

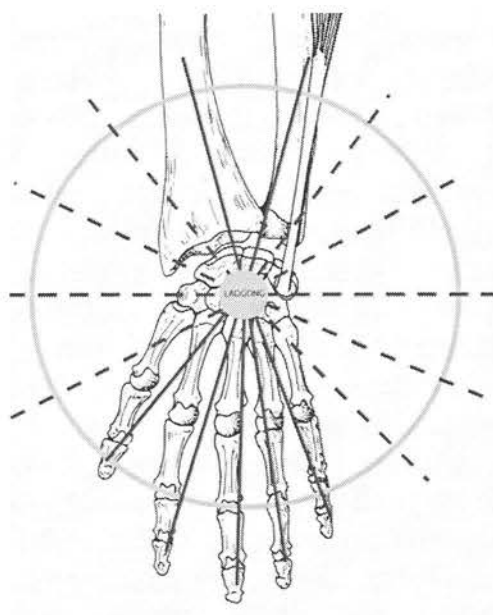
LAO GONG.

A prononcer comme cela s'écrit. Lao gong est un point d'acupuncture(MC8) associé au méridien du Maître du Cœur, et situé sur la paume de la main, plutôt plus près de la base de l'annulaire. En Qigong il englobe une zone circulaire plus large reliant les points d'acupuncture MC8 et MC7, et située dans la paume de la main.

De manière littérale on pourrait traduire Lao gong par palais du travail. Ce Gong semblable à celui de Qigong nous ramène à la notion d'œuvre artisanale aboutie, au travail manuel, au savoir faire. L'œuvre manuelle, expression pratique de l'intelligence humaine se trouve valorisée par l'association avec le terme Lao : le palais, centre de résidence de l'empereur, centre du monde selon la vision traditionnelle chinoise. La Chine se nomme elle même "l'Empire du milieu", et son centre physique est le palais de l'Empereur. Le langage populaire français exprime une concordance, avec la notion de palais du travail, mais par une voie opposée dans l'expression « avoir un poil dans la main » lorsque la paresse devient paralysie de l'élan vital et obture toute possibilité de réalisation.

Constricteur du cœur ou encore péricarde sont deux autres dénominations pour le même méridien du Maître du cœur, dont Laogong est un des points utilisé par les acupuncteurs. Dans la Médecine Traditionnelle Chinoise, le Maître du cœur a pour fonction de protéger le cœur en tant qu'organe et en tant que centre spirituel de protéger la personne. Le Maître du cœur a la même fonction que la garde rapprochée et les conseillers privés

pour l'Empereur : celui d'un entourage protecteur. Il est le gardien de la porte de l'Empereur. En lien avec cette image issue de la civilisation ancienne chinoise, la fonction du Maître du cœur est de gérer les flux de ce qui vient à la rencontre de notre cœur, ou de notre âme au sens psychologique. Parmi la multitude de ce qui nous vient à nous, certaines choses sont positives, d'autres non. Le rôle du gardien est de sélectionner, et de n'autoriser l'approche qu'aux éléments positifs. En tant que défenseur de notre cœur, ce système organique est de première importance : lorsqu'il est débordé on entre dans le trouble émotionnel et/ou psychique. D'un point de vue plus physique, le Maître du cœur protège notre cœur organe, notre sphère cardiaque, et se trouve impliqué en amont, lors de l'infarctus du myocarde. Il est donc responsable du bon fonctionnement veineux et artériel autour du cœur.

