aigle, Paume du dra-

OING ULTIME

Le moine Zhong Hong démontre l'attaque d'un point vital en contre.

gon, Poing du Moine...) mais aussi dans « l'art de la main de cathay » d'Okinawa, mentionné dans les Wubei Zhi (Bubishi en japonais), traités militaires chinois, publiés entre le 17e et fin 19e siècle (80 volumes et 240 chapitres). Ils ont eu une grande influence sur le Tode qui deviendra le karate jutsu au Japon. Si je demeure persuadé que les secrets du Dim Mak ont été « dissimulés » dans les taolu chinois et les katas traditionnels du karaté d'Okinawa (ensuite dans ceux du japon puis dans les poomsées Coréens), je suis assez perplexe quant aux origines historiques oralement transmises en Chine. L'histoire débarrassée de son merveilleux et de ses mythes, n'a plus la même allure. C'est pourquoi, je vous ferai grâce de la légende Chang San-Feng et de Yi Yuan, qui seraient dit-on, à l'origine du Dim Mak.

Jadis, étant donné l'efficacité létale du Dim Mak, les secrets étaient enseignés (à huis clos) uniquement aux élèves qui le « méritaient ». Aujourd'hui, sous le prisme de la science, on (re)découvre l'efficacité et les dangers encourus lors de sa pratique. Dans son ouvrage remarquable (*« Death Touch: The Science Behind The Legend Of Dim-Mak »* - Version Française *« Le Dim Mak face à la science »* - Budo Editions), le docteur Kelly confronte les connaissances traditionnelles millénaires des Chinois en matière martiale au savoir scientifique occidental. Il s'agit d'un travail scientifique réfléchi et particulièrement fouillé, notamment sur les recherches en lien avec la légendaire main empoisonnée, capable de donner une mort différée. *« Prenons le point E9* (méridien de l'estomac, nommé Ren Ying point de croisement entre le méridien de l'estomac, du gros intestin et vésicule biliaire), *le frapper peut provoquer le détachement d'un morceau de plaque qui va boucher l'un des vaisseaux cérébraux, provoquant une attaque ou la mort à un agresseur. Plus encore, une attaque portée contre ce point ne peut faire qu'affaiblir une plaque : un morceau de cette plaque ne se détacherait que plus tard, provoquant une attaque cérébrale ou la mort. Idem avec un atémi du bout des doigts par*

La boxe du Emei utilise l'attaque des ponts vitaux.

exemple pour atteindre la rate contenue dans une poche membraneuse, renferme énormément de sang. Lorsqu'elle est éclatée, on peut vivre plusieurs jours sans aucun symptôme. A terme, la membrane finit par céder, produisant un saignement hémorragique incontrôlé. Le corps subit alors une soudaine chute de pression artérielle, un état de choc, puis la mort survient. La capacité de ces méthodes à entrainer une mort différée est certainement à l'origine des légendes du « toucher de la mort et de la main empoisonnée... ». La science médicale bien aidée par la technologie moderne comme les IRMF ont redonné du crédit aux messages des Maitres d'antan. Ainsi des scientifiques sud-Coréens auraient prouvé en 2017 l'existence des méridiens, en utilisant un liquide bleu qui a « tracé » ces routes invisibles reliées aux organes internes. *« Grâce à la technologie, on a également découvert que les points des bras étaient les plus vulnérables, voire même les plus importants. Ainsi le point 6 du péricarde est l'un des plus faciles à attaquer, en conjonction avec l'attaque d'autres points dans le but d'affecter le cœur. D'ailleurs les points qui affectent le coeur sont les plus efficaces mais aussi les plus dangereux... ».* Concernant le point E9, il faut savoir qu'il est privilégié par de nombreux professionnels de la sécurité et de la santé tels, les forces spéciales et les chirurgiens. *« Le plexus carotide est le seul barocepteur vulnérable aux attaques, d'où son utilisation. Lorsqu'il est attaqué, le point E9 envoie un signal erroné au cerveau faisant croire à ce dernier que la pression artérielle est par trop élevée. Parallèlement, ce signal affecte le noyau du faisceau solitaire, ce qui entraine une perte de connaissance vaso-vagale, un blocage du cœur ou l'arrêt de ce dernier... »*

