

La medicina cubana



L'œuvre

Ecrite et composée par Cheni Navarro, cette chanson – une salsa dont la structure intègre des éléments venus du son et de la guaracha – fut enregistrée en 2000 par [Celia Cruz](#) dans l'album *Siempre Viviré*.

Je suis personnellement convaincu qu'au-delà de son côté humoristique, la thèse exposée dans cette chanson – les bienfaits de la danse en général et de la Rumba en particulier sur la santé physique et mentale – possède un fond de vérité scientifique.

Cette chanson drôle et tonique, merveilleusement propre à la danse, est très écoutée à Cuba. J'ai d'ailleurs retrouvé, en préparant cette présentation, [la vidéo d'une petite chorégraphie de salsa](#) que j'avais dansé en octobre 2010 à Santiago de Cuba avec ma chère partenaire Darita.

Fabrice Hatem

Ses interprétations par Celia Cruz

– [Dans l'album *Siempre viviré*](#) (2000)

Ses paroles en espagnol[1]	Sa traduction en français
<p><i>La medicina Cubana</i> (Cheni Navarro)</p> <p><i>La rumba, la rumba es La medicina cubana Que de la noche a la mañana A un muerto pone de pie Si lo ves todo al revés Y te sientes decaído Oye bien lo que te digo Remedio la rumba es Digame usted Don José Que mal tiene Si de siempre tuvo suerte Y las cosas le van bien Cuénteme usted Don José</i></p>	<p>La médecine de Cuba (Traduction de Fabrice Hatem)</p> <p><i>La rumba la rumba est La médecine de Cuba A elle, une nuit suffira Pour vous remettre un mort sur pieds Si tu as les idées brouillées Si tu te sens un peu flapi Ecoute bien ce que je dis Le remède, c'est la rumba Dites-moi donc, Don José Ce que vous avez Si vous êtes toujours debout Et si les choses vont bien pour vous Expliquez-moi donc, Don José</i></p>

Si le parece
Si es por culpa de los años
O producto del estrés
Lo cierto es
Que se esposa Doña Rosa
Va diciendo que en las cosas de la vida
No la tiene usted bien atendida
Y no le pone demasiado interés
La rumba, la rumba es
La medicina cubana
Que de la noche a la mañana
A un muerto pone de pie
Si lo ves todo al revés
Y te sientes decaído
Oye bien lo que te digo
Remedio la rumba es
Digame usted Don José
Que le pasa
Pues ya no sale de casa
Ni a los amigos quiere ver
Y en el Café
Entre la gente se murmura
Que en la cura de su mal ya no confía
Que va perdiendo día a día la alegría
Y ya no es ni la mitad de lo que fue
¡Ay! Don José escuche usted
Pues le conviene
La receta que a mi me dio un viejo doctor
La rumba, la rumba es
La medicina cubana
Que de la noche a la mañana
A un muerto pone de pie
Si lo ves todo al revés
Y te sientes decaído
Oye bien lo que te digo
Remedio la rumba es
Si te duelen hasta las muelas
Y no te puedes mover
Tu lo tienes que saber
Remedio la rumba es
Cuando acosan los temores
Y por ellos te preocupas
Si no encuentras soluciones

S'il vous paraît
Que c'est à cause des années
Ou de la conjonction des planètes
Ce que je sais
C'est que votre épouse Dona Rosa
Dit partout que pour les choses de la vie
Vous êtes un petit peu ra pla pla
Et qu'elle n'est pas très bien servie
La rumba la rumba est
La médecine de Cuba
A elle, une nuit suffira
Pour vous remettre un mort sur pieds
Si tu as les idées brouillées
Et si tu te sens tout flapi
Ecoute bien ce que je dis
Le remède c'est la rumba
Dites-moi donc, Don José
Ce qui arrive
Vous ne sortez plus la maison
Vous n'voulez plus voir les amis
Et au café
Entre les gens il se murmure
Que vous n'avez pas confiance dans vos cures
Que vous perdez jour après jour la gaieté
Que vous n'êtes plus ce vous étiez
Ah ! Ecoutez bien, Don José
Peut-être vous appréciez
La recette qu'un vieux docteur m'a donné
La rumba la rumba est
La médecine de Cuba
A elle, une nuit suffira
Pour vous remettre un mort sur pieds
Si tu as les idées brouillées
Et si tu te sens tout flapi
Ecoute bien ce que je dis
Le remède c'est la rumba
Si tu as une rage de dent
Si tu ne peux même plus bouger
Il faut alors que tu le saches
Le remède, c'est la rumba
Quand tu es harcelé par l'angoisse
Et par les préoccupations
Sans trouver aucune solution

Remedio la rumba es
 Para los males de amores
 Que te complican la vida
 Si estas buscando salida
Remedio la rumba es
Óigame usted Don José
Remedio la rumba es
 Una vez que yo tenia
 Unos extraños dolores
 Me fue para la enfermeria
 Para ver a los doctores
 Y muy serios me dijeron
 Ni pastillas ni vapores
 Vayase usted pa'la rumba
 Se le van todos los dolores
Óigame usted Don José
Remedio la rumba es
La rumba es, la rumba es
Remedio la rumba es
Rumba, rumba es
Rumba, rumba es
 Rumbita buena que rumba
 Rumbita para José
Rumba, rumba es
Rumba, rumba es
 La rumba es la medicina
 Mi medicina pa'usted.

Le remède, c'est la rumba
 Pour toutes les peines d'amour
 Qui te compliquent la vie
 Si tu cherches une voie de sortie
Le remède, c'est la rumba
Ecoutez moi bien, Don José
Le remède c'est la rumba
 Une fois que je souffrais
 De bien étranges douleurs
 A l'hôpital, je suis allé
 Pour consulter les docteurs
 Et très sérieux ils m'ont dit
 Ni comprimés, ni piqûres
 Allez donc danser la rumba
 Elles partiront, les douleurs
Ecoutez moi bien, Don José
Le remède c'est la rumba
C'est la rumba, c'est la rumba
Le remède c'est la rumba
C'est la rumba, la rumba
C'est la rumba, la rumba
 La petite rumba, que c'est bon
 Une petite rumba pour José
C'est la rumba, la rumba
C'est la rumba, la rumba
 La rumba, c'est mon remède
 Le remède que je vous conseille.

Références complémentaires

- [Dossier multimédia du Smithsonian Institute sur Celia Cruz](#)
- [Biographie en français de Célia Cruz](#)
- [Fabrice et Darita dansant une salsa à Santiago de Cuba sur « La medicina cubana »](#)

[1] Les parties interprétées par le chœur figurent en italiques.