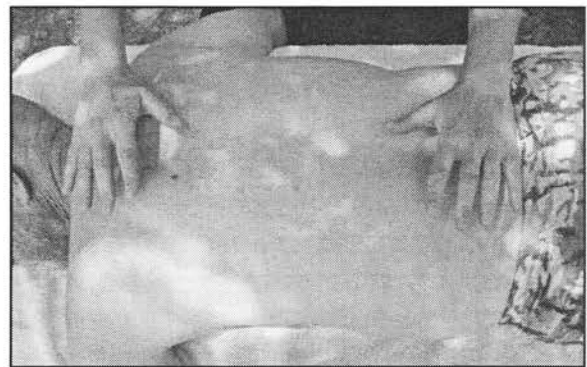


La sensibilité particulièrement fine de la main humaine, s'organise autour de la zone du Laogong. On peut considérer Laogong comme le moyeu d'une roue autour duquel 7 rayons convergent : les 2 os de l'avant bras (le radius et le cubitus) et les 5 doigts. Ce centre sensible, est un palais ouvert, une porte battante dans les deux sens. Il fonctionne énergétiquement comme une pompe. Il reçoit et aspire. Il restitue et renvoie en accélérant le mouvement de l'énergie. Dans la tradition du Qigong on retrouve de nombreux exercices de pompage utilisant l'ouverture et la fermeture de certaines zones (Gua). Les arts martiaux chinois externes ou internes utilisent le Qigong. Par exemple en Baguazang, les 8 paumes principales du Baguazang (boxe des 8 trigrammes) utilisent parfois ce mouvement particulier de pompe pour sentir l'univers ou l'adversaire (puisque'il s'agit d'un art martial), mais aussi pour émettre ou frapper plus intensément.

LE FENG SHUI DU SOL

Il peut paraître puénil, enfantin et irréaliste de s'entraîner à sentir le champ périphérique autour d'un arbre, et aussi de mêler à notre propre champ périphérique à celui d'un arbre, jusqu'à discuter en sensations avec l'arbre. Dans le monde du visible que nous concoctent les scientifiques rationalistes les plus durs, cela paraît même franchement stupide. Dans le monde de la sensation, cela est. Les adeptes de telles pratiques connaissent un vécu objectif et réaliste. Ce réel là, provient de la partie moins visible du monde et de notre existence. Il a parfois des effets directs dans le monde visible. Lorsqu'on utilise les mains dans la paume de la Terre du

Baguazhang, la sensibilité peut vous indiquer quelles sont les zones saines ou malsaines d'un terrain, on ressent cela juste en passant au-dessus, comme un sourcier avec ses baguettes de noisetier. Ce qui me permet d'en parler sans avoir l'impression d'être farfelu, c'est la constatation vécue, objective et répétée que plusieurs personnes à la sensibilité éveillée, sans connivence trouvent sur un terrain les mêmes qualités aux mêmes zones spatiales. Cela s'avère d'autant plus probant lorsqu'on effectue le test de manière « scientifique » en aveugle et sans communication entre les testeurs.....



L'IMPOSITION DES MAINS

De même la paume de la terre du Baguazhang se relie à ce qu'on appelait autrefois en occident l'imposition des mains et qui a été repris peut être à tort sous le terme magnétisme depuis un siècle. La tentative intellectuelle visant à donner une base scientifique à l'imposition des mains par l'adjonction du terme magnétisme a offert un levier de contestation aux tenants des sciences "dites exactes". Ils ont ainsi pu tenter de s'opposer à l'une des méthodes thérapeutique les plus anciennes et d'en réfuter l'efficacité. Ce n'est pas parce qu'il y a dans un secteur social

quelques charlatans, qu'il est à rejeter dans son intégralité. Au fond l'imposition des mains ne s'oppose pas à la science, et reste saine si elle ne se prétend pas supérieure ou de nature à remplacer la Médecine scientifique, car les deux ont de l'intérêt. Avec l'imposition des mains, on entre dans l'aspect « restitution d'énergie » particulier au point Laogong. D'une certaine manière, il n'y a rien à faire car cela passe naturellement à travers la main. De nombreuses méthodes existent. Toutes passent par la main et le Laogong. Cette pratique est souvent accompagnée d'une attitude spirituelle. Quelle que soit la religion, cela fonctionne, et d'ailleurs y compris aussi avec les athées. La foi, le Saint esprit ou le Chi ne sont la propriété d'aucun camp. Du Japon sont venues jusqu'en occident les méthodes de Yuki, puis plus récemment de Reiki. La tradition chinoise se passe de Dieu(x). Elle oriente plutôt nos pensées vers une notion d'harmonie universelle à laquelle celui qui met les mains essaie d'adhérer intimement. En Qigong thérapeutique chinois, on utilise la projection de Qi par le point Laogong. Parmi les personnes qui utilisent cette méthode, encore une fois, il y a des personnes très efficaces et compétentes d'autres sont à éviter et manquent de sérieux. Au fond, la qualité n'est pas une affaire de discipline ou de secteur mais d'homme, dans tous les milieux il y a des gens biens et d'autres moins.

