

ROZHOVOR s Dr. Ming Pang

****Huaxia Zhineng Qigong Training & Recovery Center (Centrum cvičení a léčby pomocí Zhineng Qi Gong)**

Tento rozhovor byl publikován v časopise „Heaven and Earth“ v roce 1994, Čína

V současné době je v našem Centru 200 pacientů ve vážném zdravotním stavu. Jen málokdy přicházejí do Centra pacienti v raném stadiu onemocnění. Vyhledají nás až když jim lékaři oznámí, že jim zbývají poslední měsíce života. Centrum je jejich poslední naděje. Zmeškaná včasnost léčby a zhoršující se zdravotní stav jsou příčinou nízké úspěšnosti léčby – ta je asi 5 %. (poznámka redakce během 12 let byla úspěšnost vyléčení až 40%).

Každý pacient, který do Centra přichází je, co se týče šance na uzdravení, pesimistický a v hluboké depresi. O teorii a principu čchi kungu moc nehovoříme. Nejprve pacientovi ukážeme video o cvičení ve skupině stovek lidí ve velké hale, kde je velké pole energie čchi. Následují ukázky cvičení, které pomáhá pacientům ubývat na váze, snížit krevní tlak, odstranit nádory. Ukážeme stav pacienta před a po cvičení, to jsou konkrétní výsledky praxe. Nechceme předvádět sebe, zvyšujeme pouze jeho důvěru. Jeho uvažování je blízké smrti. Vidí-li naději, pak cvičí čchi kung s jistým odhodláním.

U některých pacientů reaguje nemoc na cvičení velmi rychle, u jiných pozvolna. Jeden pacient měl rakovinu plic a žaludku a byl ochrnutý. Jeho ošetřující lékař mu poradil, aby opustil nemocnici a neutrácel finanční prostředky své rodiny. Přišel do Centra a zůstal s námi ještě dalších 19 měsíců. Tedy více času než mu lékař předpověděl. Pak zemřel.

Pacienti nemocní rakovinou u nás při umírání výrazně netrpí. Nepotřebují léky ani anestetika. Při umírání nejsou pohublí a smyslů zbavení. Někteří pacienti přicházejí do Centra značně vyhublí, po cvičení přibírají na váze. Někteří umírají milosrdnou smrtí ve spánku. Jiní umírají během cvičení, když si dají přestávku. Dva pacienti takto nedávno zemřeli. Dá se říci, že zemřeli se skutečnou lidskou důstojností.

Domníváte se, že při cvičení čchi kung dochází k vyléčenosti některých druhů rakovin?

Existuje jen velmi malý rozdíl. Cvičení má stejný vliv na všechny nemoci. Některé metody čchi kungu se více zaměřují na léčbu. Mezi mnoha nemocničními zařízeními, kde se čchi kung praktikuje, naše zařízení může dosáhnout nejvyšší procento úspěšnosti vyléčení. Říkám, že „může“ protože dosud nemáme na toto téma zpracovanou komplexní studii. Pokud je toto pravda, pak metoda čchi kung není příliš složitá a ani příliš specializovaná.

Náš úspěch se v každém případě odráží v počtu zaregistrovaných lidí. V roce 1988 k nám přišlo 500 pacientů, v roce 1989 to bylo 900, v 1990 už 700 a v roce 1991 jsme měli registrovaných již 2800 pacientů. (Poznámka: v roce 1999 bylo již v Centru léčených 10.500 pacientů). Pocházejí ze všech koutů země. My se nechceme sami propagovat inzercí. Lidé přicházejí sami po vyslechnutí příběhu o léčení svých známých nebo úplně cizích lidí.

V Číně není dnes čchi kung dobře chápán. Pokud jej inzerujete, je to, jako kdybyste něco prodávali, a lidé z toho mají nepříznivý dojem. Proto nepodporujeme sami sebe, ani čchi kung

a ni nemocnice. Spoléháme se na vlastní svědectví pacientů. V Centru byl jednou vyléčen ochrnutý člověk, po té co se vrátil domů, přišlo do Centra z jeho vesnice 20 nemocných lidí.

