

FALUN GONG

LI HONGZHI

Slovenská verzia

(Január 2002)

O Dafa

(Lunyu)

Dafa je múdrosťou Stvoriteľa. Je základom pre stvorenie Nebies a Zeme a pre vytvorenie vesmíru. Zahŕňa všetky veci, od extrémne malých až po extrémne veľké a na odlišných úrovniach existencie vesmírneho tela sa prejavuje odlišne. Od najhlbšieho mikrokozmu až po objavenie sa najmenších častíc, cez vrstvy a vrstvy nespočetných častíc, od malých po veľké, siahajúc až k tým z vonkajších vrstiev, ktoré pozná ľudstvo – k atómom, molekulám, planétam a galaxiám – a k tomu, čo je ešte väčšie, častice rôznych veľkostí vytvárajú životy rôznych veľkostí, ako aj svety rôznych veľkostí, ktoré sa rozprestierajú po celom vesmírnom tele. Životy na každej z rôznych úrovní častíc vnímajú častice nasledujúcej väčšej úrovne ako planéty na ich oblohe, a takto je to pre každú úroveň. Životom na každej úrovni vesmíru sa zdá, že to pokračuje do nekonečna. Dafa vytvoril čas, priestor, veľký počet druhov životov a všetky stvorenia, zahŕňajúc všetko a nevynechávajúc nič. Týmto spôsobom sa na rôznych úrovniach konkrétne prejavujú charakteristické vlastnosti Dafa: Zhen, Shan, Ren¹.

Akokoľvek pokročilé sú prostriedky skúmania vesmíru a života, ich videnie je obmedzené iba na určitú časť tejto dimenzie na nízkej úrovni vesmíru, kde sa nachádzajú ľudské bytosti. Ľudia počas mnohých prehistorických civilizácií tiež skúmali iné planéty, avšak nech leteli akokoľvek vysoko alebo ďaleko, nikdy nedokázali odísť z tejto dimenzie, v ktorej ľudstvo existuje. Ľudstvo nebude nikdy schopné naozaj spoznať skutočný obraz vesmíru. Ak majú ľudia pochopiť záhady vesmíru, časopriestoru a ľudského tela, musia sa kultivovať podľa spravodlivej Cesty a dosiahnuť pravé osvietenie, zvyšujúc si úroveň svojej existencie. Pomocou kultivácie si zvýšia svoj morálny charakter a naučia sa rozlíšiť dobro od zla, spravodlivé od skazeného, prekročia túto ľudskú úroveň, uvidia realitu vesmíru ako aj životy iných úrovní a dimenzií, a budú s nimi môcť nadviazať kontakt.

Výskumné snahy ľudstva sú poháňané súťažou v technológiách, údajne na zlepšenie kvality života, no vo väčšine prípadov sú založené na odmietnutí bohov a uvoľnení morálnych požiadaviek ľudských bytostí na samých seba. Presne kvôli tomu boli civilizácie, ktoré sa objavili v minulosti, mnohokrát zničené. Výskum je však obmedzený na tento materiálny svet a používa metódu, že predmet sa bude skúmať, len keď je uznaný, avšak javov v ľudskej dimenzii, ktoré sú nehmatateľné a neviditeľné, ale objektívne existujú a môžu sa naozaj odraziť do ľudského sveta reálnym spôsobom – ako duchovnosť, viera, božské slovo a božské zázraky – sa ľudia neodvažujú dotknúť, pretože odmietli bohov.

Ak ľudstvo dokáže použiť morálne hodnoty ako základ pre zlepšenie svojho charakteru, správania sa a uvažovania, takáto ľudská civilizácia bude môcť pretrvať a v ľudskej spoločnosti sa budú znova diať zázraky. V minulosti sa v ľudskej spoločnosti mnohokrát objavila kultúra, ktorá bola spolovice božská, spolovice ľudská, a umožnila, aby si ľudstvo zvýšilo svoje pochopenie života a vesmíru. Keď ľudstvo preukáže náležitú úctu a vážnosť voči Dafa a jeho prejavom v tomto svete, prinesie to ľuďom, národu, alebo krajine požehnanie, česť a slávu. Dafa – Veľký Zákon vesmíru – vytvoril nebeské telo, vesmír, život a všetky stvorenia. Každý život, ktorý sa odkloní od Dafa, je skutočne skazený. Každý svetský človek, ktorý dokáže byť v súlade s

¹ Zhen, Shan, Ren [čén, šan, žen] – Pravdivosť, Súcit, Znášanlivosť; Zhen (pravda, pravdivosť, opravdivosť); Shan (dobrota, súcit, dobrosrdečnosť); Ren (znášanlivosť, trpezlivosť, tolerancia, schopnosť znášať utrpenie).

Dafa, je skutočne dobrým človekom a prinesie mu to odmenu, šťastie a dlhý život. Keď sa ako kultivujúci prispôsobíte Dafa, ste tým, kto sa stal osvieteným – božskou bytosťou.

Li Chung-č'

24. mája 2015

Obsah

O DAFA	1
ÚVOD.....	5
1. PÔVOD QIGONGU	5
2. QI A GONG	6
3. ENERGETICKÝ POTENCIÁL A NADPRIRODZENÉ SCHOPNOSTI	7
(1) <i>Energetický potenciál sa vyvinie kultiváciou xinxingu</i>	7
(2) <i>Praktizujúci neusilujú o nadprirodzené schopnosti</i>	7
(3) <i>Zaobchádzanie s energetickým potenciálom</i>	9
4. TRETIE OKO.....	10
(1) <i>Otvorenie Tretieho Oka</i>	10
(2) <i>Úrovne Tretieho Oka</i>	11
(3) <i>Videnie na diaľku</i>	12
(4) <i>Dimenzie</i>	12
5. QIGONGOVÉ LIEČENIA A NEMOCNÍČNÉ LIEČENIA	13
6. QIGONG BUDDHOVSKEJ ŠKOLY A BUDDHIZMUS	15
(1) <i>Qigong Buddhovskej Školy</i>	15
(2) <i>Buddhizmus</i>	15
7. SPRAVODLIVÉ KULTIVAČNÉ CESTY A ZLÉ CESTY	16
(1) <i>Bočné Dvere a Nemotorná Metóda (Pangmen Zuodao)</i>	16
(2) <i>Qigong bojových umení</i>	17
(3) <i>Obrátená kultivácia a požičavanie energie</i>	18
(4) <i>Kozmický jazyk</i>	18
(5) <i>Posadnutosť duchom</i>	19
(6) <i>Zlá cesta sa môže vytvoriť v spravodlivej praxi</i>	19
FALUN GONG.....	21
1. FUNKCIA FALUNA	21
2. USPORIADANIE FALUNA	22
3. CHARAKTERISTIKA KULTIVÁCIE FALUN GONG	23
(1) <i>Fa zušľachťuje žiaka</i>	23
(2) <i>Zušľachťovanie hlavného vedomia</i>	24
(3) <i>Cvičte bez ohľadu na smer a čas</i>	25
4. SÚČASNE ZUŠĽACHŤOVANIE MYSLE AJ TELA.....	25
(1) <i>Premieňanie benti</i>	25
(2) <i>Nebeský Obeh Falun</i>	26
(3) <i>Otvorenie meridiánov</i>	27
5. ZÁMER MYSLE.....	27
6. ÚROVNE KULTIVÁCIE VO FALUN GONGU.....	28
(1) <i>Kultivácia na vyšších úrovniach</i>	28
(2) <i>Prejavy gongu</i>	29
(3) <i>Kultivácia Zákona Nad Trojitým Svetom</i>	29
KULTIVÁCIA XINXINGU	31
1. VNÚTORNÝ VÝZNAM XINXINGU	31
2. STRATA A ZISK	32
3. SÚČASNÁ KULTIVÁCIA ZHEN, SHAN, A REN	34
4. ZBAVOVANIE SA ZÁVISTI.....	34
5. VZDÁVANIE SA PRIPÚTANOSTÍ.....	36
6. KARMA	37
(1) <i>Pôvod karmy</i>	37
(2) <i>Odstaňovanie karmy</i>	38
7. DÉMONICKÉ ZASAHOVANIE.....	40
8. VRODENÉ VLASTNOSTI A KVALITA OSVIETENIA.....	40

9. JASNÁ A ČISTÁ MYSEĽ	42
CVIČEBNÝ SYSTÉM FALUN GONG	44
1. CVIČENIE BUDDHA UKAZUJE TISÍC RÚK (<i>FO ZHAN QIAN SHOU FA</i>)	44
2. FALUN POZÍCIA V STOJI (<i>FALUN ZHUANG FA</i>).....	49
3. CVIČENIE PRENIKANIE DVOMI KOZMICKÝMI EXTRÉMAMI (<i>GUANTONG LIANG JI FA</i>)	52
4. CVIČENIE FALUN NEBESKÝ OBEH (<i>FALUN ZHOU TIAN FA</i>).....	55
5. CVIČENIE NA ZOSILŇOVANIE NEBESKÝCH SÍL (<i>SHEN TONG JIA CHI FA</i>)	58
NIEKTORÉ ZÁKLADNÉ POŽIADAVKY A SLOVÁ VAROVANIA PRE PRAKTIZOVANIE FALUN GONGU.....	63
OTÁZKY A ODPOVEDE	65
1. FALUN A FALUN GONG.....	65
2. PRINCÍPY A METÓDY PRAKTIZOVANIA	68
3. ZUŠĽACHŤOVANIE XINXINGU	81
4. TRETE OČO	85
5. ÚTRPENIA.....	89
6. DIMENZIE A ĽUDSTVO	90
REGISTER	92

Kapitola I

Úvod

V našej krajine, [Čína], siaha *qigong*¹ do dávnych dôb a má dlhú históriu. Naši ľudia majú preto pri praktizovaní qigongu prirodzenú výhodu. Ako schválené metódy kultivácie, dve qigongové Školy, Buddhovská a Tao, zverejnili mnohé výborné kultivačné metódy, ktoré boli predtým vyučované súkromne. Kultivačná metóda v Škole Tao je veľmi jedinečná, zatiaľ čo Buddhovská Škola má taktiež svoju vlastnú metódu. Falun² Gong je pokročilá kultivačná metóda Buddhovskej Školy. V triede, najprv prispôbím vaše telo k stavu vhodnému pre pokročilú kultiváciu, a potom do vášho tela vložím Falun a energetické mechanizmy. Taktiež vás budem učiť cvičenia. Okrem toho všetkého, mám Telá Zákona (*fashen*),³ ktoré vás budú ochraňovať. Avšak mať len tieto veci je nedostatočné, pretože sa nimi nedá dosiahnuť cieľ, ktorým je vyvinutie *gongu*⁴ – k tomu je potrebné, aby ste aj rozumeli princípom kultivácie na vyšších úrovniach. A o tom je táto kniha.

Vyučujem gong na vyšších úrovniach, preto nebudem diskutovať o kultivácii nejakého konkrétneho kanála, akupunktúrneho bodu, alebo energetickej pasáže. Učím Veľkú Cestu (*Dafa*)⁵ kultivácie, Dafa pre pravú kultiváciu k vyšším úrovniam. Spočiatku to môže znieť nepochopiteľne. Avšak pokiaľ tí, ktorí sa venujú praktizovaniu qigongu, to opatrne skúmajú a prežívajú, objavia v tom všetky zázraky a zložitosti.

1. Pôvod qigongu

Qigong, o ktorom tu dnes hovoríme, sa v skutočnosti pôvodne nenazýval qigong. Pochádzal z kultivácie prastarých Číňanov v odlúčenosti a z kultivácie v náboženstvách. Dvojslovný pojem, “qi gong,” sa nenachádza nikde v textoch Dan Jing, Tao Tsang,⁶ a Tripitaka.⁷ Počas vývoja v našej súčasnej ľudskej civilizácii, prešiel qigong obdobím, v ktorom boli náboženstvá vo svojich zárodočných formách. Existoval už predtým, ako sa vytvorili náboženstvá. Po vzniku náboženstiev bol určitým spôsobom zafarbený náboženstvom. Pôvodné názvy qigongu boli “Veľká Kultivačná Cesta Buddhu,” a “Veľká Kultivačná Cesta Tao.” Mal aj ďalšie mená, ako “Deväťstupňová Vnútoraná Alchymia,” “Cesta Arhata,” “Dhyana Vajra,” atď. V súčasnosti to nazývame “qigong,” pretože to lepšie vyhovuje našej modernej ideológii a ľahšie sa popularizuje v spoločnosti. Qigong je v skutočnosti niečo, čo existuje v Číne výhradne na kultiváciu ľudskeho tela.

Qigong nie je niečo vynájdené touto civilizáciou. Má dosť dlhú históriu, ktorá siaha do vzdialených rokov. Kedy teda qigong vznikol? Niektorí hovoria, že qigong má tritisíc ročnú históriu, a bol veľmi populárny v období dynastie Tang.⁸ Niektorí hovoria, že má päťtisícročnú históriu – takú starú ako čínska civilizácia. Súdiac z archeologických nálezov, niektorí hovoria, že má už históriu sedemtisíc rokov. Ja považujem qigong za niečo, čo nebolo vynájdené

¹ *qigong* (či-gong) – tradičné čínske cvičenia, ktoré pestujú qi alebo “vitálnu energiu”.

² Falun – Koleso Zákona.

³ *fashen* (fašen) – “Telo Zákona”; telo vytvorené z gongu (kultivačnej energie) a Fa (Zákona)

⁴ *gong* (gong) – 1. kultivačná energia; 2. cvičenia, ktoré kultivujú túto energiu.

⁵ *Dafa* – “Veľká Cesta,” alebo “Veľký Zákon”; skrátený tvar mena Falun Dafa, “Veľká (Kultivačná) Cesta Kolesa Zákona.”

⁶ Dan Jing (dan dzing), Tao Tsang (tao cang) – klasické čínske diela o kultivačnej praxi.

⁷ Tripitaka – buddhistický text.