LE MASSAGE DU LAOGONG

La Relaxation Coréenne s'apparente aux massages, avec une vraie différence. Dans la relaxation occidentale où importée d'Inde (Yoga Nidra), une personne allongée poursuit

un voyage intérieur sous la conduite d'un guide à la voix douce et un peu caverneuse. Avec la Relaxation Coréenne on est allongé, on s'abandonne à des mains expertes en vibrations, aucune parole n'est prononcée. Le receveur est installé dans diverses postures, on fait vibrer son corps d'une impulsion manuelle précise qui se déplace, parfois on le place en léger étirement.

Le massage soigneux de la zone Laogong au point MC5 génère un effet universellement relaxant qui apporte un agrément rare. Le bras est suspendu, la main est saisie fermement par le pouce et le petit doigt. On masse la pulpe de la paume en utilisant les deux pouces en alternance, comme si les pattes veloutées d'un chat y dansaient.



SENTIR LE CHAMP PERIPHERIQUE

De la même manière que la main peut soigner par imposition, elle peut sentir le champ périphérique de l'adversaire, et l'utiliser comme source d'information. La plupart du temps, on combat en utilisant essentiellement la vue, mais les adeptes avancés utilisent tous les sens. Dans le Taijiquan, certaines pratiques anciennes de tui-shou conditionnent à utiliser le toucher

comme autre source d'information dans le combat rapproché.

Il s'agit d'exercices spécifiques de mains collantes destinés non pas à développer la capacité à absorber, à dévier, ou à repousser, mais à sentir la direction d'une attaque avant que celle-ci ne soit déclenchée. On s'y entraîne aussi les yeux fermés. Une fois la sensibilité tactile bien développée, ceux qui sont motivés peuvent tenter d'utiliser la peau comme un sixième sens, devenu détecteur périphérique pour le combat non rapproché. Il faut bien admettre que cela concerne les passionnés et spécialistes, rares sont les personnes qui développent complètement cette capacité. On entre là dans le mystérieux mais d'une manière plus naturelle qu'il n'y paraît en utilisant un de nos sens à l'extrême. A distance respectable, on a besoin d'une grande sensibilité pour détecter les failles énergétiques du champ périphérique de l'adversaire. Pour l'être humain, cette sensibilité du point Laogong est un automatisme animal plus ou moins

éveillé. Subconsciemment, nous sommes toujours en contact avec cette possibilité d'être ainsi informés. Notre cerveau à une partie profonde appelée cerveau reptilien qui fonctionne par automatisme. Instinctivement il nous guide au quotidien très souvent. Par exemple, il nous conduit à aimer ou ne pas apprécier telle ou telle personne de manière instantanée et non réfléchie, à choisir ou non de la fréquenter, de l'accepter ou de l'éviter. On en revient au lien du point Laogong, avec la fonction du méridien d'acupuncture Maître du cœur : protéger le cœur. Il suffit de serrer la main de quelqu'un pour sentir, évaluer et se faire une idée de l'impression reçue.

La zone Laogong est extrêmement sensible à tout aspect de la relation avec l'environnement. La main souple qui peut cependant être calleuse, et rester révélatrice d'une harmonie devient alors le palais du Travail décrit par la tradition chinoise ancienne, en endroit où l'Empereur peut se reposer et travailler.

G. SABY