V našem Centru je ročně tak 20 – 80 paraplegiků, z nichž jsou někteří na tom tak špatně, že nemohou vůbec cvičit. Nemohou stát, chodit, tak je posadíme blízko pole čchi a mají chuť a sílu se pohybovat. Brzy se dokonce postaví a cvičí se skupinou. Úspěšnost léčby je 40%, což je stejná úroveň jako u jiných onemocnění.

Čchi kung neklade na cvičícího nároky v podobě rituálů a forem. Čchi kung pracuje s energií.

Jak vnímáte čchi kung jako nástroj hledání sama sebe?

Čchi kung je velmi hluboký systém znalostí. Patří k největším pokladům čínské a světové kultury. Indie, Řecko a Egypt nepoužívaly cvičení podobné čchi kungu, nicméně všechna cvičení podporující rozvoj vědomí, patří do kategorie čchi kungu. Číňané hovoří o životní energii jako o vesmírném zdroji, který způsobuje vývoj všech věcí. To je hodně odlišná teorie o stvoření, než nám nabízí teorie moderní vědy. Astrofyzikové hovoří o Velkém třesku jako o stvoření vesmíru. Číňané chápou prvotní stav vesmíru z hlediska životní energie. Ta energie, která vytváří a přetváří. Naši předci nehovořili o tom, proč tomu tak je, ale spíše, jak může být člověk s touto energií vyladěn a jak si ji může zachovat. Jak lze využívat životní energii? Kultivovat, pěstovat životní energii znamená ji neustále doplňovat. Ale jak? Metody se navzájem liší.

Většina metod pracuje s kultivací životní energie v těle. Jiná metoda je založena přímo na životní energii přírody. To je náš přístup. Pobytem v přírodě, která je velkou zásobárnou životní energie, pěstujeme vlastní životní energii. Tento přístup dosahuje rychlejších výsledků.

Pěstovat svou životní energii není nejpodstatnější, důležitější je kultivace ducha. Dokonalé ovládnutí životní energie je dosaženo prostřednictvím ovládnutí vědomí. Vědomí používáme k utváření našeho života a k dosažení našich cílů. Použijeme-li moderní terminologii k pojmenování tohoto procesu, pak je to čchi kung. Čchi kung pročišťuje vědomí a posiluje tak energii v těle. To vede k plnosti života, harmonickému tělu a myslí a probuzení duchovních stránek života.

Cvičení čchi kung a využívání životní energie k léčení nemocí je velmi snadné. Naši pacienti se tomu naučí za 22 dnů. Po třech měsících může tak 30-40% našich pacientů diagnostikovat nemoci pomocí životní energie. Diagnóza je stanovena vizuálním vyšetřením pacienta, intuicí nebo procítěním nemoci člověka. Této dovednosti se naučí až 40% pacientů. Není to tak složité.

O čchi kungu mají lidé různé představy. Domnívají se, že praktikováním čchi kungu se nemoc vyléčí. I když se sami léčí, nevěří, jak hluboko jsou v léčebném procesu. Čchi kung nemá omezení. Každý může pomoci ostatním. Každý může změnit životy ostatních lidí.

Proč právě čchi kung léčí?

Teorie čchi kungu říká, že zdraví člověka je závislé na běžných životních procesech v těle, které jsou závislé na pulzujícím toku životní energie. Nemoc je narušení tohoto toku. Lékaři

by řekli, že je narušena funkčnost těla. Čchi kung se nezaměřuje na příčinu nemoci, ale na obnovu člověka z hlediska celkové fyziologické rovnováhy. Je-li životní energie nepřerušena, bude tělo procesy uvádět do přirozeného stavu a nemoc zmizí. Tak například lidé mají v těle škodlivé bakterie, ale neonemocní. Proč? Protože mají silný imunitní systém a tělesné funkce jsou v pořádku. Odolávají tak nemoci. Čchi kung jde dále, až k samému zdroji onemocnění. Praxe dokazuje, že životní energie člověka ničí škodlivé bakterie.

Proč se lidem praktikující meditační cvičení, která jsou dobrá pro zdraví, zhoršuje zdravotní stav?