« La pierre précieuse ne peut-être polie sans frottements »

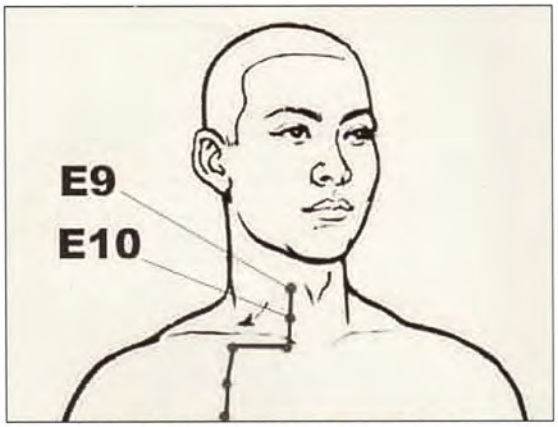
Prenons le décryptage d'un principe basique utilisé en boxe chinoise. On sait que *« lorsqu'un point est attaqué à l'aide d'une frappe vive et fouettée, un grand nombre de fibres, à seuil haut et à seuil bas de réponse, émettent leurs signaux en même temps. Ainsi, l'accroissement du nombre de fibres transmettant des signaux a pour effet de magnifier la douleur d'une attaque, avec un impact bien plus important sur le système nerveux autonome... Les points des bras ont le pouvoir de préparer tous les autres points du corps afin d'en accroitre l'efficacité... ».* Sur une attaque de poing droit direct, votre main droite (fouet Fuzhang) en contre/défense va percuter le point 6 du péricarde. Ce coup attaque le nerf médian et accroit la stimulation sympathique du cœur par le biais du principe de convergence et en déclenchant par ailleurs un réflexe somato-viscéral. Dans le même temps, la main droite (ou gauche dans la continuité de l'action en contre-attaque) va percuter le point E9 (plexus carotide) qui, à lui seul, *« peut déclencher une perte de connaissance vaso-vagale, voire même l'arrêt du cœur. Toutefois, ses effets sont magnifiés par l'accroissement de la stimulation sympathique du cœur engendré par le premier mouvement ».* Toutes ces informations sont tirées en premier lieu de l'expérience du combat sur les champs de bataille et de l'étude du Dim Mak sous le prisme de la science médicale.

Le méridien de l'estomac sur une gravure ancienne.

« Le corps humain est construit de telle sorte que ses organes vitaux trouvent des défenses solides face aux agressions externes. Il existe cependant des zones de l'anatomie humaine, des points de confluence des réseaux nerveux, circulatoires, aussi bien sur des tissus mous que sur des tissus osseux, où la structure musculaire et squelettique s'ouvre à l'extérieur et devient particulièrement vulnérable. Ces zones et points vitaux qui ont été décrits par la tradition orientale et par l'anatomie et la biologie moderne ».

Comme je vous l'expliquais dans le précédent numéro de « Taichi chuan » magazine, la mystification habile des moines shaolin a engendré l'utilisation du poing alors que pratiquement seule la main ouverte était utilisée, comme on peut le constater dans des taolu de taichi chuan. Pour rappel, le taichi taoïste sou-

