

LUI YIN LIAOFA

Les 6 sons thérapeutiques.

Les sons thérapeutiques ont toujours fait parti des méthodes thérapeutiques de la médecine chinoise. Les anciens maîtres faisaient même une différence entre les sons prononcés sur l'expiration et les sons de l'inspiration. Ils considéraient que les premiers dispersés alors que les seconds tonifiés. À l'heure actuelle, on ne prononce en général les sons que sur l'expiration.

Les syllabes fondamentales: E, A, O, U, OU, I, entrent en correspondance avec le poumon, le cœur, la rate, le foie, le rein, et le triple Réchauffeur. Ces voyelles sont celles qui provoquent le maximum de vibrations dans l'organe cible. Durant leur prononciation, le pratiquant se concentrera d'ailleurs essentiellement sur cet organe. Quelques variantes existent bien sûr entre les écoles et les sons peuvent ainsi légèrement différer, cependant les diverses expériences effectuées récemment tendent à corroborer la séquence fondamentale donnée ci-dessus.

Si la voyelle fait vibrer et décongestionne ainsi l'organe trésor, La consonne et la clé qui permet l'ouverture de la serrure. C'est en effet grâce à elle que la vibration atteint sa cible. En reprenant les termes traditionnellement utilisés en pharmacopée chinoise, on peut donc dire que: La Voyelle et l'empereur et que la consonne et l'ambassadeur. L'un allant rarement sans l'autre.

La sifflante SSS est spécifique aux poumons. Le H aspiré permet l'ouverture du cœur. Le R (Qui n'est pas roulant.) est favorable à la rate; le SH (Qui n'est pas sifflant, Ni chuintant.) Donne l'accès au foie.; le W (Qui ne vrombit pas.) Correspond à la profondeur du Rein ; Enfin le X (qui est très proche du S, mais siffle moins.) est la consonne employée pour stimuler le triple Réchauffeur.

Pratiquer les sons énergétiques est très agréable et facile. C'est une méthode de soins très appréciée. Les mouvements qui accompagnent l'émission vocale sont là pour favoriser la circulation du Qi dans les méridiens. Ils ne sont pas pour autant strictement indispensables. On peut également, si on préfère, les effectuer à partir de la position assise. Bien que la posture debout soit celle qui en est général, recommandée.

Lui yin liaofa, comme tout Qi gong, demande d'être au départ accompagné dans l'apprentissage