⁸ Dynastia Tang – jedno z najprosperujúcejších období čínskej histórie (618 – 907 n.l.).

moderným ľudstvom – je to prehistorická kultúra. Podľa výskumov ľudí s nadprirodzenými schopnosťami, vesmír v ktorom žijeme je entita, ktorá bola opätovne zložená, potom ako jej bytosť explodovala deväťkrát. Planéta, ktorú obývame, bola zničená mnohokrát. Vždy, keď bola planéta znovu daná dohromady, ľudstvo sa začalo opäť rozmnožovať. V súčasnosti, sme už objavili vo svete mnoho vecí, ktoré predstihujú súčasnú civilizáciu. Podľa Darwinovej evolučnej teórie, sa ľudia vyvinuli z opíc, a civilizácia nie je staršia ako desaťtisíc rokov. Archeologické výskumy však odhalili, že v jaskyniach Európskych Alp existujú fresky staré 250 tisíc rokov, ktoré preukazujú veľmi vysokú umeleckú úroveň – ďaleko nad schopnosťami moderných ľudí. V múzeu Národnej Univerzity v Peru je veľký kameň, na ktorom je vyrytá postava držiaca ďalekohľad a pozorujúca nebeské telesá. Táto postava je viac než 30 tisíc rokov stará. Ako vieme, Galileo vynášiel 30-násobne zväčšujúci astronomický ďalekohľad v roku 1609, čiže len pred čosi viac ako 300 rokmi. Ako mohol existovať ďalekohľad pred 30 tisíc rokmi? V Indii sa nachádza železný stĺp s obsahom železa vyšším ako 99 percent. Ani moderná technológia tavenia nedokáže vyrobiť železo s takou vysokou čistotou; to už prevyšuje úroveň modernej technológie. Kto vytvoril tieto civilizácie? Ako mohli ľudské bytosti – ktoré by boli v tých časoch mikroorganizmami – vytvoriť tieto veci? Tieto objavy vzbudili záujem vedcov na celom svete. Keďže sa ukazujú byť nevysvetliteľnými, nazývajú sa “prehistorická kultúra.”

Vedecká úroveň bola v každom časovom období iná. V niektorých časových obdobiach bola pomerne vysoká, predstihujúca úroveň nášho moderného ľudstva. Ale tieto civilizácie boli zničené. Preto hovorím, že qigong nebol vynájdený alebo vytvorený modernými ľuďmi, ale že bol objavený a zdokonalený modernými ľuďmi. Je to prehistorická kultúra.

V skutočnosti, qigong nie je jedinečný výtvor našej krajiny. Existuje aj v cudzích krajinách, tam ho však nevolajú qigong. Západné krajiny, ako USA, Veľká Británia, atď., ho nazývajú mágia. David Copperfield, mág z USA, je majstrom nadprirodzených schopností, a jedného dňa predviedol pozoruhodný čin, ktorým bol prechod cez Veľký Čínsky Múr. Tesne predtým, ako cezeň prešiel, použil ako prikrývku biele plátno, pristúpil k múru, a potom pokračoval skrze neho. Prečo to urobil? Týmto spôsobom to mnoho ľudí považovalo za magické predstavenie. Muselo to byť uskutočnené takto, pretože vedel, že v Číne bolo mnoho ľudí s veľkými nadprirodzenými schopnosťami. Obával sa zásahu z ich strany, a preto sa pred vstupom do múru prikryl. Keď vychádzal, vystrčil jednu ruku, zdvihol plátno, a vyšiel von. “Znalci sledujú triky, laici sledujú vzrušenie.”⁹ Týmto spôsobom si diváci mysleli, že to bolo magické predstavenie. Tieto nadprirodzené schopnosti sú nazývané “mágiou,” pretože sa nepoužívajú na zušľachtovanie ľudského tela, ale na predvádzanie kúziel a zabávanie javiskovými vystúpeniami. Na nízkej úrovni, môže qigong zmeniť stav ľudského tela, a dosiahnuť ciele liečenia a telesnej zdatnosti. Na vyššej úrovni sa qigong vzťahuje na kultiváciu *benti*.¹⁰

2. Qi a gong

Qi,¹¹ o ktorej teraz hovoríme, nazývali dávni ľudia *chi*. Vo svojej podstate sú rovnaké, keďže obidve sa vzťahujú na tú istú vec, a to qi vesmíru – beztvary, neviditeľný druh látky prenikajúcej celý vesmír. “Qi” sa nevzťahuje na vzduch. Prostredníctvom kultivácie, bude aktivovaná energia tejto látky v ľudskom tele, čím je zmenený fyzický stav tela, s výsledkami liečenia a dosiahnutia telesnej zdatnosti. Avšak qi je iba qi – vy máte qi, on má qi, a qi jedného nemôže mať obmedzujúci účinok na qi druhého. Niektorí hovoria, že qi môže vyliečiť chorobu, alebo že

⁹ “Znalci sledujú triky, laici sledujú vzrušenie.” – čínske príslovie.

¹⁰ *benti* – jedincovo fyzické telo a telá v ostatných dimenziách; “pravá bytosť.”

¹¹ *qi* (či) – v čínskej kultúre sa verí, že je to “vitálna energia”; ale v porovnaní s gongom je to nižšia forma energie.

môžete vyslať k niekomu qi a vyliečiť jeho chorobu. Tieto poznámky sú veľmi nevedecké, pretože qi v žiadnom prípade nemoc vyliečiť nemôže. Keď žiakovo telo stále ešte vlastní qi, znamená to, že jeho telo ešte nie je Mliečno-Biele Telo. Čiže, stále môže mať chorobu.

Človek, ktorý vďaka praktizovaniu vlastní pokročilé schopnosti, nevyžaruje qi. Namiesto nej vyžaruje vysokoenergetický zväzok. Toto je vysokoenergetická látka, ktorá sa prejavuje vo forme svetla, s jemnými čiastočkami a vysokou hustotou. Toto je gong. Iba gong má umierňujúci účinok na svetských ľuďoch, a iba gong môže liečiť ich neduhy. Hovorí sa, “Buddhovo svetlo svieti všade a napravuje všetky odchýlky.” Znamená to, že tí čo praktizujú opravdivú kultiváciu, nesú nesmiernu energiu vo svojich telách. Všade kadiaľ takýto človek prejde, akákoľvek nesprávnosť v oblasti pokrytej jeho energiou môže byť opravená a navrátená do normálneho stavu. Napríklad, choroba v tele je skutočne nenormálny telesný stav, a choroba zmizne potom, ako sa tento stav napraví. Povedané ešte jednoduchšie, gong je energia. Gong má fyzické vlastnosti; praktizujúci môžu, pomocou kultivácie, zažiť a precítiť jeho existenciu.

3. Energetický potenciál a nadprirodzené schopnosti

(1) Energetický potenciál sa vyvinie kultiváciou *xinxingu*¹²

Gong, ktorý naozaj určuje úroveň energetického potenciálu človeka, sa nevyvinie praktizovaním cvičení. Vyvíja sa premenou látky *de*,¹³ a kultiváciou *xinxingu*. Tento proces premeny sa nedosiahne “pripravením téglíka¹⁴ a pece ku kultivovaniu *danu*¹⁵ z nazbieraných liečiv,”¹⁶ ako si to predstavujú svetskí ľudia. Gong, o ktorom tu hovoríme, sa vytvára zvonka tela, a začína od spodnej časti tela. Nasledujúc zlepšovanie *xinxingu*, gong rastie dohora vo forme špirály, pričom celé formovanie sa uskutočňuje zvonka nášho tela. Keď dosiahne temeno hlavy, vyvinie sa do energetického stĺpa. Výška energetického stĺpa určuje úroveň gongu človeka. Energetický stĺp existuje v hlboko skrytej dimenzii, preto ho priemerný človek ťažko uvidí.

Nadprirodzené schopnosti sú zosilňované energetickým potenciálom. Čím vyšší je energetický potenciál a čím vyššia je úroveň človeka, tým väčšie sú jeho nadprirodzené schopnosti a tým ľahšie je ich použitie. Ľudia s nižším energetickým potenciálom majú slabšie nadprirodzené schopnosti; zistia, že je ťažšie ich použiť, a niektoré sú úplne nepoužiteľné. Nadprirodzené schopnosti samé o sebe neurčujú ani úroveň energetického potenciálu, ani úroveň kultivácie. Nie nadprirodzené schopnosti, ale energetický potenciál určuje úroveň človeka. Niektorí ľudia kultivujú v “zamknutom” spôsobe, v ktorom je ich energetický potenciál veľmi vysoký, ale oni nemôžu predviesť veľa nadprirodzených schopností. Energetický potenciál je rozhodujúci činiteľ, a vyvinie sa kultiváciou *xinxingu*. Toto je najrozhodujúcejšie.

(2) Praktizujúci neusilujú o nadprirodzené schopnosti

Všetci žiaci majú záujem o nadprirodzené schopnosti. V spoločnosti, sú nadprirodzené schopnosti prítiažlivé a mnoho ľudí chce niektoré získať. Avšak bez dobrého *xinxingu*, nebude človek schopný získať tieto nadprirodzené schopnosti.

¹² *xinxing* (šin-šing) – povaha mysle alebo srdca; morálny charakter.

¹³ *de* – “cnosť” alebo “zásluha”; biela látka.

¹⁴ *téglík* – žiaruvzdorná nádoba na tavenie.

¹⁵ *dan* – vnútorný elixír v žiakovom tele, energetický zhluk nazbieraný z iných dimenzií.

¹⁶ taoistická metafora pre proces vnútornej alchymie.

Niektoré nadprirodzené schopnosti môžu mať aj svetskí ľudia, vrátane otvoreného Tretieho Oka,¹⁷ jasnosluchu, telepatie, predvídania budúcnosti, atď. Ale nie všetky z týchto nadprirodzených schopností sa objavia počas etapy postupného osvietenia, keďže sú u každého jedinca rôzne. Je nemožné, aby svetskí ľudia mali určité nadprirodzené schopnosti, ako napríklad schopnosť premeny jedného druhu látky v tejto fyzickej dimenzii na iný druh látky – toto nie je niečo, čo svetskí ľudia môžu mať. Veľké nadprirodzené schopnosti sa vyvinú len pomocou kultivácie po narodení. Falun Gong bol vyvinutý na základe princípov vesmíru, preto všetky nadprirodzené schopnosti, ktoré existujú vo vesmíre, existujú vo Falun Gongu. Všetko závisí na tom, ako sa praktizujúci kultivujú. Myšlienka na získanie nejakých nadprirodzených schopností sa nepovažuje za nesprávnu. Avšak, nadmerné intenzívne úsilie je viac ako normálna myšlienka, a privedie záporné výsledky. Nie je to takmer k žiadnemu použitiu, ak človek získa nadprirodzené schopnosti na nízkej úrovni, s výnimkou toho, že by ich skúšal použiť na predvádzanie svojich schopností pred svetskými ľuďmi, a stať sa silnejším spomedzi nich. Ak ide o tento prípad, značí to presne to, že jeho xinxing nie je vysoký a preto je správne nedať takémuto človeku nadprirodzené schopnosti. Ak sa dajú ľuďom s nedobrym xinxingom, niektoré nadprirodzené schopnosti môžu byť použité na konanie zlých skutkov. Pretože xinxing týchto ľudí nie je pevný, nie je žiadna záruka, že nespravia niečo nedobré.

Z iného pohľadu, akékoľvek nadprirodzené schopnosti, ktoré môžu byť ukázané alebo predvádzané, nemôžu meniť ľudskú spoločnosť alebo pozmeniť normálny spoločenský život. Naozajstné nadprirodzené schopnosti na vysokej úrovni nie je dovolené predvádzat', pretože účinok a nebezpečie by bolo príliš veľké; napríklad nikto nebude nikdy predvádzat' zbúranie veľkej budovy. Okrem ľudí so špeciálnym poslaním, nie je veľké nadprirodzené schopnosti dovolené použiť, a nesmú sa ani prezrádzať; pretože sú pod kontrolou majstrov na vysokých úrovniach.

Napriek tomu, niektorí svetskí ľudia naliehajú na majstrov qigongu, aby spravili predstavenie, nútiac ich ukázať svoje nadprirodzené schopnosti. Ľudia s nadprirodzenými schopnosťami ich nie sú ochotní použiť na predstavenie, pretože ich majú zakázané odhaliť; ich predvádzanie by malo dopad na stav celej spoločnosti. Ľudia, ktorí skutočne vlastnia veľké de, nemajú povolené používať svoje nadprirodzené schopnosti na verejnosti. Niektorí majstri qigongu sa počas prezentácie cítia hrozne, a po skončení je im do plaču. Nenúťte ich robiť predstavenia! Je pre nich sužujúce odhaľovať tieto veci. Jeden študent mi priniesol časopis. Cítil som znechutenie, len čo som ho začal čítať. Spomínalo sa v ňom, že sa uskutoční medzinárodná qigongová konferencia. Ľudia s nadprirodzenými schopnosťami sa môžu zúčastniť súťaže, a ktokoľvek má najväčšie nadprirodzené schopnosti môže ísť na samotnú konferenciu. Keď som to dočítal, cítil som nevoľnosť niekoľko dní. Nadprirodzené schopnosti nepatria medzi veci, ktoré môžu byť verejne predvádzané kvôli súťaženiu – ukazovať ich verejnosti je poľutovaniahodné. Svetskí ľudia sa sústreďujú na praktické veci v pozemskom svete, ale majstri qigongu musia mať svoju dôstojnosť.

Čo je motívom chcieť nadprirodzené schopnosti? Odráža to žiakovu sféru mysle a jeho usilovania. Nie je pravdepodobné, že s nečistým usilovaním a s nespoľahlivou mysl'ou bude mať veľké nadprirodzené schopnosti. Je to preto, že predtým ako ste úplne osvietení, to čo považujete za dobré alebo zlé je založené iba na normách tohto sveta. Nedokážete vidieť ani pravú podstatu vecí, ani karmické vzťahy medzi nimi. Bojovanie, karhanie, a tyranizovanie medzi ľuďmi je nutne zapríčinené karmickými vzťahmi. Ak ich nedokážete vnímať, môžete spôsobiť viac problémov ako pomôcť. Vďačnosť a nenávisť, správne a nesprávne medzi

¹⁷ Tretie Oko – nazývané aj “nebeské oko”; tento pojem (*tianmu*) sa môže vzťahovať na systém Tretieho Oka alebo na určitú časť tohto systému, ako je napríklad epifýza.

svetskými ľuďmi je riadené zákonmi tohto sveta; praktizujúci by sa nemali starať o tieto veci. Predtým, ako dosiahnete úplné osvietenie, to čo vidíte svojimi očami nemusí byť nevyhnutne pravda. Keď jeden človek udrie druhého, mohlo byť, že si vyrovnávajú svoje karmické účty. Vaša účasť môže prekážať ich urovnaniu. Karma je typ čiernej látky, ktorá obklopuje ľudské telo. Má fyzickú existenciu v inej dimenzii, ktorá sa môže premeniť na chorobu a nešťastia.