To proto, že netradiční postupy, které mají velké výhody, mají v sobě i nevýhody. Některé se spoléhají na ticho, například v sedě při cvičení. Chcete-li sedět správně, musíte nechat do sebe vstoupit klid. Pokud toto nemůžete udělat nebo to uděláte špatně, bude to mít negativní dopad na životní energii. Pokud nevstoupíte do hlubokých klidových stavů, nebudete sklízet plody, které pocházejí ze stavu klidu – jako jsou například zlepšení funkcí mozku, vyšší činnost alfa vln, snížená činnost beta vln. Naše praxe podporuje přirozené procesy v těle.

Pojetí našeho čchi kungu se od jiných postupů našich předků liší tím, že se mění závislost na klidu. Zdůrazňujeme pohyb jako základ pro pěstování zdraví. Naši předkové vždy hovořili o dosažení stavu, kdy „nevzniká ani jedna myšlenka“. Není to vůbec snadné. My říkáme: stačí se soustředit pouze na své vědomí. Soustřeďte se na své pocity, na povědomí, vědomí a na duši, odstraňte zmatené, nejasné, slabé nebo negativní myšlenky. Cílem je se stát pánem vlastního života a ne otrokem hmotného, materiálního světa.

Existencialisté***, jako byl například Jena Paul Sartre, říkali – „já chci být volný, demonstrovat za svobodu, která mě osvobozuje“.

Svoboda v čchi kungu takto nevypadá. Je třeba zvládnout zákony života. Když je zvládnete, jste svobodni. Pokud nevíte, co jsou to za zákony, jak můžete najít svobodu?

Co jsou zákony života?

Zákonům života rozumí dnes málokdo. Moderní medicína, biologie, anatomie popisují jen činnosti živých úkazů a nezmiňují základ organické existence. Genetici znají molekulární strukturu DNA, což je nepřibližuje k řešení otázky života. Proč? Je-li dvoušroubovice DNA živá, můžete s ní dále pracovat. Není-li živá, nemůžete dělat nic, proč? Není v ní žádný život. Reprodukce není možná. Znamená to, že DNA je jen materiální základna pro život, ne život sám.

Problémem je spoléhání se na nedostatečné vědecké metody. Vědy o živé přírodě používají stejné metody jako moderní fyzika. Moderní fyzika zkoumá neživý svět. Pomáhá odhalit zákonitosti anorganických látek. Pokud jde o podstatu života, tato metoda nepřináší uspokojivé odpovědi.

Čchi kung se zaměřuje na zkoumání života a jeho zákonů. Cvičitelé čchi kungu používají na rozdíl od vědců velmi kultivované vědomí k pochopení života. Jemnost a propracovanost vědomí předčí jakékoliv metody nebo postupy zavedené z oboru fyziky nebo chemie. Život nelze měřit či kvantifikovat. Naše běžné vědomí může odrážet svět kolem nás, nemůže ho ale

pochopit. Proč? Protože člověk se sám vymezuje ve vztahu k celku, i když jeho tělo a mysl tvoří jednotu.

Teprve cvičením a uvědoměním si pocitu čchi kungu můžeme pochopit zákonitosti života na zemi.

Dnešní svět nelze chápat všeobecným pohledem, je to pouhé vyjádření životních jevů. Existují různé stavy vědomí: člověk je nemocný nebo zdravý, bdělý nebo spící, činný, pasivní, vzteklý, radostný... Za tím vším je stav čchi kungu. Čchi kung se zaměřuje na vztahy, snaží se je pochopit a podporuje naše vědomí aby tyto vztahy neomezovalo. Věda se zabývá jen měřeními.

Věda v určitém stavu pouze pozoruje a nemá prostředky k pochopení vyšších stavů vědomí. Pro vědu je těžké pochopit jak uvést tělo a mysl do rovnováhy a do stavu zdraví. Tím se právě zabývá čchi kung.

Cvičení čchi kung pomáhá cvičícímu svoji duchovní podstatou překlenout stav nemoci do stavu zdraví. Jak lze toto srovnávat s taoismem nebo buddhismem?

O léčení nemocí se náboženství většinou nezmiňují. Hovoří o transcenci, o úniku před nečistotou života. Proto hovoří o ráji, o osvícení. Zásadní rozdíl je v tom, že čchi kung se zajímá jak žít lépe na této zemi.

Taoisté hovoří o tom, jak se stát nesmrtelným. Buddhisté používají různé stupně vedoucí k osvícení.