ligne que le poing fermé enferme le chi et ce dernier ne peut être transmis dans le point vital. Ne pas oublier également un point important que feu Henry Plée nous rappelait dans son ouvrage consacré aux points vitaux : *« La différence essentielle entre les points de l'art sublime et ultime de toucher les points vitaux et les points de l'art d'acupuncture est donc qu'en touchant les points vitaux, on agit non pas sur le flux d'énergie extérieure comme en acupuncture mais sur le flux d'énergie intérieure en stoppant l'écoulement de ce dernier, d'où un effet immédiat ou retardé. L'art des points vitaux est réputé pour augmenter vos chances de survie... Il est si facile à maitriser que des codes et des fausses informations ont été mis au point afin que personne ne puisse en tirer la moindre information ».* Néanmoins, un autre paramètre complètement négligé dans la majorité des arts martiaux est à travailler en amont, bien avant le Dim Mak, le Chin na et les techniques attaque/défense... *« c'est de prendre conscience du fossé entre l'enseignement des arts martiaux et ce qui se passe vraiment hors du dojo »* dixit Rory Miller dans son nouveau livre (un must) *« Méditations sur la violence »,* qui fera l'objet d'une spéciale *« Chroniques réflexions »* dans le prochain numéro de « Self & Dragon ».



Le point E9, l'un des plus efficaces en Dim Mak.

Eric Garnier Sinclair pratiquant le Taichichuan.

Pour conclure ce second volet consacré aux secrets cachés du point ultime, j'aimerai vous rappeler qu'il ne faut pas se laisser aveugler par une seule facette du Taichi chuan version *« gymnastique de santé »* et s'enfermer dans une pratique limitée. Les 3 niveaux (T'ien ching, T'ien-hsueh et Tien Hsing ch'i) mis au point pendant des siècles par de grands Maîtres ou Sifu, prouvent que le Taichi chuan mérite mieux que de simples figures lentes et douces dont on ignore la profondeur et l'essence de chaque mouvement. Dans le dernier volet consacré au Taichi chuan originel, nous aborderons les soins des blessures, un pan oublié qui faisait partie intégrante de cet art au 19e siècle. ●

Centre KYUDO MUGEN & ADRV© / www.adrv.fr

« L'art des points vitaux est si facile à maitriser que des fausses informations ont été mises au point afin que personne ne puisse en tirer la moindre efficacité »

Depuis un demi-siècle, Eric Garnier Sinclair parcourt le monde à la rencontre de différentes cultures dans lesquelles se côtoient les traditions martiales, l'ésotérisme, la survie et la santé. En diversifiant ses compétences, ce Globe-Trotter ex-formateur en survie tout-terrain surnommé affectueusement par ses élèves *« Ronin des bois »*, possède aujourd'hui un parcours atypique et original, propre à l'esprit des pionniers et des aventuriers.
La richesse de son profil s'explique avant tout par une détermination d'apprendre sur le terrain et de comprendre sous le prisme de la science, car *« On ne sait que ce que l'on pratique »*. Des forces spéciales Russes aux moines Tibétains, de la mangrove à Bas Rutten (avec lequel il écrit un livre référence « Ma méthode de Pancrase »), cet ancien présentateur du festival des Arts Martiaux (Paris-Bercy) apprend à tirer le meilleur de ses rencontres et de ses expériences, « afin dit-il, de parfaire mes acquis, tout en gardant au maximum une grande liberté de l'esprit ». Fort de ses connaissances, il a enseigné à la police néerlandaise et aux jeunes recrues de la Légion Etrangère Espagnole. Aujourd'hui, éducateur sportif, Diplômé Fédéral multidisciplinaire FFSPT, FFKMDA (Wushu 5e Duan FFK, krav maga, taiji Qigong, canne de rue, Pancrase, Contact-Défense...), il n'a de cesse d'explorer l'infini potentiel de l'art authentique (combat de survie) sous toutes ses coutures. Co-fondateur du Centre Kyudo Mugen avec sa femme Mitchiko (fille aînée de Mochizuki Sensei), cet éternel provocateur de connaissances souligne que *« Pour tout comprendre, il est nécessaire de savoir très peu, mais pour saisir ce peu de choses, il faut apprendre beaucoup. Sans l'étude du grand TOUT, on arrive à un moment où un autre au grand RIEN, quels que soient vos titres, votre rang et votre grade ». Eric Garnier Sinclair « est entré » avec quelques rares Français dans l'Encyclopédie Mondiale des Arts Martiaux en 1998.*