

Qi Gong *Sibérien*

Préserver la force motrice du Qi dans un organe

propos recueillis par Delphine Lhuillier

Victor et Marina Zalojnov ont quitté la Sibérie pour arriver en France en 1996. Couple au parcours atypique, ils ont créé ce qu'ils ont appelé le Qi Gong sibérien, une pratique énergétique alliant le processus chamanique et la médecine chinoise. Rencontre avec l'un de ses deux fondateurs, Victor Zalojnov.

GTao : Pour commencer, pouvez-vous nous raconter votre parcours ?

Victor Zalojnov: Je suis né dans une petite ville de Sibérie, dans la Taïga, avant de partir à Kémérov. Alors, le destin a, pourrait-on dire, choisi pour moi que je devienne musicien ; mon instrument de prédilection étant le Baïan, l'accordéon russe. Ma pratique des arts martiaux a débuté à l'âge de 17 ans par le Judo, le Jujitsu, et le Karaté. Puis il y

Paysage de Sibérie en été.



eut ma rencontre avec l'énergie interne à travers ma pratique du Nei Jia, qui n'est pas qu'une branche du Wushu, mais aussi un style à part entière. C'est un style très proche de celui pratiqué par les Ninjas. Et je me suis spécialisé dans le Djen Paï, qui est devenu l'école de ma vie. C'est là que j'ai continué à approfondir mes connaissances. C'est le style d'un oiseau mythique représentant un monastère taoïste. L'école était assez petite pour avoir préservé ses secrets. J'y ai pratiqué le Tai Ji Quan, ainsi que le Ba Gua Zhang, en essayant de percevoir les liens entre tous ces différents styles. Enfin, j'ai eu la possibilité de tester toutes ces connaissances, d'abord martiales, puis médicales.

GTao : Quand avez-vous commencé à enseigner ?

V. Z. : J'ai ouvert mon école en 1974 pour commencer à partager mes connaissances avec les autres. En 1984, on m'a donné la possibilité de travailler dans un Centre de Médecine Traditionnelle. J'y suis resté dix ans en tant que chef adjoint. Les médecins officiels et les médecins traditionnels (chamanes, guérisseurs) travaillaient là ensemble. J'ai pu assister aux recherches sur les liaisons concrètes entre ces deux domaines. En 1996, après dix années passées dans le Centre, je suis arrivé en France. J'ai été invité par Michel Sokoloff au Centre Trimurti pour animer des stages de chamanisme. Et je lui prodiguais des soins. Il nous a ensuite invités avec ma compagne à vivre chez lui à Paris. J'ai continué à travailler avec lui et à organiser notre vie française. Il nous a vraiment aidés à un moment où nous découvrons un pays totalement inconnu. Nous ne connaissions personne en France.

GTao : Vous avez été initié à la pratique du chamanisme sibérien ?

V. Z. : J'étais « chef chaman » dans le Centre de Médecine Traditionnelle. Au cours de mon évolution, j'ai, comme tous les chamanes, travaillé la maîtrise de l'énergie dans mon corps, puis j'ai appris à déplacer l'énergie dans le

crédit photo : Victor & Marina Zalojnov

corps des autres, d'abord manuellement, après mentalement. J'ai ensuite travaillé avec « l'information », c'est-à-dire la manière de pouvoir modifier l'information dans le corps des autres. J'ai compris que c'était le meilleur chemin pour moi. C'était à la fois le plus intéressant et le plus progressif. En changeant l'information, nous pouvons tout changer au niveau énergétique.

GTao : Comment décririez-vous le Qi Gong sibérien ?

V. Z. : Il y a deux aspects. Le Qi Gong sibérien travaille avec l'énergie et l'information, l'énergie permettant de réaliser l'information. Le travail énergétique en France est la partie la plus connue et la plus accessible. Le travail informationnel est beaucoup plus difficile d'accès, il faut d'abord être bien préparé au niveau énergétique.