Může být obyčejná myšlenka překážkou k osvícení ?

Jakákoliv myšlenka je překážkou. Myšlenky rozptylují a jsou vázané na vnější svět, které nutí člověka navázat relativní vztahy. I jedna myšlenka vás může zastavit. Jedno místo, kde uvízne vaše mysl, vás zastaví. Pronikání do sebe samého, do své podstaty, je velmi obtížné.

Existují sestavy čchi kung na konkrétní nemoc nebo je stejné cvičení pro všechny pacienty?

Každý praktikuje stejný soubor cvičících postupů. Důraz je kladen na pohyb ne na klid.

Zabýváte se tradičními taoistickými postupy?

To není nutné, při jejich výuce se vývoj zpomalí.

Naši předkové dosahoval při cvičení vyšších úrovní mysli a těla. K tomu nepotřebovali taoistické praktiky. Při cvičení považovali každý bod na těle za důležitý a to tak, aby byl člověk v souladu s přírodou.

Co provádíme s pacientem na samém začátku?

Držení těla, pohyby, změny ve vědomí a zvuky – to vše vede k zesílení spojení mezi člověkem a životním prostředím.

Existuje mnoho taoistických praktik. Některé z nich mají vliv na zmírnění nebo odstranění sexuální touhy. Kolik lidí by dnes stálo o odstranění milostného života?

Takže vidíte, jak je to složité. Naše praxe začíná používáním životní energie a vědomí, vytváříme spojení mezi vnitřním a vnějším světem. Celá koncepce vychází ze spojení člověka se zemí a s nebesy.

Mohl byste vysvětlit vzájemné vztahy energií?

Hovoříme o životní energii, což je naše tělo. Fyzikové říkají, že hmota je zhmotněním energie, beztvář energie se projevuje jako forma. Vesmír byl chápán jak výsledek transformace prvotní životní energie.

Jak jste studoval životní energii?

Cvičil jsem mnoho druhů duchovních cvičení. Během let jsem se musel sám sebe ptát: co má hodnotu? Co je užitečné? Co opravdu funguje? Bohové? Mantry? Během dlouhého období hledání a experimentování jsem zjistil, že životní energie je základem všeho. Pokud jste toto opravdu pochopili, můžete něčeho dosáhnout ve svém duchovním životě.

Jak ale cvičit duchovní energii?

Můžete ji posílit tělesně a vylepšit si tak vědomí. To byl můj objev a závěr po mnoha letech. Jsem lékař. Praktikoval jsem západní medicínu řadu let. Od roku 1962 jsem praktikoval čínskou medicínu a akupunkturu. Ani má čínská lékařská praxe mi nepomohla vyřešit základní problémy lidské existence. Naštěstí mi poskytla mnoho poznatků, je to systém založený na životní energii. Například akupunktura léčí otok a zánět. Léčení proběhne a otok a zánět zmizí. Kam se poděly? To je funkce životní energie.

Vaše učení se tedy opírá o životní energii a hledá jak rozvíjet silné pole životní energie čchi prostřednictvím cvičení ve skupinách.

Ano, ke cvičení využíváme pole čchi, které vzniká, když stovky lidí cvičí spolu. Pole čchi má obrovskou sílu. Po skupinovém cvičení například se zmenší nebo úplně zmizí nádory. To je něco skutečného, něco cenného. Stejně je to dále s těmi, kteří mají například vysoký krevní tlak. Po jednom cvičení jejich tlak výrazně poklesne.

V Číně cvičí mnoho lidí čchi kung a zažívají různé emoce: nekontrolovaný smích, pláč, křik, třes, slyší hlasy atd. Tyto stavy nejsou skutečným pokrokem. Myslím, že je to povrchní. Někteří učitelé manipulují se svými studenty tak, aby dosáhli těchto psychických stavů. My chceme zažít něco skutečného. Mnoho lidí trpí nádory. Pokud se nám podaří dokázat, že cvičení čchi kung má příznivý vliv na zmenšení nebo na zmizení nádorů, pak je to velmi užitečné. Je to viditelný výsledek, který si můžete ověřit.

Pro některé lidi může být obtížné pochopit sílu a smysl životního pole čchi.

