

À la rencontre de Xu Li le grand Luo de l'Estomac

Xu Li est une notion non enseignée aujourd'hui. Le vide de Xǔ lì 徐麗 est caché car mélangé à Zong Qi. Dans « Les énergies du corps » il est écrit que « Xu Li c'est Zong Qi ». Est-il une perspective ou le constat que notre vie serait vide de sens si nous n'y gouttions pas ?

A propos de l'auteur



Guy LANNAUD

Docteur en Médecine,
Praticien en Médecine
Traditionnelle Chinoise.

E-mail :

guylannaud.pro@orange.fr

Site internet : www.khepera.fr.

La vie en nous a du sens mais nous cherchons le sens de notre vie et parfois nous sommes perdus. Nous donnons du sens à travers ce que nous faisons, ce que nous devenons, l'idée que nous avons de nous-même.

Tel décrit par l'idéogramme Lì 麗, nous organisons, sectorisons notre interne (nei) afin d'être en adéquation avec l'externe (wai) et l'écho de celui-ci influe sur ce que nous avons établi.

Xu Li est caché dans notre profondeur car en lien avec l'intime de notre rythme intérieur. Il entretient la vie pour elle-même sans jugement de qualité.

Et si nous nous offrions un voyage pour aller à sa rencontre, à la rencontre de soi ?

La lecture de « Les énergies du corps » (1) a attiré mon attention sur Xu

Li. Je mets en gras ce qui revient à cet écrit.

On peut donner au vide Xu un lien avec ce qui est céleste, au Li un lien avec ce qui est terrestre.

Xu est l'un des trois idéogrammes traduit par « vide » le plus fréquemment évoqué dans le Suwen. La libre circulation des Souffles tellement ténue que c'est encore le mot vide qui les exprime le mieux, fait penser naturellement à la présence du Ciel.

Li est le même idéogramme présent dans Biǎo lǐ 表裡. Il évoque l'intériorité, le village à l'intérieur de soi, bien organisé pour développer le bien vivre ensemble au profit de tous. C'est un espace à partir duquel se déroule les mouvements les plus profonds de l'existence et leurs transmissions vers une manifestation extérieure puis vers un retour à l'intérieur.

Xu Li est le centre essentiel dans lequel le tourbillonnement des Souffles est tel qu'on ne peut en saisir aucun point de stabilisation. Le

vide est l'expression de la plus grande vitalité, il n'y a plus rien de perceptible, c'est la présence du Ciel en l'homme. Il est la demeure du vide décrit dans le chapitre 2 du Zhuang Zi par « le dos adossé au yin, le ventre exposé au yang et entre les deux l'être humain exhale un souffle très léger faisant le moins de bruit, chaque chose est à sa place, tranquille ». Tout ce qui doit être yin est bien yin et tout ce qui doit être yang est bien yang. Cela ne fait aucun bruit.

SA LOCALISATION

Xu Li apparaît au moment de l'embryogenèse, formé de Zong Qi 宗氣. Il naît dans le réchauffeur moyen, traverse le diaphragme, couvre toute la surface pulmonaire parcourant, dans sa poussée constitutive, le parenchyme pulmonaire (alvéoles, bronchioles, petites et grandes bronches), la trachée et le larynx. Il mélange son trajet avec la branche profonde du méridien du Cœur, en active la pompe cardiaque, son fonctionnement ainsi que la respiration. Il est donné comme émergeant au RM-17 Dan Zhong tel un grand soufflet dans ce lieu privilégié d'emmagasinement des Souffles de Zong Qi.

Puis, il emprunte le trajet interne de la branche profonde du méridien Cœur jusqu'à la région sous-orbitaire pour finir dans l'œil.

SA SYMBOLIQUE

Xu Li, le grand Luo de l'Estomac, est le seizième Luo, cette espèce de cheminée qui monte selon l'axe central du corps, en une sorte de récapitulation énergétique.