Každý vlastní nadprirodzené schopnosti, ide o to vyvinúť a zosilniť ich neustálou kultiváciou. Ak sa, ako praktizujúci, človek usiluje iba o nadprirodzené schopnosti, je krátkozraký a nečistej mysle. Bez ohľadu načo ich chce, jeho usilovanie obsahuje prvky sebeckta, ktoré určite budú brániť kultivácii. Dôsledkom toho nikdy nezíska nadprirodzené schopnosti.

(3) Zaobchádzanie s energetickým potenciálom

Niektorí žiaci nepraktizovali veľmi dlho, ale už chcú liečiť choroby druhých aby videli účinnosť. Vy, ktorých energetický potenciál nie je vysoký, keď vystriete ruku a skúsíte to, absorbujete do svojho vlastného tela veľké množstvo čiernej, nezdravej, a špinavej qi, ktorá existuje v pacientovom tele. Keďže nemáte schopnosť ubrániť sa nezdravej qi, a navyše, vašmu telu chýba ochranný kryt, vytvoríte s pacientom jedno spoločné pole; bez vysokého energetického potenciálu, sa nemôžete brániť proti nezdravej qi. Výsledkom je, že vy sami budete mať veľmi mnoho nepohodlia. Ak sa o vás nikto nestará, o nejaký čas nazhromaždíte chorobu po celom tele. Preto človek, ktorému chýba vysoký energetický potenciál, by nemal liečiť chorobu iných. Iba osoba, ktorá si už vypestovala nadprirodzené schopnosti a má určitú úroveň energetického potenciálu, môže liečiť chorobu použitím qigongu. Ak si aj niektorí ľudia vypestovali nadprirodzené schopnosti a sú schopní liečiť nemoc, keď sú na veľmi nízkej úrovni, v skutočnosti používajú nazbieraný energetický potenciál – svoju vlastnú energiu – na liečenie choroby. Keďže gong je energia aj inteligentná bytosť, ktorú nie je jednoduché nazbierať, vysielat' gong vlastne znamená ochudobňovať sa oň. Vaše uvoľňovanie gongu je sprevádzané skracovaním a ochudobňovaním energetického stĺpa nad vašou hlavou. To v žiadnom prípade nemá cenu. Takže neschvaľujem liečenie choroby druhých ľudí, keď váš energetický potenciál nie je vysoký. Nech použijete akékoľvek metódy, stále budete spotrebovávať svoju vlastnú energiu.

Keď energetický potenciál dosiahne určitú úroveň, objavia sa všetky druhy nadprirodzených schopností. Musíte byť veľmi opatrní, keď používate tieto nadprirodzené schopnosti. Napríklad, človek musí použiť svoje Tretie Oko, ak sa otvorilo, pretože sa zavrie, ak ho nikdy nepoužije. Nemal by sa však cezeň pozerat' často. Keď sa cezeň pozerá príliš často, vypustí sa príliš mnoho energie. Znamená to teda, že by ho nikdy nemal použiť? Samozrejme nie. Keby sme ho nikdy nepoužili, aký je dôvod našej kultivačnej praxe? Otázka je, kedy ho použiť. Smiete ho používať iba vtedy, keď ste sa kultivovali do určitej úrovne a máte schopnosť sa doplniť. Keď žiak Falun Gongu dosiahne určitú úroveň, Falun dokáže automaticky premieňať a dopĺňať gong, nech ho človek vypustí akokoľvek veľa. Falun automaticky udržuje u žiakov úroveň energetického potenciálu, a gong sa nikdy nezmenší. Toto je vlastnosť Falun Gongu. Kým sa nedosiahne tento bod, nesmú sa nadprirodzené schopnosti používať.

4. Tretie oko

(1) Otvorenie Tretieho Oka

Hlavný priechod Tretieho Oka je umiestnený medzi stredom čela a bodom *shangen*.¹⁸ Spôsob, akým svetskí ľudia vidia predmety holými očami dodržiava rovnaký princíp, akým snímame obrazy kamerou. Podľa vzdialenosti predmetu a intenzity svetla, sa upraví veľkosť šošovky a zrenice; obrazy sa tvoria pomocou optických nervov na epifýze umiestnenej v zadnej časti mozgu. Nadprirodzená schopnosť “prenikavého zraku” je jednoducho schopnosť epifýzy pozerat’ sa priamo von cez Tretie Oka. Tretie Oka priemerného človeka je zatvorené, pretože otvor hlavného priechodu je veľmi úzky a tmavý. Vnútri nie je žiadna esenciálna qi, žiadne osvetlenie. Niektorí ľudia majú priechody zablokované, a preto nemôžu vidieť.

Aby sme otvorili Tretie Oka, po prvé, použijeme buď vonkajšiu silu alebo samozušľacht’ovanie, aby sme otvorili priechod. Tvar priechodu je u každého iný, od oválneho po kruhový, od kosoštvorcového po trojuholníkový. Čím lepšie praktizujete, tým sa priechod stane okrúhlejší. Po druhé, majster vám dá oko; pokiaľ sa kultivujete samostatne, musíte si ho vypestovať sami. Po tretie, v mieste vášho Tretieho Oka musíte mať esenciálnu qi.

Obvykle vidíme predmety našimi dvoma očami, a sú to práve tieto dve oči, ktoré blokujú náš kanál do ostatných dimenzií. Fungujú ako štít, takže môžeme vidieť iba tie predmety, ktoré existujú v našej fyzickej dimenzii. Otvorenie Tretieho Oka umožňuje človeku vidieť bez použitia týchto dvoch očí. Keď dosiahnete veľmi vysokú úroveň, môžete si vypestovať aj tzv. Skutočné Oka. Potom môžete vidieť buď Skutočným Okom v Treťom Oku alebo Skutočným Okom v bode *shangen*. Podľa Buddhovskej Školy, každý telesný pór je oko – oči sú všade po tele. Podľa Školy Tao, každý akupunktúrny bod je oko. Hlavný priechod sa však nachádza v Treťom Oku a musí byť otvorený ako prvý. V triede do každého z vás zasadím veci, ktoré môžu otvoriť Tretie Oka. Pretože ľudia majú rozdielne fyzické vlastnosti, sú výsledky rôzne. Niektorí ľudia vidia tmavú dieru podobnú hlbokú studni, čo značí, že priechod Tretieho Oka je tmavý. Iní vidia biely tunel. Tretie Oka sa začína otvárať, ak sú predmety viditeľné vpredu. Niektorí vidia otáčajúce sa objekty; to sú tie, ktoré zasadil Majster¹⁹ na otvorenie Tretieho Oka. Akonáhle bude Tretie Oka prevrátené, budete môcť vidieť. Niektorí ľudia môžu cez svoje Tretie Oka vidieť veľké oko, a myslia si, že je to Buddhovo oko. V skutočnosti, je to ich vlastné oko. Sú to zvyčajne ľudia s pomerne dobrými vrozenými vlastnosťami.

Podľa našich štatistík, vždy keď usporiadame sériu prednášok, viac ako polovici účastníkom sa otvorí Tretie Oka. Po otvorení Tretieho Oka môže vzniknúť ten problém, že človek ktorého *xinxing* nie je vysoký, môže ľahko použiť Tretie Oka na konanie nedobrych vecí. Aby som zabránil tomuto problému, otvorím vaše Tretie Oka priamo na úroveň Zraku Múdrosti – inými slovami, na pokročilú úroveň, čo vám umožní priamo vidieť scény z iných dimenzií a vidieť veci, ktoré sa objavujú počas kultivácie, takže im budete môcť veriť. To posilní vašu dôveru v kultiváciu. *Xinxing* ľudí, ktorí práve začali praktizovať, nedosiahol ešte úroveň nadprirodzených ľudí. Takže hneď ako vlastnia nadprirodzené veci, majú sklon vykonať niečo nesprávne. Dám vám žartovný príklad: Ak pôjdete po ulici a natrafíte na nejakú lotériu, mohli by ste odísť s prvou cenou. To vysvetľuje tento bod, a to nie je dovolené. Ďalším dôvodom je to, že my otvárame Tretie Oka pre veľké množstvo ľudí. Predpokladajme, že Tretie Oka každého by bolo otvorené na nízkej úrovni: Len si predstavte, že by každý mohol vidieť cez ľudské telo, alebo

¹⁸ bod *shangen* (šan-gen) – akupunktúrny bod nachádzajúci sa medzi obočím.

¹⁹ Majster – (nazývaný aj Učiteľ) úctivé oslovenie učiteľa v Číne.

vidieť predmety za stenami – mohli by sme to ešte nazývať ľudskou spoločnosťou? Ľudská spoločnosť by bola vážne narušená, takže to nie je ani prípustné, ani dosiahnuteľné. Navyše, by to našim žiakom neprinieslo nič dobré, a iba by to podporilo ich pripútanosti. Preto vám neotvoríme Tretie Oko na nízkej úrovni. Namiesto toho, ho otvoríme priamo na vyššej úrovni.

(2) Úrovne Tretieho Oka

Tretie Oko má rôzne úrovne. Na základe svojej úrovne vidí rôzne dimenzie. Podľa buddhizmu existuje päť úrovní: Telesný Zrak, Nebeský Zrak, Zrak Múdrosti, Zrak Zákona, a Buddhov Zrak. Každá z týchto úrovní sa delí na horné, stredné a dolné úrovne. Na alebo pod úrovňou Nebeského Zraku môže pozorovať iba náš materiálny svet. Iba na alebo nad Zrakom Múdrosti bude schopné vidieť iné dimenzie. Tí, ktorí majú nadprirodzenú schopnosť prenikavého zraku môžu vidieť veci presne, s lepšou jasnosťou ako CT snímok. Avšak to čo môžu vidieť, je stále iba v našom materiálnom svete a neprekročí to dimenziu, v ktorej existujeme; nepovažuje sa to za dosiahnutie pokročilej úrovne Tretieho Oka.

Úroveň Tretieho Oka je určená množstvom esenciálnej qi človeka, ako aj šírkou, jasnosťou, a stupňom zablokovanosti hlavného priechodu. Vnútoraná, esenciálna qi je kritická pri určovaní, ako úplne sa Tretie Oko môže otvoriť. Obzvlášť jednoduché je otvoriť Tretie Oko deťom do šesť rokov. Ani sa nemusím namáhať použiť svoju ruku. Otvorí sa, akonáhle začnem rozprávať, pretože deti prijali málo negatívnych vplyvov z nášho fyzického sveta a nedopustili sa žiadnych zlých skutkov. Ich esenciálna qi je dobre uchovaná. U detí vo veku nad šesť rokov, je stále ťažšie otvoriť ich Tretie Oko, a to kvôli zvýšeniu vonkajších vplyvov počas ich rastu. Konkrétne, chybná výchova, rozmaznávanie a strata morálky môžu všetky spôsobiť to, že sa esenciálna qi rozptýli. Po dosiahnutí určitého bodu sa úplne vytratí. Tí ľudia, ktorých esenciálna qi je úplne stratená, ju môžu postupne získať späť pomocou kultivácie, stojí to však veľa času a namáhavého úsilia. Esenciálna qi je teda nesmierne cenná.

Neodporúčam, aby Tretie Oko ľudí bolo otvorené na úrovni Nebeského Zraku, pretože keď je žiakov energetický potenciál nízky, stratí viac energie pozeraním sa na predmety, ako nazhromaždí pomocou kultivácie. Ak sa stratí príliš veľa esenciálnej energie, Tretie Oko sa môže opäť zavrieť. Keď sa už raz zavrie, nebude ľahké ho otvoriť znova. Preto, keď ľuďom otváram Tretie Oko, zvyčajne ho otvorím na úrovni Zraku Múdrosti. Nezáleží na tom, aké jasné alebo nejasné je ich videnie, kultivujúci budú môcť vidieť objekty v iných dimenziách. Oplyvnení vrodennými vlastnosťami, môžu niektorí vidieť jasne, niektorí vidia veci prerušovane, a iní vidia nejasne. Avšak, prinajmenšom, budete schopní vidieť svetlo. To prospieva žiakovmu postupu k vyšším úrovniam. Tí, ktorí nemôžu vidieť jasne, to budú schopní napraviť pomocou kultivácie.

Ľudia, ktorí majú menej esenciálnej qi, vidia obrazy cez svoje Tretie Oko iba čiernobielo. Tretie Oko tých, ktorí majú esenciálnej qi relatívne viac, bude schopné vidieť scény farebne a v jasnejších tvaroch. Čím viac esenciálnej qi, tým lepšia jasnosť. Každý jedinec je však iný. Niektorí ľudia sa narodia s otvoreným Tretím Okom, zatiaľ čo iní ho môžu mať tesne zapchaté. Keď sa Tretie Oko otvára, podobá sa to rozkvitaniu kvetiny, otvárajúcej vrstvu po vrstve. Počas meditácie v sede najprv objavíte v oblasti Tretieho Oka osvetlenie. Spočiatku nie je osvetlenie príliš jasné, pričom neskôr sa zmení na červené. Niektorí ľudia majú Tretie Oko veľmi tesne zavreté, takže ich počiatkové reakcie môžu byť pomerne silné. Budú cítiť napínanie svalov okolo hlavného priechodu a bodu shangen, akoby boli stláčané a vŕhované dovnútra. Začnú cítiť akoby opuchnutie a bolesť čela a spánkov, čo sú všetko sprievodné reakcie pri otváraní Tretieho Oka. Ľudia, ktorých Tretie Oko sa otvorí ľahko, môžu príležitostne vidieť určité veci. Počas mojich tried sa vyskytli ľudia, ktorí náhodne uvideli moje Telá Zákona. Keď sa snažia

pozerat' zámerne, stratí sa to, pretože potom v skutočnosti používajú svoje telesné oči. Keď vidíte niektoré veci so zatvorenými očami, pokúste sa ostať v tomto stave, a postupne budete vidieť veci jasnejšie. Keď chcete pozorovať podrobnejšie, v skutočnosti prepnete na vaše vlastné oči a použijete optické nervy. Potom nebudete schopní vidieť nič.