Nejlepší je na začátku nezavádět teorie a pojmy cvičení. Čím více budete hovořit o tom, jak je čchi kung zázračný a mimořádný, tím obtížnější bude toto pro lidi přijmout. Zabývám se jen výukou, která je blízka zkušenosti lidí, něco co mohou skutečně používat. Jak jsem uvedl, první diskuse o čchi kungu je jak léčit nemoc. Lidé se musí naučit léčit vlastní nemoc, a ne doufat, že je učitel bude masírovat či jinak zachraňovat. Nejprve si vytvořit vlastní zdraví. Hodně lidí si myslí, že čím komplikovanější cvičení, tím je myšlenkově hlubší. Ve skutečnosti je to tak, že čím složitější postup cvičení, tím je méně efektivní. Takže pokud se

naučíte využívat životní energii přírody, léčit své nemoci a nemoci jiných, pak jste se naučil něco opravdu zásadního. Máte stabilní základ, se kterým můžete jít jen dopředu.

* Zhineng Qi Gong (Zhi – naše vnitřní síla a moudrost; Neng – naše psychické a fyzické schopnosti; Qi (čchi) životní energie všude kolem nás a i v nás samotných; Gong – vlastní vytrvalost a vůle)

Zhineng Qi Gong vyvinul Dr. Pang He Ming v roce 1980. Ve svém mládí praktikoval a studoval Qi Gong u 19 vel mistrů a stal se později sám mistrem Qi Gong. Dr. Pang studoval Qi Gong více než 30 let a vytvořil tento velmi jednoduchý a efektivní styl pro těžce nemocné pacienty. Vystudoval a praktikoval moderní západní medicínu i tradiční čínskou medicínu. Jako lékař chtěl využít Qi Gong pro léčbu svých vážně nemocných pacientů a tak vyvinul Zhineng Qi Gong.

**Huaxia centrum založil Dr. Pang v roce 1980 v Qinhuangdao (v severovýchodní provincii Hebei, asi 300 km od Pekingu), kde se každý měsíc léčilo až 7000 pacientů výhradně cvičením Zhineng Qi Gong. Do centra se sjížděli i těžce nemocní lidé z dalekých oblastí Číny, kterým lékaři nedávali absolutně žádnou šanci na přežití. V centru se praktikováním Zhineng Qi Gong lidé léčili z různých vážných onemocnění (rakovina, diabetes, deprese, srdeční choroby...). V centru se vyléčilo více než 200.000 pacientů. Při léčení touto metodou není důležitá diagnóza. Studenti této metody praktikují stejné sestavy, nezávisle na tom, jakou mají nemoc. Velmi důležité je spojení tzv. tří pokladů – těla, dechu a mysli, které musí mít každý člověk v harmonii, neboť jsou na sobě závislé a musí navzájem spolupracovat. Klíčem cvičení je práce s myslí. Na rozdíl od běžného sportování, kdy jde energie směrem ven, tady se člověk soustředí na to, aby pozornost upínal směrem dovnitř. Cvičí se zavřenýma očima, pohyby jsou velmi pomalé, a tím se může vnímat i ten sebemenší pohyb. Zhineng Qi Gong je vlastně meditace v pohybu.

***Východiskem mu byl člověk jako jedinec izolovaný od společnosti i dějinného vývoje, člověk bez vazeb, soustředěný na svoje vnitřní ego, plný úzkosti, pocitu nesmyslnosti existence a vědomí nevyhnutelnosti smrti, odcizení a naprosté osamělosti. V takové „nicotě“ se potom člověk pokouší překonat své zoufalství, dobírá se sebepoznání a sebeuskutečnění, volí si svými činy své bytí jako svobodu, protože člověk je takový, jakého sám sebe chce mít a jakým se činí. Politicky lze existencialisty označit jako velmi levicové, jejich filosofické názory jsou poměrně pesimistické. Domnívali se, že existence předchází podstatu. Byl kladen velký důraz na aktivitu vůči budoucnosti a sobě, to je dovedlo k popření Boha a tím i křesťanské morálky. Tvrdili, že jediná jistota tohoto světa je smrt.

„Nature as Last Resort“ – An Interview with Doktor Ming Pang. Huaxia Zhineng Qi Gong Training and Recovery Center. Heaven and Earth Magazine, 1994.

Překlad: MO