Des voies Luo, nous connaissons les 12 Luo Mai de chaque méridien, les deux supplémentaires de Du Mai et Ren Mai auxquels on a rajouté Da Bao le grand Luo de Rate. Ce nombre de 15 est le symbole de la somme des nombres du carré de Saturne (notion antique, carré Lo Shu), formé de 3 cases de côté dont la somme de chaque ligne horizontale, verticale, diagonale donne 15.

À ce nombre de 15 Luo, y est ajouté celui du grand Luo de l'Estomac ; le nombre 16 (15+1)

donne une valeur d'unité récapitulative et d'absolu. Il est d'ordre du Ciel, de la Terre et du Roi. L'unité supplémentaire permet de réunir les 15 premiers Luo au centre du vide Xu Li pour rejoindre la conscience du Ciel en soi, l'unité primordiale (car en embryogenèse, c'est le premier Luo formé d'où part l'inspire, premier souffle de vie).

En potentialité, l'être humain peut trouver en lui la place de Ciel mais l'accès et le chemin sont enfouis sous les aspects de la vie ordinaire.

SYMPTÔMES ET MÉCANISMES

Dans *Les énergies du corps* il est dit : « ...s'il est plein, il y a dyspnée et rupture ; alors la maladie est dans les régions internes et fait comme des nœuds. Quand il y a rupture alors c'est la mort. ».



L'assurance douce par nature

1 - GARANTIES OBLIGATOIRES :

LE PACK DU PRATICIEN

Une Responsabilité Civile Professionnelle

Une Responsabilité Civile Exploitation

Une Protection Juridique :

Vie professionnelle et vie privée

2 - GARANTIES OPTIONNELLES :

MULTIRISQUE LOCAUX PROFESSIONNELS

PERTE D'EXPLOITATION

Pour nous contacter : 01 85 480 481 ou sur notre site www.medinat.fr



MEDINAT

Xu Li est présent très tôt dans l'embryogenèse. Du vide naît cette première inspiration et la dernière expiration marque le retour à l'unité. La vie a placé en l'être humain la demeure qui, dans l'intervalle entre naissance et mort, lui permet de se ressourcer.

Ce qui me surprend c'est le partage de territoire avec l'organe Poumon et la branche profonde du méridien Cœur ainsi que son mélange avec Zong Qi et en lien avec Chong Mai au RM-17.

En quoi et comment ces deux groupes d'idées peuvent-ils s'articuler ?

L'ASPECT

« LIGNÉE ANCESTRALE » DE ZONG QI

On attribue à Zong Qi, ce souffle unique, le rôle et le pouvoir de conserver, comme un ancêtre, toute la vitalité qu'il y a dans un individu portant en lui un pouvoir organisateur qui lui permet d'être fidèle à ce que le mandat du Ciel lui a donné.

Il s'agit pour moi de favoriser un maniement harmonieux entre la « demeure du vide » et la valorisation de la lignée des ancêtres pour faire perdurer la vie dans le clan (appartenance à la famille de laquelle on est issu, celle que l'on a construite, le groupe social...).

La façon de vivre notre vie, la personnalité que l'on a créée, sont conséquences de l'élaboration en soi d'un équilibre entre nos énergies héréditaires, notre traversée

dans l'ambiance familiale, notre souhait de s'inscrire dans la société et notre nature intérieure.

Les différentes personnes avec lesquelles nous sommes en relation nous touchent dans notre capacité à communiquer. Pour dialoguer et réagir face aux émotions, notre capacité d'adaptation nous fait utiliser, de façon consciente ou non, notre zone thoracique.

Tout événement difficile, (décès, accident, opération, maladie ...) dans lequel il y a un enjeu émotionnel, s'inscrit dans cette zone thoracique par un blocage sur l'inspire suivi d'un expire plus ou moins loin dans le temps, entraînant ainsi une rupture, un décalage dans les rythmes cardio-respiratoires.