Dimenzie rozoznávané pomocou Tretieho Oka sú rôzne v závislosti od úrovne Tretieho Oka. Niektoré vedecké výskumné oddelenia nedokážu porozumieť tomuto princípu, čo u niektorých qigongových experimentov zabránilo dosiahnutiu očakávaných výsledkov. Tu a tam sa u niektorých pokusov dokonca dospelo k opačným záverom. Napríklad, jeden ústav navrhol metódu na testovanie nadprirodzených schopností. Žiadali majstrov qigongu, aby sa poďivali na obsah zapečatenej krabice. Pretože úrovne ich Tretieho Oka boli rôzne, nie všetky ich odpovede boli rovnaké. Kvôli tomu výskumníci považovali Tretie Oko za nepravý a klamlivý pojem. Väčšinou dosahujú v týchto pokusoch lepšie výsledky ľudia s Tretím Okom otvoreným na nižšej úrovni, pretože ich Tretie Oko je otvorené na úrovni Nebeského Zraku – úrovni, ktorá je vhodná iba na pozorovanie predmetov v tejto fyzickej dimenzii. Takže ľudia, ktorí nerozumejú Tretiemu Oku si myslia, že títo ľudia majú najväčšie nadprirodzené schopnosti. Všetky objekty, organické alebo anorganické, sa v rôznych dimenziách prejavuje v rôznych tvaroch a formách. Napríklad, hneď ako sa vyrobí pohár, vznikne v inej dimenzii inteligentná bytosť. Navyše, pred vznikom tejto bytosti mohla byť niečím iným. Keď je Tretie Oko na najnižšej úrovni, človek vidí pohár. Na vyššej úrovni uvidí bytosť, ktorá existuje v tej inej dimenzii. Na ešte vyššej úrovni uvidí formu hmoty, ktorá existovala pred vznikom tejto inteligentnej bytosti.

(3) Videnie na diaľku

Po otvorení Tretieho Oka, sa u niektorých objaví nadprirodzená schopnosť videnia na diaľku, a budú schopní vidieť objekty vzdialené tisíce míľ. Každý jedinec okupuje svoj určitý vlastný priestor. V tomto priestore je taký veľký ako vesmír. V tomto jeho konkrétnom priestore má pred svojím čelom zrkadlo, v našej dimenzii je však neviditeľné. Každý má toto zrkadlo, ale zrkadlo nepraktizujúcich smeruje dovnútra. U kultivujúcich, sa toto zrkadlo postupne otáča. Keď sa raz otočí, môže toto zrkadlo zobraziť to, čo chce žiak vidieť. V jeho konkrétnom priestore je dosť veľký – jeho telo je pomerne veľké. Tak isto aj jeho zrkadlo. Čokoľvek chce praktizujúci vidieť, môže byť odrazené na toto zrkadlo. Avšak aj keď už zrkadlo zachytilo obraz, nemôže ho ešte vidieť; obraz by mal zostať na zrkadle na zlomok sekundy. Zrkadlo sa potom otočí naspäť. Potom čo vám umožnilo vidieť odrazené predmety, opäť sa otočí. Bude sa preklápať veľmi rýchlo, neustále dopredu a dozadu. Filmy sa pohybujú 24 obrázkov za sekundu, čo vytvára plynulý pohyb. Rýchlosť, ktorou sa preklápa zrkadlo je oveľa väčšia, preto sa obrázky zdajú byť plynulé a jasné. Toto je videnie na diaľku – princíp videnia na diaľku je takto jednoduchý. Toto bývalo veľmi tajné, pritom ja som to odhalil na pár riadkoch.

(4) Dimenzie

Z našej perspektívy sú dimenzie veľmi zložité. Ľudstvo pozná iba dimenziu, v ktorej práve žijú ľudské bytosti, pričom iné dimenzie zatiaľ neboli skúmané alebo objavené. Čo sa týka iných dimenzií, my majstri qigongu sme už videli tucty úrovni dimenzií. Tieto môžu byť tiež teoreticky vysvetlené, ale ostávajú nedokázané vedou. Určité veci, aj keď si nepripúšťate ich existenciu, sa skutočne zobrazili do našej dimenzie. Napríklad, existuje miesto zvané Bermudský Trojuholník, alebo aj tzv. "diabolský trojuholník." V tejto oblasti sa stratilo niekoľko lodí a lietadiel, ktoré sa znovu objavili po niekoľkých rokoch. Nikto nemôže vysvetliť prečo. Nikto sa nedostal za obmedzenia ľudských myšlienok a teórií. V skutočnosti, Trojuholník

je priechod do inej dimenzie. Na rozdiel od našich obvyklých dverí s presne stanovenými pozíciami, tieto ostávajú v nepredvídateľnom stave. Ak loď náhodou vstúpi do týchto dverí, keď sú práve otvorené, môže ľahko prejsť do inej dimenzie. Ľudské bytosti nedokážu vnímať rozdiely medzi dimenziami, a vstúpia do inej dimenzie okamžite. Časopriestorový rozdiel medzi tou dimenziou a našou dimenziou nemôže byť vyjadrený v míľach – vzdialenosť tisícok míľ tu môže byť obsiahnutá v jednom bode, čiže môžu existovať na tom istom mieste v tom istom čase. Loď na chvíľu vhupne dovnútra, a potom sa zase náhodne vráti späť. Ale v tomto svete medzitým prešli desaťročia, pretože v týchto dvoch dimenziách je odlišný čas. Okrem toho, v každej dimenzii existujú zjednotené svety. Tu je podobnosť s našimi modelmi atómových štruktúr, kde je jedna guľa pomocou reťazca pripojená k druhej, zahŕňajúcimi mnoho gúl a reťazcov, čo je veľmi zložitá.

Štyri roky pred 2. svetovou vojnou vykonával svoju misiu jeden britský pilot. Uprostred letu sa dostal do silnej búrky. Vďaka svojim skúsenostiam sa mu podarilo nájsť opustené letisko. V tom momente, ako sa letisko objavilo pred jeho očami, sa mu naskytl úplne iný pohľad: bolo zrazu slnečno a bez oblakov, akoby sa práve vynoril z iného sveta. Lietadlá na letisku už mali žltú farbu, zatiaľ čo ľudia boli zaneprázdnení záležitosťami na zemi. Cítil sa veľmi divne. Potom čo pristál, ho nikto nebral na vedomie; dokonca ani radarová veža sa s ním nespojila. Pilot sa rozhodol odísť, keďže obloha sa vyjasnila. Opäť letel, a keď bol v tej istej vzdialenosti, v ktorej videl letisko pred chvíľou, opäť sa vnoril do búrky. Nakoniec sa mu podarilo dostať sa späť. Oznamoval túto udalosť, a dokonca ju zapísal do letového záznamu. Ale jeho nadriadený mu neveril. O štyri roky vypukla 2. svetová vojna, a on bol presunutý na to opustené letisko. Okamžite si spomenul, že pred štyrmi rokmi videl presne tú istú scénu. Každý z nás majstrov qigongu vie ako to vysvetliť. Vykonal tú istú vec štyri roky predtým, ako by ju bol urobil neskôr. Než ten prvý dej začal, šiel tam a hral svoju úlohu v predstihu, a potom sa vrátil do správneho poradia.

5. Qigongové liečenia a nemocničné liečenia

Z teoretického hľadiska, sú qigongové liečenia úplne odlišné od liečení poskytovaných v nemocniciach. Západné liečenia využívajú metódy bežnej ľudskej spoločnosti. Napriek prostriedkom, akými sú laboratórne skúšky a röntgenové vyšetrenia, tieto dokážu pozorovať iba zdroje choroby v tejto dimenzii, a nemôžu vidieť informáciu, ktorá existuje v iných dimenziách. Preto nedokážu pochopiť príčinu nemoci. Ak nie je pacient vážne chorý, liečivá môže odstrániť alebo odohnať pôvod choroby (za ktorý západní doktori považujú vírus, a qigong karmický dlh). V prípade, že choroba je vážna, bude liek neúčinný. Ak sa jeho dávka zvýši, človek to nemusí byť schopný zniesť. Nie všetky choroby sú obmedzené zákonmi tohto sveta, a niektoré choroby sú veľmi vážne, presahujúce obmedzenia tohto sveta, a výsledkom je, že nemocnice ich nie sú schopné liečiť.

Čínska medicína je tradičná lekárska veda v našej krajine. Je neoddeliteľná od nadprirodzených schopností vyvinutých kultiváciou ľudskeho tela. Dávni ľudia venovali mimoriadnu pozornosť kultivácii ľudskeho tela. Konfuciánska škola, Škola Tao, Buddhovská Škola, a dokonca aj študenti konfucianizmu, všetci prikladali dôležitosť meditácii. Meditácia v sede bola považovaná za schopnosť. Hoci nepraktizovali cvičenie, po čase si takisto vypestovali energetický potenciál a nadprirodzené schopnosti. Prečo čínska akupunktúra tak jasne zistila meridiány²⁰ v ľudskom tele? Prečo akupunktúrne body nie sú prepojené vodorovne? Prečo sa nepretínajú, a prečo sú prepojené zvislo? Prečo boli zmapované s takou presnosťou? Moderní

²⁰ meridián – energetický kanál v ľudskom tele.

Ľudia s nadprirodzenými schopnosťami môžu svojimi očami vidieť tie isté veci, ktoré boli vyobrazené čínskymi doktormi. Je to preto, že dávni čínski lekári mali vo všeobecnosti nadprirodzené schopnosti. V čínskej histórii, Li Shizhen, Sun Simiao, Bian Que, a Hua Tuo²¹ boli všetci v skutočnosti majstrami qigongu s nadprirodzenými schopnosťami. Čínska medicína, tak ako bola odovzdávaná do dnešných dní, stratila časť, ktorá bola spojená s nadprirodzenými schopnosťami a zachovali sa iba techniky liečenia. V minulosti, čínski lekári používali na diagnostiku chorôb oči (s nadprirodzenými schopnosťami). Neskôr vyvinuli aj metódu zisťovania pulzu. Keby sa k čínskym metódam liečby naspäť dodali nadprirodzené schopnosti, dalo by sa povedať, že západná medicína nebude schopná dobehnúť čínskych doktorov ani za veľa rokov.

Qigongová liečba odstraňuje pôvodnú príčinu choroby. Ja považujem chorobu za jeden druh karmy; liečenie choroby znamená pomôcť zmenšiť karmu. Niektorí majstri qigongu liečia chorobu tak, že pomáhajú pacientovi vypustiť čiernu qi použitím metódy vypúšťania a doplňovania qi. Na veľmi nízkej úrovni títo majstri vypúšťajú čiernu qi, avšak nepoznajú pôvodnú príčinu čiernej qi. Táto čierna qi sa vráti a choroba opäť prepukne. Pravda je taká, že táto čierna qi nie je príčinou choroby – existencia čiernej qi iba prináša pacientovi nepohodlie. Pôvodnou príčinou jeho choroby je inteligentná bytosť, ktorá existuje v inej dimenzii. Veľa majstrov qigongu to nevie. Keďže táto inteligentná bytosť je veľmi mocná, priemerní ľudia sa jej nemôžu dotknúť, ani sa neodvážia. Liečenie Falun Gongom sa sústreďuje na a začína touto inteligentnou bytosťou, čím sa odstraňuje pôvodná príčina choroby. Okrem toho sa do postihnutej oblasti vloží ochranný štít, aby tam choroba nebola schopná v budúcnosti vtrhnúť opäť.

Qigong dokáže liečiť choroby, avšak nemôže zasahovať do stavu ľudskej spoločnosti. Keby sa používal vo veľkom meradle, narušil by pomery bežnej ľudskej spoločnosti, čo nie je dovolené; ani jeho liečebné účinky by neboli dobré. Ako všetci viete, niektorí ľudia si otvorili qigongové diagnostické kliniky, qigongové nemocnice, a qigongové zotavovne. Predtým, ako otvorili tieto podniky, úspešnosť ich liečení mohla byť dobrá. Akonáhle založili podnik na liečenie chorôb, účinnosť prudko poklesla. To znamená, že ľudia majú zakázané používať nadprirodzené zákony na plnenie funkcií bežnej ľudskej spoločnosti. Tým sa ich účinnosť určite zníži na takú nízku úroveň, ako je princíp bežnej ľudskej spoločnosti.

Použitím nadprirodzených schopností, môže človek pozorovať vnútro ľudského tela vrstvu po vrstve, ako v medicínskych sekciách. Možno vidieť mäkké tkanivá, a akúkoľvek inú časť tela. Aj keď je dnešný počítačový tomograf schopný vidieť veľmi jasne, stále musí byť použitý stroj; je to veľmi náročné na čas, spotrebuje sa veľké množstvo filmu, je veľmi pomalý a drahý. Nie je to také vhodné alebo presné ako ľudské nadprirodzené schopnosti. Zatvorením svojich očí za účelom rýchlej prehliadky, sú majstri qigongu schopní priamo a jasne vidieť akúkoľvek časť pacienta. Nie je to vyspelá technológia? Táto vyspelá technológia je ešte vyspelejšia ako moderná vyspelá technológia. Avšak tento druh schopnosti existoval už v starovekej Číne – bola to vyspelá technológia dávnych dôb. Hua Tuo objavil nádor rastúci v mozgu u Cao Cao²² a chcel ho operovať. Cao Cao to však nedokázal prijať a mylne to pochopil ako spôsob ublížiť mu. Hua Tuo uväznil. Nakoniec, Cao Cao dôsledkom toho zomrel na mozgový nádor. Mnoho veľmi známych čínskych lekárov v minulosti skutočne vlastnilo nadprirodzené schopnosti. V tejto modernej spoločnosti sa však ľudia horlivo usilujú o praktické veci a zabudli na starodávne tradície.

²¹ Li Shizhen (li ši-džen), Sun Simiao, Bian Que (bian-čue), a Hua Tuo (chua-tuo) – veľmi známi doktori z histórie čínskej medicíny.

²² Cao Cao – vládca v jednom z troch kráľovstiev (220 – 265 n.l.).

Naša qigongová kultivácia vysokej úrovne je preskúmanie tradičných vecí, ich zdedenie a vypestovanie pomocou praktizovania, a ich opätovné použitie na úžitok ľudskej spoločnosti.