GTao : Le Tsigra, dont vous parlez dans vos stages et vos ouvrages, et le Qi Gong sibérien, est-ce la même chose ?

V. Z. : « Tsigra » est le nom utilisé par les chamanes originaires d'une région de l'Altaï en Sibérie pour désigner leurs pratiques énergétiques, l'énergie étant décrite comme une substance interne.

GTao : A quoi ressemble concrètement votre pratique ? En quoi consiste « le changement informationnel » ?

V. Z. : C'est la partie la plus « primitive » du travail énergétique. Je prends un exemple. Vous prenez une décision, votre corps l'accepte et vit avec cette information que vous lui avez envoyée. C'est une information que nous pouvons amplifier avec l'énergie que nous lui donnons. Mais il y a certaines décisions qui restent à l'état de projet et nous n'avons pas mis assez d'énergie pour qu'elles se réalisent. Vous étiez fatigué, vous n'aviez pas le temps pour tout mettre en place, etc. Or, dans notre cerveau reptilien, et dans son prolongement, la moelle épinière, se trouve l'ordinateur le plus basique de notre santé. Je change l'information dans cet ordinateur pour qu'il trouve la meilleure solution, et que le corps se mette à travailler par lui-même.

GTao : L'idée principale de cette démarche consiste-t-elle à modifier l'information ou à l'optimiser ?

V. Z. : A corriger l'information. Je transforme l'information négative, ou abîmée, en information positive. Autrement dit, on corrige l'énergie abîmée et on change l'énergie négative.

GTao : Comment procédez-vous ?

V. Z. : Quand je fais mon diagnostic, les yeux



crédit photo: Victor & Marina Zalojnov

Paysage de Sibérie en hiver.

fermés, je parcours tout le corps afin de trouver l'information abîmée.

GTao : Et vous formez des personnes à « voir » ?

V. Z. : J'explique toujours à mes élèves, dès le début de leur formation, le contenu intégral de mon travail, même s'ils ne sont pas encore capables de le maîtriser. Les stages commencent par une méditation au cours de laquelle j'invite le groupe à écouter ce qui se passe dans la partie du corps sur laquelle je suis concentré. Je leur explique par exemple que je vais nettoyer leur foie, etc.

GTao : En quoi consiste cette préparation énergétique ?

V. Z. : Toutes les parties du corps doivent être décontractées. Dans un second temps, il est nécessaire d'apprendre à sentir tous les niveaux de matière du corps, leurs spécificités. Puis d'apprendre les manipulations avec l'énergie dans ces différents tissus de la matière.

A ce stade, les élèves peuvent sentir l'énergie dans les canaux énergétiques principaux qui circulent dans les muscles et les ligaments, qui alimentent les organes et les autres systèmes du corps. Puis ils apprennent l'existence d'autres canaux, appelés en Médecine Traditionnelle Chinoise, les canaux merveilleux. Ceux-ci sont plus cachés.

GTao : Pour conclure, le Qi Gong sibérien est-il pour vous une pratique de guérison ou une voie ?

V. Z. : C'est tout à la fois. C'est l'axe de la vie, car la pratique influence toutes les parties de la vie. Quand on commence à travailler l'énergie, nous avons plus d'énergie en nous, nous sommes davantage résistants, et donc plus aptes à réaliser nos projets. Nous sommes plus confiants pour prendre nos décisions et agir dans toutes les situations de la vie. ■

Pour en savoir plus, consultez le carnet d'adresses p. 60.

Tsigra désigne les pratiques énergétiques en Sibérie.



PORTRAIT

Victor et Marina Zalojnov sont originaires de Sibérie. Leur expérience a été enrichie par de nombreux séjours dans les monastères de Chine, du Tibet et de Bouriatie. Ils sont les auteurs de deux livres parus aux Editions de l'Eveil : *Qigong sibérien ou la face cachée du chi-kung* et *Philosophie de l'évolution énergétique dans le Qigong Sibérien*. Ils organisent des stages et des séminaires.