Nous pouvons aussi faire vivre en nous, par nos idées, nos arguments, notre mécanisme réactionnel, certains de nos ancêtres vivants ou décédés comme si nous voulions leurs permettre de continuer à vivre, ne pas trahir un lien affectif, donner du sens à l'appartenance à une famille. Ainsi le Zong Qi est nourri ou affaibli lorsque notre trajectoire s'en trouve prisonnière (oppression thoracique, mouvements du thorax limité).

La nourriture est un support important, étroitement en lien avec les souvenirs et les valeurs familiales pour entretenir la vie. Notre monde moderne engendre des ruptures (arrêt respiratoire) dans la continuité du Zong (lignée ancestrale), l'alimentation est un moyen de

faire scission ou contient un potentiel évolutif (végétarien...).

Les scénarios de vie inconfortables, les difficultés dans nos relations affectives, dans l'exercice du travail, autour de l'argent, trouver sa place... peuvent être autant de vecteurs (créateurs de nœuds dans l'interne) pour tenter de résoudre ceux du passé qui sont véhiculés à travers le Zong Qi.

RECHERCHER SA LUMIÈRE, CELLE CACHÉE AU PLUS PROFOND DE SOI, CELLE DU VIDE

Notre désir de vivre a besoin d'être « désidentifié » de nos « arrêts sur images » explicités ci-dessus.

Estomac est la source des désirs : désirs d'aliments, de santé, de se réaliser, de vivre (Estomac est porte des Reins), d'acquiescer... Ce n'est pas évident de découvrir notre véritable désir, dés-identifié du désir de notre environnement (familial, sociétal, patronal, amical...).

« Nous sommes régulièrement coupés de notre désir profond, de notre être essentiel. Le malheur, est d'avoir perdu cet espace de silence et de liberté à l'intérieur de soi » Jean Yves Leloup.

À chaque consultation, l'être humain est invité au lâcher-prise (à la mort de son mécanisme réactionnel face à l'événement), à la désidentification de l'émotion ressentie qui le coupe de sa profondeur. Ainsi il peut « récupérer » une partie de son

territoire pulmonaire et les Reins en profitent pour réactiver des mémoires de compétence intérieure comme la confiance, génératrice de vitalité.

PROPOSITIONS DE STRATÉGIE THÉRAPEUTIQUE

Un travail d'écoute

Lorsque la zone thoracique crée le déséquilibre sur l'inspire, le plexus se crispe, alors les cervicales s'adaptent avec plus ou moins de tensions afin de contrôler l'arrêt sur image réalisé.

Un de mes enseignants m'avait dit : « Si tu veux influencer sur l'organisation des pensées il faut travailler à partir des cervicales ». Notre puissance de vie, notre pouvoir organisateur sont amoindris, éprouvés et le discernement (Intestin grêle et Cœur) sont affectés. Comment désintriquer les fils de l'écheveau ?

Je commence par écouter le mouvement des Souffles dans le corps de part et d'autre de Ren Mai sur les trajets des méridiens Estomac et Rate.

Commencer par l'écoute de la vie dans les points E-30 Qi Chong, pour apprécier l'émergence de Yuan Qi, des E-25 Tian Shu pour sentir l'équilibre Ciel-Terre et des R-23 Shen Feng pour apprécier la place du Shen. Il est possible d'y rajouter l'écoute des VB-14 Yang Bai afin de prendre la mesure du champ de cinabre supérieur et le DM-20 pour avoir une idée de l'émergence des Souffles à ce point.

Coupler les deux E-30 (la main droite avec le pouce et l'index) avec le sternum (main gauche) entre le RM-16 (avec le pouce) et le RM-22 (avec le majeur) afin d'apprécier l'ascension du Qi. Le thorax est parfois en « blocage inspire » voire en baillonnante (avec le sternum qui tire à gauche et le manubrium à droite).