6. Qigong Buddhovskej Školy a buddhizmus

V tom momente, ako spomeniem qigong Buddhovskej Školy, mnoho ľudí myslí na túto vec: Keďže cieľom Buddhovskej Školy je kultivovať buddhovstvo, začnú si to dávať do súvislosti so záležitosťami buddhizmu. Týmto vážne objasňujem, že Falun Gong je qigong Buddhovskej Školy. Je to spravodlivá, veľká kultivačná cesta, a nemá čo robiť s buddhizmom. Qigong Buddhovskej Školy je qigong Buddhovskej Školy, zatiaľ čo buddhizmus je buddhizmus. Aj keď cieľ kultivácie je rovnaký, ich cesty sú rozdielne. Sú to rôzne školy praktizovania s rôznymi požiadavkami. Spomenul som tu slovo “Buddha,” a spomeniem ho aj neskôr, keď vysvetlím gong na vyšších úrovniach. To slovo samo o sebe nemá žiadne poverčivé významy. Niektorí ľudia sa idú zbláznit, keď počujú slovo “Buddha,” tvrdiac, že propagujeme poveru. Nie je to tak. Buddha bol pôvodne pojem zo sanskritu, pochádzajúci z Indie. Po preklade na základe jeho výslovnosti znel “Fo Tuo”²³ [v Číne]. Ľudia vynechali “Tuo,” a ponechali slovo “Fo.” V čínskom preklade to znamená “osvietený,” človek, ktorý je osvietený.²⁴

(1) Qigong Buddhovskej Školy

V súčasnosti, boli zverejnené dva typy qigongu Buddhovskej Školy. Jeden sa oddelil od buddhizmu, a počas tisícročí svojho vývoja vytvoril mnoho vynikajúcich mníchov. Keď sa vo svojej kultivácii dostali na veľmi pokročilú úroveň, majster na vysokej úrovni ich učí tak, aby mohli prijať osobnú výučbu z vyššej úrovne. V minulosti, sa všetky tieto veci v buddhizme zvykli odovzdávať v jednom čase na jedného žiaka. Až keď sa priblížila jeho smrť, popredný mních odovzdal tieto veci jednému žiakovi, ktorý sa kultivoval podľa buddhistických doktrín, zdokonaľujúc sa celostne. Tento typ qigongu sa zdá byť úzko spojený s buddhizmom. Mnisi boli neskôr vyhnaní z chrámov, hlavne počas obdobia “Veľkej kultúrnej revolúcie.”²⁵ Tieto cvičenia sa rozšírili na verejnosti, kde sa vyvinuli do veľkého počtu.

Ďalší typ qigongu je tiež z Buddhovskej Školy. Po celú históriu, nebol tento typ nikdy časťou buddhizmu. Vždy bol praktizovaný tajne, a to buď medzi ľuďmi alebo hlboko v horách. Všetky tieto praktiky majú svoju jedinečnosť. Vyžadujú si výber dobrého žiaka – niekoho s obrovskou de, ktorý je skutočne schopný kultivácie k pokročilej úrovni. Tento druh človeka sa objaví v tomto svete iba raz za veľa, veľa rokov. Tieto praktiky nemôžu byť zverejnené. Požadujú veľmi vysoký xinxing, a ich gong sa vyvíja veľmi rýchlo. Praktík tohto druhu nie je málo. Rovnako je to aj v Škole Tao. Taoistické qigongy, aj keď všetky patria do Školy Tao, sa ďalej delia na Kunlung, Emei, Wudang, atď. V každej kategórii existujú rôzne podkategórie, ktoré sú jedna od druhej veľmi rozdielne. Nemôžu sa však miešať a praktizovať súčasne.

(2) Buddhizmus

Buddhizmus je systém kultivačnej praxe, ku ktorému sa Šakjamúni²⁶ osvietil v Indii pred viac ako dvetisíc rokmi, založený na jeho pôvodnej kultivácii. Môže byť zhrnutý do troch slov:

²³ Fo Tuo – Buddha.

²⁴ porovnajte s čínskym slovníkom Ci Hai.

²⁵ “Veľká kultúrna revolúcia” – komunistické hnutie v Číne, ktoré odsudzovalo tradičné hodnoty a kultúru (1966 - 1976).

²⁶ Šakjamúni – historický Buddha, Gautama Siddhártha.

prikázanie, samadhi,²⁷ múdrosť. “Prikázanie” je k účelu samadhi. Hoci buddhizmus nehovorí o cvičeniach, v skutočnosti má cvičenia. Buddhisti naozaj praktizujú cvičenie, keď si sadnú a vstúpia do stavu pokoja. Pretože keď sa človek utíši a upokojí svoju myseľ, energia z vesmíru sa začne zhromažďovať niekde v jeho tele, čím sa dosahuje účinok cvičenia. Prikázania v buddhizme slúžia na vzdanie sa všetkých ľudských túžob a opustenie všetkého, k čomu je svetský človek pripútaný. Následkom toho môže mních dosiahnuť stav pokoja a nehybnosti, čo mu umožní vstúpiť do samadhi. V samadhi sa človek neustále zlepšuje, až sa napokon stane osvieteným človekom a dosiahne múdrosť. Potom bude poznať vesmír a bude vidieť pravdu vesmíru.

Počas svojho vyučovania Dharmy robil Šakjamúni každý deň iba tri veci: učil svojich žiakov Dharmu (v prvom rade Dharmu Arhata), nosil misku na zbieranie milodarov (žobranie o jedlo), a zušľachtľoval sa sedením v meditácii. Keď Šakjamúni opustil tento svet, brahmanizmus a buddhizmus proti sebe bojovali. Potom sa tieto dve náboženstvá zlúčili do jedného, nazývaného hinduizmus. Preto buddhizmus v Indii už dnes neexistuje. S neskorším vývojom sa objavil mahajánsky²⁸ buddhizmus, a ten bol rozšírený do čínskeho vnútrozemia a stal sa z neho dnešný [čínsky] buddhizmus. Mahajánsky buddhizmus neuctieva Šakjamúniho ako svojho jediného zakladateľa – je to mnohobuddhovská viera. Verí v množstvo Tathagátov, ako Buddha Amitabha, Buddha Liečiteľ, atď. Je tam viac prikázaní, a cieľ kultivácie sa stal vyšším. Vtedy Šakjamúni učil niekoľkých žiakov Dharmu Bodhisattvy. Neskôr boli tieto učenia reorganizované a vyvinuli sa do dnešného mahajánskeho buddhizmu, ktorý slúži na kultiváciu do ríše Bodhisattvy. V juhovýchodnej Ázii sa do dnešného dňa udržala tradícia hinajánskeho²⁹ buddhizmu, a konajú sa obrady s použitím nadprirodzených schopností. Vo vývojovom procese buddhizmu, jedna škola odbočila do tibetskej oblasti našej krajiny a nazýva sa Tibetský tantrizmus. Ďalšia škola sa rozšírila cez Xinjiang³⁰ do oblasti Han³¹ a nazývala sa Tang tantrizmus (ten zmizol potom, ako bol buddhizmus potlačený počas rokov Huichanga).³² Ďalšia vetva v Indii sa vyvinula do jogy.

V buddhizme sa nevyučujú cvičenia, a nepraktizuje sa ani qigong. To je preto, aby sa uchoval tradičný spôsob buddhistickej kultivácie. To je aj dôležitým dôvodom, prečo sa buddhizmus udržal už viac ako dvetisíc rokov bez zoslabenia. Je to presne preto, že neprijal nič cudzie, že si prirodzene udržal svoju vlastnú tradíciu. V buddhizme sú rozdielne cesty kultivácie. Hinajánsky buddhizmus sa zameriava na vlastné spasenie a zušľachtľovanie samého seba; mahajánsky buddhizmus sa už rozvinul do spasenia seba a ostatných – spasenia všetkých vnímajúcich bytostí.

7. Spravodlivé kultivačné cesty a zlé cesty

(1) Bočné Dvere a Nemotorná Metóda (*Pangmen Zuodao*)

Bočné Dvere a Nemotorná Metóda sa nazýva aj kultivačná prax Qimen.³³ Rôzne qigongové kultivačné metódy existovali ešte pred založením náboženstiev. Sú mnohé praktiky mimo

²⁷ samadhi – “meditácia v tranze” (v buddhizme).

²⁸ Mahajána – “Veľký voz buddhizmu.”

²⁹ Hinajána – “Malý voz buddhizmu.”

³⁰ Xinjiang (šin-čiang) – provincia v severovýchodnej Číne.

³¹ Han – národnostná príslušnosť väčšiny Číňanov.

³² Huichang (chui-čang) – obdobie cisára We Zonga za dynastie Tang (841 – 846 n.l.).

³³ Qimen (čimen) – “nekonvenčná škola”.

náboženstva, ktoré sa rozšírili medzi ľuďmi. Pretože im chýbali systematické teórie, väčšina z nich sa nestala úplnými kultivačnými systémami. Avšak, kultivačná prax Qimen má svoju vlastnú systematickú, kompletnú a neobvykle intenzívnu kultivačnú metódu, a taktiež bola rozšírená medzi ľuďmi. Tieto cvičenia sa často nazývajú Bočné Dvere a Nemotorná Metóda. Prečo majú toto meno? “Pangmen” znamená “bočné dvere”; “Zuodao” znamená “nemotorná metóda.” Ľudia považujú kultivačné metódy Buddhovskej Školy a Školy Tao za priame, a všetky ostatné za Pangmen Zuodao, alebo zlé kultivačné cesty. V skutočnosti to tak nie je. Bočné Dvere a Nemotorná Metóda bola praktizovaná tajne a vždy bol v jednom čase vyučovaný iba jeden žiak. Nie je dovolené ju odhaliť verejnosti. Len čo je vonku, ľudia jej nebudú veľmi dobre rozumieť. Dokonca aj žiaci vyhlasujú, že to nie je ani Buddhovská Škola, ani Škola Tao. Jej kultivačné princípy kladú prísne požiadavky na xinxing. Kultivuje podľa vlastností vesmíru, odporúča vykonávanie láskavých skutkov a chránenie si xinxingu. Všetci vynikajúci majstri tejto školy majú jedinečné schopnosti, a niektoré z ich výnimočných techník sú mocné. Stretol som sa s tromi vynikajúcimi majstrami kultivačného systému Qimen, ktorí ma naučili niektoré veci, ktoré nemožno nájsť ani v Buddhovskej Škole, ani v Škole Tao. Všetky tieto veci sa počas kultivácie dosť ťažko praktizovali, takže vypestovaný gong bol veľmi jedinečný. Naproti tomu, v niektorých takzvaných Buddhovských Školách a Školách Tao prísne xinxingové požiadavky chýbajú, a preto sa ich žiaci nemôžu kultivovať na pokročilú úroveň. Preto by sme sa mali na každú kultivačnú školu pozerat’ objektívne.

(2) Qigong bojových umení

Qigong bojových umení sa zrodil z dlhej histórie. So svojím vlastným úplným systémom teórií a kultivačných metód vytvoril nezávislý systém. Avšak presne povedané, prejavujú sa v ňom iba tie nadprirodzené schopnosti, ktoré sú vytvárané vnútornou kultiváciou na najnižšej úrovni. Všetky nadprirodzené schopnosti, ktoré sa objavia v kultivácii bojových umení, sa objavia aj vo vnútornej kultivácii. Kultivácia bojových umení tiež začína praktizovaním qi. Napríklad, ak žiak bojových umení udiera do skaly, spočiatku potrebuje krúžiť rukami, aby presunul qi. Po čase, jeho qi zmení povahu a stane sa energetickou masou, ktorej existencia sa objaví vo forme svetla. Keď sa dosiahne tento stav, začne gong účinkovať. Keďže gong je vyvinutá látka, je inteligentný. Existuje v inej dimenzii a je ovládaný myšlienkami prichádzajúcimi z mozgu. Keď je [žiak bojových umení] napadnutý, nepotrebuje presúvať qi; stačí len myšlienka a gong sa dostaví. V priebehu kultivácie, sa jeho gong nepretržite zosilňuje, jeho čiastočky sa zjemňujú a jeho energia sa zväčšuje. Objavia sa schopnosti ako “dlaň železného piesku” a “rumelková dlaň.” Vo filmoch, časopisoch, a televízii sa v posledných rokoch objavili schopnosti ako “štít zlatého zvona” a “železná košeľa.” Tieto pramene zo súčasného praktizovania vnútornej kultivácie a kultivácie bojových umení. Pochádzajú z kultivácie vnútorného a vonkajšieho v rovnakom čase. Aby sa kultivoval vnútorne, musí si človek vážiť de a zušľachťovať svoj xinxing. Teoreticky povedané, keď jeho schopnosť dosiahne určitú úroveň, spôsobí vyslanie gongu z vnútra do vonkajška tela. Kvôli svojej vysokej hustote, sa stane ochranným štítom. Čo sa týka princíпов, najväčší rozdiel medzi bojovými umeniami a našou vnútornou kultiváciou spočíva v tom, že bojové umenia sa praktizujú s energickými pohybmi a nevstupuje sa do stavu pokoja. Nebyť pokojný spôsobuje, že qi preteká pod kožou a prechádza cez svaly, namiesto toho, aby vtekala do *dantiana*.³⁴ Preto nekultivujú život, a nie sú toho ani schopní.

³⁴ *dantian* – “pole danu”; elixírové pole v oblasti spodnej časti brucha.

(3) Obrátená kultivácia a požičovanie energie

Niektorí ľudia nikdy nepraktizovali qigong. Potom náhle získajú počas jednej noci gong, s pomerne silnou energiou. Navyše, sú schopní liečiť chorobu druhých. Ľudia ich nazývajú majstrami qigongu, a oni tiež učia druhých. Niektorí z nich, napriek tomu, že nikdy neštudovali qigong, alebo sa len naučili niekoľko z jeho pohybov, učia ľudí veci, ktoré si mierne upravili. Takáto osoba nie je kvalifikovaná byť majstrom qigongu. Nemá čo odovzdať ostatným. To čo učí, sa určite nedá použiť na kultiváciu k vysokej úrovni: prinajlepšom to môže pomôcť odstrániť chorobu a zlepšiť zdravie. Akým spôsobom prichádza tento druh gongu? Najprv si povedzme o obrátenej kultivácii. Všeobecne známe slovné spojenie “obrátená kultivácia” sa vzťahuje na tých dobrých ľudí, ktorí majú mimoriadne vysoký xinxing. Zvyčajne sú starší, napríklad majú viac ako 50 rokov. Nemajú už dostatok času na kultiváciu od začiatku, pretože nie je ľahké stretnúť znamenitých majstrov, ktorí učia [qigongové] cvičenia zušľachtujúce myseľ i telo. V tom okamihu, ako sa chce takýto človek kultivovať, majstri na vysokých úrovniach naňho naložia veľké množstvo energie, podľa základne jeho xinxingu, umožniac mu kultivovať sa obrátene, zhora dole. Týmto spôsobom je to oveľa rýchlejšie. Majstri na vysokých úrovniach vykonávajú premenu vo vzduchu, nepretržite pridávajú osobe energiu zvonka jej tela; najmä vtedy, keď človek lieči a vytvára energetické pole. Energia dodávaná majstrami tečie akoby cez potrubie. Niektorí ľudia dokonca ani nevedia, odkiaľ energia pochádza. Toto je obrátená kultivácia.