Lorsqu'il existe un décalage, je déplace la main du haut (je laisse la main du bas en place) sur les points de Estomac entre E-12 Que Pen et E-30, alors se révèlent un ou plusieurs points sur lequel il y a une correspondance avec l'existence du mécanisme d'arrêt sur image, point amorce qui va être la clé pour ouvrir la densification qui nuit à la bonne liberté de la respiration. Je réalise le même travail sur le méridien Rein entre R-23 Shen Feng et R-27 Shu Fu. Ces premiers points sont comme une clé qui inspirent les points suivants à traiter qui apparaissent par écoute de la circulation globale du Qi entre hanche et cheville et dans les creux des coudes et des poignets. On retrouve les grands points classiques E-36, RP-9, R-9, R-8, C-3, P-5, P-7, XB-4, SJ-5... choisis en fonction des pouls ou de la clinique.

Puis j'évalue la capacité de la descente du thorax par la descente du Qi (acceptation du processus de résolution et de la vie), au niveau des points E-25 et E-30, RM-15 (Jiu Wei), RM-16 (Zhong Ting), VB-20 (Feng Chi). La résistance à ce flux physiologique illustre les tensions dans les cervicales,

traduction pour la personne de l'envie de préserver ses acquis (difficulté du lâcher-prise face à la mort de son mécanisme réactionnel lié à l'événement). Le bénéfice de cette acceptation est la reconquête de son territoire pulmonaire. Et c'est à ce moment que l'on peut apprécier la qualité de la remontée du Qi des jambes dans l'abdomen grâce aux VB-28 Wei Dao, RP-12 Chong Men, F-11 Yin Lian et F-12 Ji Mai.

L'importance des cervicales

Les lieux de cristallisation des résistances se situent entre T2 et C1.

Dans cette progression du Yang, entre DM-13 Tao Dao et DM-20 Bai Hui, j'écoute chaque cervicale pour déceler les tensions et sentir les zones de crispation cérébrales qui nuisent à la circulation de Du Mai comme des méridiens Vésicule Biliaire et Vessie. Souvent l'occiput bouge très peu voire pas du tout. L'harmonie entre sacrum-occiput et sternum est largement perturbée. La circulation du Qi de Du Mai vers Ren Mai est quasi inexistant. Les points DM-13 Tao Dao, DM-14 Da Zhui, V-11 Da Zhu, VB-21 Juan Jing, DM-15 Ya Men, DM-16 Feng Fu, V-10 Tian Zhu respirent très peu.

Lorsqu'il y a une tension et que le Qi ne circule pas bien, une perception apparaît sur la vertèbre, en lien avec un des aspects du déséquilibre psycho-émotionnel, objet de la consultation.

À l'écoute des cervicales, se révèlent alors un ou deux points à réaliser qui sont les projections du déséquilibre Ciel-Terre dans le corps pour tenter d'unifier la pensée de la personne et ainsi favoriser la bonne circulation des Souffles.

L'harmonisation est réalisée par le Yi de la Rate et Shen en partenariat avec Hun et Po. Les mouvements de Hun et Po sont stabilisés en arrière du RM-8 Shen Que par un mouvement en forme de lemniscate qui unit les deux E-25 L'équilibre du Hun et Po aux E-25 a une résonance au niveau de l'occiput (Po) et des pariétaux (Hun), du frontal (Shen). Les mouvements des os crâniens retrouvent leur respiration et les cervicales peuvent ainsi se détendre.

L'importance des points entre E-19 et E-30

Dans ses recherches, Thierry Gaurier (acupuncteur, auteur d'ouvrages de MTC) a fait un rapprochement entre ces points et les 12 hexagrammes du calendrier solaire afin d'illustrer la progression du Qi envisagée comme un mouvement de densification ou d'allègement de la pensée, étapes d'un travail alchimique. Habituellement, le lieu donné pour ces opérations est dans l'organe Gros Intestin. Fort de mon expérience, j'envisage que certaines étapes de transformation alchimique se situent sur le trajet du méridien Estomac. J'y vois une recherche d'équilibre entre R-23 et RM-17, E-30 et V-11 afin que la digestion et la

combustion se fassent au mieux, permettant grâce à Xu Li et au RM-22 Tian Tu de laisser monter un Yang purifié qui aidera à rafraîchir le cerveau et à renouveler les pensées.