Druhý prípad sa nazýva “požičovanie energie,” a toto nie je vekovo obmedzené. Okrem hlavného vedomia má ľudská bytosť aj pomocné vedomie(ia), ktoré je väčšinou na vyššej úrovni ako hlavné vedomie. Pomocné vedomie(ia) niektorých ľudí dosiahlo také vysoké úrovne, že môže nadviazať kontakt s osvietenými bytosťami. Keď sa chce tento druh ľudí kultivovať, ich pomocné vedomie(ia) si tiež chce vylepšiť svoju úroveň. Ihneď sa spojí s tými osvietenými bytosťami a požičia si od nich energiu. Potom, ako mu je energia zapožičaná, tento človek dostane cez noc gong. Po získaní gongu, bude schopný liečiť ľudí, aby zmiernoval ich bolesť. Zvyčajne používa metódu vytvárania energetického poľa. Navyše bude schopný dodávať energiu jednotlivým ľuďom a učiť nejaké techniky.

Takýto ľudia zvyčajne začnú veľmi dobre. Vlastnením gongu a tým, že sa stanú veľmi známymi, si získajú slávu aj osobný prospech. Sláva a osobný zisk zaberie podstatnú časť ich myslenia – väčšiu ako kultivácia. Od tohto bodu sa ich gong začne znižovať, stane sa menším a menším, až je napokon všetok preč.

(4) Kozmický jazyk

Niektorí ľudia zrazu rozprávajú určitým druhom jazyka. Pri vyslovení znie celkom plynulo; avšak nie je to jazyk žiadnej ľudskej spoločnosti. Ako sa nazýva? Nazýva sa kozmický jazyk. Takzvaný kozmický jazyk je v skutočnosti len jazyk tých bytostí, ktoré nie sú veľmi vysoko. V súčasnosti sa tento úkaz objavuje v našej krajine medzi pomerne veľkým počtom žiakov qigongu; niektorí z nich dokonca môžu rozprávať niekoľkými rôznymi jazykmi. Samozrejme, jazyky nášho ľudstva sú veľmi prepracované, a je ich viac ako tisíc druhov. Je kozmický jazyk považovaný za nadprirodzenú schopnosť? Ja hovorím, že sa za ňu nepočíta. Nie je to nadprirodzená schopnosť, ktorá prichádza z vás, a nie je to ani druh schopnosti, ktorá je vám daná zvonka. Skôr je to manipulácia cudzími bytosťami. Tieto bytosti pochádzajú z trochu vyššej úrovne – prinajmenšom vyššej, ako je úroveň ľudstva. Je to jedna z nich, ktorá rozpráva; človek hovoriaci kozmickým jazykom slúži iba ako prostredník. Väčšina ľudí ani sama nevie, čo hovorí. Iba tí, čo majú schopnosti čítania mysle, môžu zachytiť všeobecný zmysel toho, čo tie

slová znamenajú. Nie je to nadprirodzená schopnosť, avšak veľa ľudí, ktorí prehovorili týmto jazykom, sa cítia povýšenecky a sebauspokojene, keďže si myslia, že je to nadprirodzená schopnosť. V skutočnosti, ľudia s Tretím Okom na vysokej úrovni môžu určite pozorovať, že cez ústa tohto človeka hovorí šikmo zhora živá bytosť.

Táto bytosť učí človeka kozmický jazyk, zatiaľ čo naňho prenáša časť svojho gongu. Avšak odvtedy bude táto osoba pod jej kontrolou. Preto to nie je spravodlivá cesta. Aj keď je v trochu vyššej dimenzii, nekultivuje táto bytosť spravodlivú cestu. Preto nevie, ako učiť kultivujúcich udržiavať si telesnú zdatnosť alebo liečiť chorobu. V dôsledku toho využíva túto metódu vysielania energie hovorením. Keďže táto energia je rozptýlená, má veľmi malú silu. Je účinná pri liečení menších neduhov, ale zlyhá pri vážnejšej chorobe. Buddhismus hovorí o tom, ako ľudia hore postrádajú utrpenie a konflikt, a ako sa preto nemôžu zušľachťovať; a navyše, nemôžu sa zocelovať a nie sú schopní zlepšiť si svoje úrovne. Preto hľadajú cesty, ako pomôcť ľuďom získať lepšie zdravie, čím zlepšia samých seba. To je to, o čom je kozmický jazyk. Kozmický jazyk nie je nadprirodzená schopnosť, a nie je to ani qigong.

(5) Posadnutosť duchom

Najškodlivejším typom posadnutosti duchom je posadnutie bytosťou nízkeho stupňa; to je spôsobené kultiváciou zlej cesty. Je pre ľudí veľmi škodlivé, a dôsledky posadnutia ľudí sú desivé. Krátko potom, čo začali praktizovať, sa stanú niektorí ľudia posadnutí zbohatnutím; neustále myslia na tieto veci. Pôvodne mohli byť títo ľudia dosť poctiví alebo už mohli mať majstra, ktorý sa o nich staral. Všetko sa však pokazí, keď začnú premýšľať o poskytovaní liečenia a zbohatnutí. Potom priťahujú tento druh bytosti. Nie je v našej materiálnej dimenzii, avšak skutočne existuje.

Takýto žiak odrazu cíti, že jeho Tretie Oko je otvorené a že má teraz gong, ale v skutočnosti má duch, ktorý ho posadol, kontrolu nad jeho mozgom. Ten premieta obrazy ktoré vidí do mozgu toho človeka, čím mu vytvára pocit, že jeho Tretie Oko je otvorené. V skutočnosti, jeho Tretie Oko nebolo vôbec otvorené. Prečo mu chce duch, ktorý ho posadol, dať gong? Prečo mu chce pomôcť? Je to preto, že v našom vesmíre sa zvieratá nemajú dovolené kultivovať. Pretože zvieratá nevedia nič o xinxingu a nemôžu sa zlepšovať, nie je im dovolené získať spravodlivú cestu. Dôsledkom toho sa chcú pripútať k ľudským telám a získať ľudskú esenciu. V tomto vesmíre je aj iné pravidlo, a to: žiadna strata, žiaden zisk. Chcú teda uspokojiť vašu túžbu po sláve a osobnom zisku. Urobia vás bohatými a slávnymi, ale nepomôžu vám zadarmo. Oni chcú tiež niečo získať – vašu esenciu. Keď vás opustia, neostane vám nič a veľmi zoslabnete, alebo sa stanete živou mŕtvolou. Toto je spôsobené pokriveným xinxingom. Jedna spravodlivá myseľ premôže sto ziel. Pokiaľ ste spravodliví, nebudete priťahovať zlo. Inými slovami, buďte ušľachtilým žiakom, odvráťte sa od všetkých nezmyslov, a kultivujte iba spravodlivú cestu.

(6) Zlá cesta sa môže vytvoriť v spravodlivej praxi

Hoci gong, ktorý sa naučili niektorí ľudia, pochádza zo spravodlivých kultivačných ciest, ľudia môžu v skutočnosti nedopatrením praktizovať zlé cesty, pretože si nedokážu uložiť na seba prísne požiadavky, zlyhávajú v kultivovaní xinxingu, a prechovávajú záporné myšlienky počas cvičenia. Napríklad, keď človek praktizuje, buď pri cvičení v stoji alebo v sede, v skutočnosti myslí na peniaze a osobný zisk. “Ten mi ukriždil, ja mu dám, len čo získam nadprirodzené schopnosti.” Alebo myslí na tú či onú nadprirodzenú schopnosť, čím pridáva niečo veľmi zlé k svojmu gongu a v skutočnosti praktizuje zlú cestu. Toto je veľmi nebezpečné, pretože to môže priťahovať nejaké veľmi záporné veci, ako napríklad bytosti na nízkej úrovni.

Azda tento človek ani nevie, že ich pozval. Pretože jeho pripútanosť je silná – zámerné praktizovanie kultivácie za účelom vyplnenia túžob je neprijateľné – nie je poctivý, a dokonca ani jeho majster ho nebude schopný ochrániť. Preto si praktizujúci musia prísne chrániť svoj xinxing, udržiavať poctivú myseľ a po ničom netúžiť. Inak by mohli nastať problémy.

Kapitola II

Falun Gong

Falun Gong pochádza z Falun Xiulian³⁵ Dafa v Buddhovskej Škole. Je to výnimočná kultivačná cesta qigongu Buddhovskej Školy. Má vlastné charakteristické vlastnosti, ktoré ju odlišujú od priemerných ciest kultivácie v Buddhovskej Škole. Tento kultivačný systém je výnimočná, intenzívna kultivačná metóda, ktorá vyžadovala, aby mali žiaci mimoriadne vysoký xinxing a výborné vrodené vlastnosti. Aby bolo viacerým žiakom umožnené zlepšovať sa, a tiež aby som vyhovel požiadavkám veľkého množstva odhodlaných žiakov, prerobil a zverejnil som túto skupinu kultivačných metód vhodných pre popularizáciu. Napriek zmenám, táto prax stále ďaleko prekonáva učenia a úrovne v iných metódach.

1. Funkcia Faluna

Falun vo Falun Gongu si zachováva tie isté povahové vlastnosti ako vesmír, keďže je to miniatúra vesmíru. Žiaci Falun Gongu si nielen rýchlo vyvinú nadprirodzené schopnosti a energetický potenciál, tiež si vyvinú neporovnateľne mocný Falun vo veľmi krátkom časovom období. Keď je už úplne vyvinutý, existuje Falun ako inteligentná bytosť. Samočinne sa neustále otáča v priestore spodnej časti žiakovho brucha, neustále pohlcuje a premieňa energiu z vesmíru, a napokon ju mení na gong v žiakovom benti. Tým sa dosahuje účinok "Fa zušľachtuje žiaka." To znamená, že aj keď tento človek nepraktizuje každú minútu, Falun ho neustále zušľachtuje. Vnútorne Falun ponúka samospasenie. Robí človeka silnejším a zdravším, inteligentnejším a múdrom, a ochraňuje praktizujúceho pred odchýlením. Tiež môže kultivujúceho ochrániť pred rušivým vplyvom ľudí s nižším xinxingom. Zvonka môže Falun liečiť chorobu a odstraňovať zlé veci u iných, napravaním všetkých odchylných stavov. Falun sa neustále otáča v priestore spodnej časti brucha, deväťkrát v smere hodinových ručičiek a potom deväťkrát proti smeru hodinových ručičiek. Keď sa otáča v smere hodinových ručičiek, rázne pohlcuje energiu z vesmíru; energia je veľmi silná. Ako energetický potenciál človeka rastie, jeho otáčavá sila sa zvyšuje. Toto je stav, ktorý nemožno dosiahnuť zámernými pokusmi naliať qi do temena hlavy. Keď sa otáča proti smeru hodinových ručičiek, uvoľňuje energiu a poskytuje spásu všetkým bytostiam, napravujúc všetky odchylné stavy. Ľudia okolo žiaka prosperujú. Zo všetkých qigongových praxí vyučovaných v našej krajine, je Falun Gong prvá a jediná kultivačná metóda, ktorá dosiahla "Fa zušľachtuje žiaka."

Falun je veľmi drahocenný a nemôže byť vymenený za žiadne množstvo peňazí. Keď mi môj majster odovzdával Falun, povedal mi, že tento Falun by nemal byť odovzdaný nikomu inému; všetci tí ľudia, ktorí sa zušľachtovali po tisíce rokov ho chcú mať, avšak nemôžu. Táto škola kultivácie môže byť odovzdaná iba jednému človeku po veľmi, veľmi dlhom čase, na rozdiel od tých metód, ktoré sa odovzdávajú jednému človeku každých niekoľko desaťročí. Falun je preto nesmierne drahocenný. Hoci sme ho teraz zverejnili a zmenili ho, aby sa stal menej silným, stále je mimoriadne drahocenný. Tí žiaci, ktorí ho získali, sú už v polovici svojej kultivácie. To čo ostáva, je iba zvýšiť si váš xinxing, a dosť pokročilá úroveň čaká na vás. Samozrejme, ľudia, ktorí nie sú predurčení, možno neskôr prestanú, potom čo sa kultivovali krátky čas, a potom v nich Falun prestane existovať.

³⁵ Xiulian (šu-lyen) – kultivačná prax.

Falun Gong je z Buddhovskej Školy, avšak ďaleko presahuje okruh pôsobnosti Buddhovskej Školy: kultivuje celý vesmír. V minulosti kultivácia v Buddhovskej Škole hovorila iba o princípoch Buddhovskej Školy, zatiaľ čo kultivácia Školy Tao adresovala iba princípy Školy Tao. Ani jedna úplne nevysvetľovala podstatu vesmíru. Vesmír je podobný ľudským bytostiam v tom, že okrem svojho materiálneho zloženia má aj svoje povahové vlastnosti. Môžu byť zhrnuté do troch slov: Zhen, Shan, a Ren. Kultivácia v Škole Tao zameriava svoje porozumenie na Zhen – hovoriť pravdu, robiť čestné skutky, vrátiť sa k pôvodnému, pravému ja, a napokon sa stať “pravým človekom.” Kultivácia v Buddhovskej Škole sa zameriava na Shan – vypestovanie veľkého súcitu a ponúknuť spásy všetkým bytostiam. Naša kultivačná cesta kultivuje Zhen, Shan, a Ren súčasne, priamo kultivuje v súlade so základnými povahovými vlastnosťami vesmíru, až sa nakoniec dosiahne splynutie jedinca s vesmírom.

Falun Gong zušľachtuje oboje, myseľ aj telo. Keď energetický potenciál a xinxing dosiahli určitú úroveň, ako požiadavka [našej školy], človek dosiahne osvietenie (stav odomknutia gongu) a získa v tomto svete nezničiteľné telo. Všeobecne, Falun Gong sa delí na Zákon Trojitého Sveta a Zákona Nad Trojitým Svetom, ktoré zahŕňajú mnoho úrovní. Dúfam, že všetci oddaní žiaci sa budú usilovne zušľachtovať a neprestajne zlepšovať svoj xinxing, takže môžu dosiahnuť osvietenie a dospieť k Dovŕšeniu.

2. Usporiadanie Faluna

Falun vo Falun Gongu je inteligentné, otáčajúce sa teleso z vysokoenergetickej látky. Otáča sa podľa ustanovenia celého nebeského vesmírneho pohybu. Do určitej miery je Falun miniatúrou vesmíru.

V strede Faluna je symbol Buddhovskej Školy *šrivatsa*³⁶ “卐”, čo je jadro Faluna. Jeho farba je blízka zlatožltej, zatiaľ čo farba pozadia je jasnočervená. Farba pozadia vonkajšieho kruhu je oranžová. Štyri symboly taiji³⁷ a štyri *šrivatsy* Buddhovskej Školy sú umiestnené striedavo do ôsmich smerov. Taiji zložené z červenej a čiernej farby patrí k Škole Tao, pričom taiji pozostávajúce z červenej a modrej sú z Veľkej Prapôvodnej Školy Tao. Štyri malé *šrivatsy* sú tiež zlatožlté. Farba pozadia Faluna sa pravidelne mení na červenú, oranžovú, žltú, zelenú, modrú, indigovú, a fialovú. Tieto farby sú veľmi krásne. Farby strednej *šrivatsy*, “卐”, a taiji symbolov sa nemenia. Každý z týchto symbolov rozdielnej veľkosti sa otáča, rovnako ako stredná *šrivatsa*, “卐”. Koreň Faluna je zasadený do vesmíru. Vesmír sa otáča, všetky galaxie sa otáčajú, a tak, Falun sa tiež otáča. Tí, ktorých Tretie Oko je na nízkej úrovni, môžu vidieť, že sa Falun otáča ako ventilátor; tí, ktorých Tretie Oko je na vyššej úrovni, môžu vidieť celú podobu Faluna, ktorá je nezvyčajne nádherná a žiarivá, čo praktizujúcich povzbudzuje k tomu aby sa kultivovali pilnejšie a robili rýchlejší pokrok.

³⁶ *šrivatsa* – “koleso svetla” zo sanskritu, symbol, ktorý sa datuje späť 2500 rokmi a bol objavený v kultúrnych pozostatkoch v Grécku, Peru, Indii a Číne. Po stáročia znamenal veľké šťastie, reprezentoval slnko, a bol chápaný v kladnom zmysle.

³⁷ taiji (taj-či) – symbol Školy Tao.

3. Charakteristika kultivácie Falun Gong

(1) Fa zušľacht'uje žiaka

Ludia, ktorí študujú Falun Gong, si môžu nielen rýchlo vyvinúť svoj energetický potenciál a nadprirodzené schopnosti, ale tiež kultiváciou získajú Falun. Falun sa môže vytvoriť vo veľmi krátkom čase, a keď je vytvorený, je veľmi mocný. Môže ochrániť praktizujúcich od odchýlenia. Navyše, môže chrániť osobu proti vplyvom ľudí s nižším xinxingom. Čo sa týka jeho teórií, Falun Gong je úplne odlišný od tradičných kultivačných metód. Keďže Falun sa po svojom sformovaní otáča, existuje vo forme inteligentnej bytosti, pravidelne a nepretržite zhromažďuje energiu v priestore spodnej časti žiakovho brucha. Otáčaním Falun samočinne pohlcuje energiu z vesmíru. Presne preto, že sa otáča neustále, dosiahne cieľ “Fa zušľacht'uje žiaka”; to znamená, že Falun zušľacht'uje ľudí neprestajne, hoci ľudia necvičia stále. Ako každý vie, svetskí ľudia musia cez deň pracovať a v noci odpočívať, takže na cvičenie ostáva veľmi obmedzený čas. Aby sa dosiahlo súvislé praktizovanie 24 hodín denne, metóda takzvaného “neustáleho myslenia na cvičenie” je nevhodná, a aj použitím iných metód sa ťažko dosiahne v pravom zmysle 24-hodinová kultivácia. Avšak Falun sa otáča neprestajne, a pri otáčaní dovnútra pohlcuje veľké množstvo qi (počiatočná forma existencie energie). Vo dne v noci, Falun pokračuje v ukladaní a premieňaní pohltenej qi do všetkých miest Faluna. Premení qi na látku vyššej úrovne, až ju napokon zmení – v žiakovom benti – na gong. Toto je “Fa zušľacht'uje žiaka”. Kultivácia vo Falun Gongu je úplne odlišná od všetkých iných škôl alebo qigongových kultivačných metód, ktoré zušľacht'ujú dan.

Najvýznamnejšou črtou Falun Gongu je kultivácia Faluna namiesto danu. Až doteraz všetky kultivačné systémy, ktoré boli zverejnené, bez ohľadu na to, z ktorej školy alebo kultivačnej metódy pochádzajú – či už to sú vetvy buddhizmu alebo taoizmu, Buddhovskej Školy alebo Školy Tao, alebo vetvy rozšírené medzi ľuďmi – všetky zušľacht'ujú dan. Rovnako tak to robí aj mnoho postranných kultivačných ciest. Nazývajú sa “qigong cestou danu.”³⁸ Kultivácia používaná mníchmi, mníškami a taoistami išla touto cestou zušľacht'ovania danu. Ak boli po smrti spolnení, vytvoria takýto ľudia sariru,³⁹ ktorej zloženie ešte nebolo rozoznané modernými vedeckými prístrojmi. Sariry sú veľmi tvrdé, pevné a nádherné. V skutočnosti, sú vysokoenergetickou látkou, ktorá bola zozbieraná z iných dimenzií – nie z našej dimenzie. To je dan. Pre tých, ktorí praktizujú qigong cestou danu, je veľmi ťažké dosiahnuť osvietenie počas jedného života. V minulosti sa mnohí ľudia, ktorí praktizovali qigong cestou danu, snažili svoj dan zdvihnúť. Keď bol zdvihnutý do paláca *niwan*,⁴⁰ nedal sa vydvihnúť von, a tak títo ľudia boli v koncoch. Niektorí ľudia ho chceli zámerne prasknúť, ale nemali na to žiaden spôsob. Bolo niekoľko takýchto prípadov: jeho starý otec nebol v kultivácii úspešný, takže na konci života dan vyprskol a odovzdal ho jeho otcovi; jeho otec nebol v kultivácii úspešný, takže na konci života dan vyprskol a odovzdal ho tomuto človeku. Ten do dnešného dňa toho ešte veľa nedosiahol. Je to veľmi ťažké! Samozrejme, existuje veľa dobrých kultivačných metód. Nie je to také zlé, ak môžete od niekoho získať pravé učenie, je však pravdepodobné, že vás nebude učiť veci vysokej úrovne.

³⁸ “qigong cestou danu” – qigongové systémy, ktoré zušľacht'ujú dan.

³⁹ sarira – špeciálne pozostatky zložené z danu, ktoré ostali po mníchovom spolnení.

⁴⁰ palác *niwan* – taoistický pojem pre epifýzu.

(2) Zušľacht'ovanie hlavného vedomia

Hlavné vedomie má každý. Človek sa pri konaní a myslení zvyčajne spolieha na hlavné vedomie. Okrem hlavného vedomia, existuje v tele aj jedno alebo viac pomocných vedomí a odkazy zdedené po predkoch. Pomocné vedomie má rovnaké meno ako hlavné vedomie, ale všeobecne je schopnejšie a na vyššej úrovni. Nestratí sa v bludisku našej ľudskej spoločnosti a môže vidieť svoju osobitnú dimenziu. Mnoho kultivačných metód postupuje cestou zušľacht'ovania pomocného vedomia, pričom fyzické telo a hlavné vedomie slúžia iba ako vozidlo. Všeobecne o týchto veciach praktizujúci nevedia, a dokonca sa cítia sami so sebou veľmi spokojní. Pokiaľ človek žije v spoločnosti, je neuveriteľne ťažké vzdať sa praktických vecí, hlavne tých, ku ktorým je pripútaný. Preto, mnoho kultivačných metód zdôrazňuje praktizovanie v stave vytrženia – absolútnom stave vytrženia. Keď sa premena uskutoční počas stavu vytrženia, v skutočnosti sa pomocné vedomie pretvorí v inej spoločnosti a zdokonalí sa v tomto procese. Jedného dňa pomocné vedomie dovŕši svoju kultiváciu a odnesie váš gong. Pre vaše hlavné vedomie a benti neostane nič, a vaša celoživotná kultivácia skončí pred úspechom. To je veľká škoda. Niektorí slávni majstri qigongu ovládajú obrovské nadprirodzené schopnosti všetkých druhov, a spolu s nimi majú povest' a rešpekt; stále však nevedia, že ich gong v skutočnosti nevyrástol na ich vlastných telách.

Náš Falun Gong zušľacht'uje priamo hlavné vedomie; vyžadujeme, aby gong skutočne rástol na vašom tele. Samozrejme, pomocné vedomie tiež dostane podiel, pretože je na druhom mieste a tiež sa zlepšuje. Naša kultivačná metóda má prísnu xinxingovú požiadavku, necháva vás utužovať váš xinxing a získať zlepšenie, zatiaľ čo ste v ľudskej spoločnosti, v najzložitejších okolnostiach – ako lotosový kvet vynárajúci sa z nečistého bahna. Takto je vám dovolené uspieť vo vašej kultivácii. Preto je Falun Gong taký drahocenný: Je drahocenný, pretože ste to vy sami, kto získa gong. Je to však aj veľmi ťažké. Ťažkosť spočíva v tom, že ste si vybrali cestu, v ktorej budete utužovaní a skúšaní v najzložitejšom prostredí.

Keďže cieľom praktizovania je zušľacht'ovať hlavné vedomie, pri riadení vašej kultivácie musí byť vždy používané hlavné vedomie. Hlavné vedomie by malo rozhodovať, radšej ako presunúť rozhodnutie na pomocné vedomie. Inak príde deň, keď pomocné vedomie ukončí svoju kultiváciu na vyššej úrovni a vezme si váš gong so sebou, zatiaľ čo vášmu benti a hlavnému vedomiu by neostalo nič. Keď sa zušľacht'ujete k vyššej úrovni, nie je dovolené, aby vaše hlavné vedomie nevedelo, že praktizujete, akoby bolo v spánku. Musíte si byť jasne vedomí toho, že praktizujete, že sa kultivujete k vyššej úrovni a zlepšujete si svoj xinxing – iba tak budete mať kontrolu a budete schopní získať gong. Občas, keď ste roztržití, dosiahnete niečo bez toho, aby ste vedeli ako sa to stalo. V skutočnosti je činné pomocné vedomie; pomocné vedomie má kontrolu. Ak pri sedení v meditácii otvoríte svoje oči a pred sebou vidíte vaše druhé ja, potom je to vaše pomocné vedomie. Ak sedíte v meditácii obrátený na sever, ale náhle objavíte, že sami sedíte na severe, a čudujete sa: “Ako som vyšiel von?”, potom je to vaše pravé ja, ktoré vyšlo von. To čo tam sedí, je vaše fyzické telo a pomocné vedomie. Je možné ich rozlíšiť.

Nemali by ste sa stať vôbec si nevedomujúcim samého seba, keď praktizujete Falun Gong. To nie je v súlade s Veľkou Cestou kultivácie Falun Gong. Musíte si udržovať svoju myseľ jasnú, keď praktizujete. Ak je vaše hlavné vedomie silné, nenastane počas praktizovania odchýlenie, keďže vám v skutočnosti nič nebude môcť ublížiť. Ak je hlavné vedomie slabé, nejakej veci môžu vstúpiť do tela.

(3) Cvičte bez ohľadu na smer a čas

Veľa kultivačných metód dbá na to, v ktorom smere a v akom čase je najlepšie cvičiť. My sa týmito záležitosťami nezaobráame vôbec. Kultivácia Falun Gong sa praktizuje podľa povahových vlastností vesmíru a princípov vesmírneho vývoja. Preto smer a čas nie je dôležitý. My sme, v účinku, zatiaľ čo robíme cvičenia umiestnení vo Falune, ktorý pôsobí do všetkých smerov a stále sa otáča. Náš Falun je zladený s vesmírom. Vesmír je v pohybe, Mliečna dráha je v pohybe, deväť planét obieha okolo Slnka, a Zem samotná sa otáča. Ktorou cestou je Sever, Východ, Juh alebo Západ? Tieto smery boli vynájdené ľuďmi žijúcimi na zemi. Preto, ak budete obrátení ktorýmkoľvek smerom, budete obrátení do všetkých smerov.

Niektorí ľudia hovoria, že najlepšie je cvičiť o polnoci, zatiaľ čo niektorí hovoria že napoludnie, alebo v nejaký iný čas. My sa ani o toto nestaráme, pretože Falun vás zušľachtľuje, keď necvičíte. Falun vám pomáha zušľachtľovať sa v každom okamihu, čo je "Fa zušľachtľuje žiaka." V qigongu cestou danu, ľudia zušľachtľujú dan; vo Falun Gongu je to Fa, ktorý zušľachtľuje ľudí. Cvičte viac, ak máte čas, a cvičte menej, ak nemáte. Je to dosť prispôsobivé.

4. Súčasne zušľachtľovanie mysle aj tela

Falun Gong zušľachtľuje súčasne myseľ aj telo. Cvičením je prvé zmenené benti. Bez straty benti, sa hlavné vedomie zlúči s fyzickým telom do jedného, čím sa dosiahne úplná kultivácia celej bytosti.

(1) Premieňanie benti

Ľudské telo je vytvorené z mäsa, krvi, a kostí, s rôznym molekulovým usporiadaním a zložkami. Kultiváciou je molekulové zloženie ľudského tela premenené na látku vysokej energie. Tým ľudské telo nie je viac zložené z pôvodnej látky, a ľudské telo prešlo zmenou vo svojej základnej podstate. Ale kultivujúci sa zušľachtľujú a žijú medzi svetskými ľuďmi, a nemôžu porušovať podmienky ľudskej spoločnosti. Preto tento druh zmeny nemení ani pôvodnú molekulovú štruktúru tela, ani poradie, v ktorom sú jeho molekuly usporiadané; mení iba pôvodné molekulové zloženie. Vnútro tela ostane mäkké, kosti sú stále tvrdé a krv je stále tekutá. Keď sa človek poreže nožom, stále ešte bude krváčať. Podľa čínskej Teórie piatich prvkov, je všetko zložené z kovu, dreva, vody, ohňa, a zeme. Rovnako je to aj s ľudským telom. Keď kultivujúci prešiel zmenami vo svojom benti, v ktorých vysokoenergetické látky nahradia pôvodné molekulové zložky, ľudské telo v tomto bode už nie je viac zložené z pôvodných látok. Toto je princípom za tým, čo je známe ako "prekročenie piatich prvkov."