UN CHEMINEMENT SPIRITUEL

La perspective du traitement est de favoriser les allers-retours entre la demeure du vide Xu Li, lieu de toutes les potentialités et la vie ordinaire. C'est laisser vivre le mouvement en soi en étant vigilant aux pensées, au Yi de la Rate qui a développé beaucoup de certitudes structurantes qui ne sont pas toujours simples à faire évoluer.

C'est aussi de permettre à Yuan Qi d'émerger librement au E-30 et de circuler dans Chong Mai. Cela demande à ce que la descente d'Estomac soit allégée des traces de la vie ordinaire. Cette descente du Qi suit une progression d'une minutie horlogère afin que la circulation dans Chong Mai s'élève équilibrée entre l'avant (Ren Mai) et l'arrière (Du Mai), afin aussi de retrouver progressivement l'espace de liberté et de silence de Xu Li avec un Souffle léger (cf. ci-dessus) qui s'élève jusqu'aux yeux dans l'éclat de la pupille, reflet de la rencontre de Yuan Qi et de Shen.

La difficulté du passage réside au niveau du diaphragme, lieu de séparation du clair et de l'obscur, au R-21 You Men avant de plonger dans « la demeure du vide ». L'aide potentielle apportée par les points entre E-19 et E-30 permet de voyager

jusqu'en bordure du vide afin de ramener des 4 mers, des 4 orientes (2), des informations qui viendront nourrir le centre, le corps des pensées, source d'auto-enseignement et d'ouverture vers un futur renouvelé.

Chaque moment de consultation apporte son lot d'informations qui est plus ou moins en lien avec la profondeur de la personne avec en arrière-plan la potentielle connexion à cette unité siège de Xu Li

CONCLUSION

Pour pouvoir parler du vide, il faut évoquer ce qui amoindrit son existence et le chemin à envisager pour le rejoindre.

Chacun a une idée de son propre vécu qui contient des vérités appuyées sur des certitudes.

Et si la nature de l'esprit était comme un miroir (Xin Bao est dit « miroir de la sagesse ») qui reflète sans juger les pensées et les images. Elles circulent, n'ont pas de racines, nous ne connaissons ni leur lieu d'émergence, ni leur demeure, ni même leur trajectoire. Toutes pensées et images une fois déchargées de leur polarité par la désidentification et l'attachement associés, retournent dans la demeure du vide.

Ce vide serait-il le lieu dans lequel se réunissent les contraires que sont les préférences et aversions, lieu dans lequel peut s'unifier la dualité. Les moyens pour y

arriver sont-ils de ranimer le feu véritable des reins, *de voyager au-delà de l'espace/temps (méditation, acupuncture, ... pour sortir des contraintes dans lesquelles on se place) afin de libérer notre petit esprit et ainsi goûter au silence de l'interne ? Notre corps a la capacité d'ouvrir ces portes, peut-être que notre tête a besoin de lui faire confiance.

Xu Li est un lieu de calme et de tranquillité à partir duquel tout est de nouveau possible car le

vide contient tous les possibles au-delà de ce que l'être humain envisage. Il est la surprise, l'inattendu qui viendra guérir, revisiter un point de vue, permettre une prise de conscience qui apporte de la simplicité là où on croit que c'est compliqué afin de mieux faire face à la complexité de la vie. C'est du vide que naissent la joie sans objet, l'amour de la vie sans réserve.

Chacun peut vivre dans son intime l'expérience de Xu Li.

RÉFÉRENCES

- 1-Dr. Schatz J., Larre C. & Rochat de la Vallée E., *Les énergies du corps*. (1979) So wen.
- 2-Robinet I. *Méditation taoïste*, (1979), Albin Michel.
- 3-Robinet I. *Introduction à l'alchimie taoïste* (1995), cerf.■