Najpozoruhodnejšou vlastnosťou kultivačných metód, ktoré zušľachtľujú súčasne myseľ ja telo, je tá, že predlžujú život a oddiaľujú starnutie. Túto pozoruhodnú vlastnosť má aj náš Falun Gong. Falun Gong pracuje týmto spôsobom: od základu mení molekulové zloženie ľudského tela, ukladajúc nazbieranú vysokoenergetickú látku do každej bunky a napokon dovolí tejto vysokoenergetickej látke nahradiť bunkové zložky. Metabolizmus sa už viac nevyskytne. Človek tak prekoná päť prvkov, zmeniac svoje telo na také, ktoré je zložené z látok z iných dimenzií. Táto osoba ostane navždy mladá, keďže už nie je viac obmedzovaná naším časopriestorom.

V histórii bolo mnoho vynikajúcich mníchov, ktorí mali veľmi dlhý život. Teraz chodia po uliciach ľudia starí stovky rokov, a vy neviete povedať, kto sú. Nemôžete ich rozoznať, keďže vyzerajú veľmi mlado a majú oblečené rovnaké šaty ako svetskí ľudia. Ľudský život by nemal byť taký krátky, ako je teraz. Z pohľadu modernej vedy, by ľudia mali byť schopní žiť nad 200 rokov. Podľa záznamov, bol v Anglicku človek menom Femcath, ktorý žil 207 rokov. Človek v

Japonsku nazývaný Mitsu Taira žil do veku 242 rokov. Počas dynastie Tang bol v našej krajine mních nazývaný Hui Zhao, ktorý žil do veku 290 rokov. Podľa krajských kroník Yong Tai provincie Fujian, sa Chen Jun narodil v prvom roku obdobia Zhong He (881 n.l.) za vlády cisára Xi Zonga počas dynastie Tang. Zomrel v období Tai Ding dynastie Yuan (1324 n.l.) potom čo žil 443 rokov. Toto sú všetko zaznamenané udalosti a dajú sa skúmať – nie sú to rozprávky. Naši žiaci Falun Gongu majú nápadne menej vrások na svojich tvárach, v ktorých teraz majú ružové, zdravé vyžarovanie, vďaka kultivácii. Ich telá sú veľmi ľahké a uvoľnené, a počas chôdze alebo práce nie sú ani trochu unavení. Toto je bežný úkaz. Ja sám som sa kultivoval po desaťročia a druhí hovoria, že moja tvár sa za posledných dvadsať rokov veľmi nezmenila. Toto je príčina. Naš Falun Gong obsahuje veľmi mocné veci na zušľachtovanie tela. Žiaci Falun Gongu vyzerajú vekovo značne rozdielne od svetských ľudí. Nevyzerajú na svoj skutočný vek. Preto, najvýznamnejšími vlastnosťami kultivačných ciest, ktoré zušľachtujú súčasne myseľ aj telo, sú: predĺženie života, odstrašovanie starnutia, a predĺženie predpokladanej dĺžky ľudského života.

(2) Nebeský Obeh Falun

Naše ľudské telo je malý vesmír. Energia ľudského tela obieha okolo tela, a toto sa nazýva “obiehanie malého vesmíru,” alebo “nebeský obeh.” Z pohľadu úrovní, prepojenie dvoch meridiánov, *ren* a *du*, je iba povrchný nebeský obeh. Nemá účinok zušľachtovania tela. Malý Nebeský Obeh ide v pravom zmysle od paláca niwan do dantiana, obiehajúc vnútri tela. Prostredníctvom vnútorného obehu, sa všetky meridiány otvoria, čo sa rozširuje od vnútra tela k jeho vonkajšku. Naš Falun Gong vyžaduje, aby všetky meridiány boli otvorené už na začiatku.

Veľký Nebeský Obeh je pohyb ôsmych Vedľajších meridiánov, a ide okolo celého tela, čím sa završuje jeden obeh. Ak je Veľký Nebeský Obeh otvorený, vyvolá stav, v ktorom sa osoba môže vznášať. To je to, čo sa myslí “vzostupom za širého denného svetla,” ako sa to spomína v Dan Jing. Predsa len, zvyčajne bude nejaké miesto vo vašom tele uzamknuté, takže nebudete schopní lietať. Privedie vás to však do tohto stavu: budete kráčať rýchlo a bez námahy, a keď pôjdete do kopca, budete cítiť, akoby vás niekto odzadu tlačil. Otvorenie Veľkého Nebeského Obehu môže tiež vyvolať druh nadprirodzenej schopnosti: bude možné vymieňať qi, ktorá existuje v rôznych orgánoch tela. Qi srdca sa presunie do žalúdka; qi žalúdka bude cestovať do vnútorností, a tak ďalej. Ako sa energetický potenciál zosilňuje, táto schopnosť sa stane, ak sa uvoľní mimo ľudské telo, nadprirodzenou schopnosťou teleportácie. Tento druh nebeského obehu sa nazýva aj “Meridiánový Nebeský Obeh,” alebo “Nebeský Obeh Qiankun.”⁴¹ Jeho pohyby však stále ešte nedosiahli cieľ premeny tela. Na to musí byť ďalší zodpovedajúci nebeský obeh, nazývaný “Nebeský Obeh Maoyou.”⁴² Nebeský Obeh Maoyou sa pohybuje takto: vychádza buď z bodu *huiyin*⁴³ alebo z bodu *baihui*,⁴⁴ a presúva sa po stranách tela, kde *jin* ochraňuje *jang*.⁴⁵

Nebeský obeh vo Falun Gongu je oveľa väčší ako pohyby ôsmych Vedľajších meridiánov, o ktorých sa hovorí v bežných kultivačných metódach. Je to pohyb všetkých vzájomne sa krížiacich meridiánov umiestnených v celom tele. Vyžaduje, aby všetky meridiány celého tela boli naraz dôkladne otvorené, a všetky sa musia pohybovať spoločne. Tieto veci sú už zahrnuté

⁴¹ “Nebeský Obeh Qiankun” – Nebeský Obeh Neba a Zeme.

⁴² *maoyou* – hranica medzi jinovou a jangovou stranou tela.

⁴³ bod *huiyin* (chui-jin) – akupunktúrny bod v centre perinea (hrádze).

⁴⁴ bod *baihui* (bai-hui) – akupunktúrny bod nachádzajúci sa na temene hlavy.

⁴⁵ *jin* a *jang* – Škola Tao verí, že všetko obsahuje opačné sily jin a jang, ktoré sú vzájomne výlučné, avšak vzájomne závislé, napríklad ženský princíp (jin) verzus mužský princíp (jang).

v našom Falun Gongu, takže ich nepotrebuje zámerné cvičiť, ani by ste ich nemali viesť svojimi myšlienkami. Ak by ste to robili týmto spôsobom, dostanete sa na scestie. Počas triedy vkladám zvonka vášho tela energetické mechanizmy, a tie obiehajú samočinne. Energetický mechanizmus je niečím výnimočným v kultivácii na vyšších úrovniach, a je časťou toho, čo robí naše cvičenie samočinným. Rovnako ako Falun, neprestajne krúžia, čím uvádzajú všetky vnútorné meridiány do krúživého pohybu. Aj keď ste nepracovali na nebeskom obeh, tieto meridiány už boli v skutočnosti pohnané do pohybu, a hlboko vnútri a vonku sa všetky spoločne pohybujú. Naše cvičenia používame na zosilnenie energetických mechanizmov, ktoré existujú zvonka tela.

(3) Otvorenie meridiánov

Účelom otvorenia meridiánov je dovoliť energii obiehať a zmeniť molekulové zloženie buniek, premeniac ich na vysokoenergetickú látku. Meridiány nepraktizujúcich sú upchaté a veľmi úzke. Meridiány praktizujúcich sa postupne rozjasnia, vyčisťovaním ich upchatých častí. Meridiány žiakov veteránov sa rozširujú, a budú sa rozširovať ešte viac pri kultivácii na vyšších úrovniach. Niektorí ľudia majú meridiány také široké ako prst. Avšak samotné otvorenie meridiánov neodráža ani kultivačnú úroveň človeka, ani výšku jeho gongu. Cvičeniami sa meridiány budú rozjasňovať a rozširovať, až sa nakoniec spoja a stanú sa jedným celkom. V tomto bode, táto osoba nebude mať žiadne meridiány alebo akupunktúrne body. Alebo naopak, jej celé telo budú meridiány a akupunktúrne body. Ani tento stupeň neznamena, že tento človek dosiahol Tao. Je to iba odraz jednej úrovne počas procesu kultivácie Falun Gong. Po príchode do tohto stupňa tento človek dosiahol koniec kultivácie Zákona Trojitého Sveta. V rovnakom čase to vyvolá stav veľmi nápadný svojou vonkajšou podobou: tri kvetiny zhromaždené nad hlavou. Bolo vyvinuté veľké množstvo gongu, všetko v ňom má tvar a podobu, a energetický stĺp je teraz veľmi vysoký. Na temene hlavy sa objavia tri kvetiny, pričom jedna z nich sa podobá na chryzantému a druhá na lotos. Tri kvetiny sa jednotlivo otáčajú, a súčasne krúžia okolo seba. Každá kvetina má na svojom vrchole veľmi vysoký stĺp, siahajúci do nebies. Tieto tri stĺpy sa tiež otáčajú a krúžia zároveň s kvetinami. Človek cíti, že jeho hlava oťažela. Týmto už iba vykonal posledný krok v kultivácii Zákona Trojitého Sveta.

5. Zámer mysle

Kultivácia Falun Gong nenesie žiaden zámer mysle. Sám zámer mysle neuskutočňuje nič, hoci dokáže vysielať príkazy. Čo skutočne pracuje, sú nadprirodzené schopnosti, ktoré majú schopnosť myslenia inteligentnej bytosti a môžu prijímať príkazy z mozgových signálov. Avšak mnohí ľudia, osobitne tí v qigongovom spoločenstve, majú o tom veľa rôznych teórií. Myslia si, že zámer mysle dokáže uskutočniť veľa vecí. Niektorí hovoria o používaní zámeru mysle na vyvinutie nadprirodzených schopností, používaní ho na otvorenie Tretieho Oka, na liečenie chorôb, vykonanie teleportácie, atď. Toto je nesprávne chápanie. Na nižších úrovniach, svetskí ľudia používajú zámer mysle na riadenie zmyslových orgánov a štyroch končatín. Na vyšších úrovniach, zámer mysle kultivujúcich kvalitatívne stúpa a riadi schopnosti. Inými slovami, nadprirodzené schopnosti sú ovládané zámerom mysle. Takto sa my pozeráme na zámer mysle. Niekedy vidíme majstra qigongu dávajúceho liečby druhým. Pacienti hovoria, že sa vyliečili bez toho, aby majster čo i len pohol prstom, a myslia si, že liečenie je prostredníctvom jeho zámeru mysle. V skutočnosti, tento majster používa druh nadprirodzených schopností a prikazuje im, aby liečili alebo vykonávali čokoľvek iné. Pretože nadprirodzené schopnosti sa pohybujú v inej dimenzii, svetskí ľudia ich svojimi očami nemôžu vidieť. Tí, čo nevedia, si myslia, že je to

zámer mysle, ktorý vykonáva liečenie. Niektorí ľudia veria tomu, že zámer mysle môže byť použitý na liečenie choroby, a toto ľudí pomýlilo. Tento pohľad musí byť objasnený.

Ľudské myšlienky sú druhom odkazu, druhom energie, a formou hmotnej existencie. Keď ľudia premýšľajú, mozog vytvára frekvenciu. Niekedy je veľmi účinné odriekať mantru. Prečo? Pretože vesmír má svoju vlastnú vibračnú frekvenciu, a keď sa frekvencia vašej mantry zhodne s frekvenciou vesmíru, vytvorí sa účinok. Aby to bolo účinné, určite to musí byť dobrotivý odkaz, pretože zlým veciam nie je v tomto vesmíre dovolené jestvovať. Zámer mysle je tiež určitým druhom rozmýšľania. Telá Zákona veľmajstra qigongu na vysokej úrovni sú kontrolované a riadené myšlienkami jeho hlavného tela. Telo Zákona má aj svoje vlastné myšlienky, a svoju vlastnú nezávislú schopnosť riešiť problémy a vykonávať úlohy. Je úplne nezávislé ja. Zároveň, Telo Zákona pozná myšlienky hlavného tela majstra qigongu, a vykonáva úlohy na základe týchto myšlienok. Napríklad, ak chce majster qigongu liečiť určitú osobu, Telo Zákona tam pôjde. Bez tejto myšlienky nepôjde. Ak vidí nejakú mimoriadne dobrú vec, ktorú by mohlo urobiť, vykoná ju samo od seba. Niektorí majstri nedosiahli stav osvietenia a sú veci, ktoré ešte nevedia, ale ich Telá Zákona ich už vedia.

“Zámer mysle” má aj iný význam, a tým je inšpirácia. Inšpirácia nepochádza z hlavného vedomia. Vedomostná základňa hlavného vedomia je veľmi obmedzená. Pri pokuse prísť s niečím, čo v tejto spoločnosti ešte neexistuje, spoliehať sa výlučne na hlavné vedomie nebude účinné. Inšpirácia pochádza z pomocného vedomia. Niektorí ľudia sú zapojení do tvorivej práce alebo vedeckého výskumu. Keď sú v koncoch, potom čo vyčerpali všetku silu svojho mozgu, odložia veci nabok, na chvíľu si odpočinú, alebo idú von na prechádzku. Z ničoho nič, bez ich rozmýšľania, príde inšpirácia. Okamžite si začnú všetko rýchlo zapisovať, a takto niečo vytvoria. Je to preto, že keď je hlavné vedomie veľmi silné, ovláda mozog, a napriek jeho úsiliu, sa nič nevytvorí. Len čo sa hlavné vedomie uvoľní, pomocné vedomie začne pracovať a potom ovláda mozog. Tým, že patrí do inej dimenzie, nie je pomocné vedomie obmedzované touto dimenziou a je schopné vytvoriť nové veci. Pomocné vedomie však nemôže prekonať alebo rušivo zasahovať do stavu ľudskej spoločnosti, a nemôže ani ovplyvniť proces spoločenského vývoja.

Inšpirácia pochádza z dvoch zdrojov. Jedným z nich je pomocné vedomie. Pomocné vedomie nie je oslepené týmto svetom a dokáže vytvoriť inšpiráciu. Druhý pochádza z príkazu a vedenia inteligentnej bytosti z vyšších úrovní. Keď sú vedené inteligentnou bytosťou vyššej úrovne, sú ľudské mysle otvorenejšie a dokážu vytvoriť priekopnícke veci. Celý vývoj spoločnosti a vesmíru nasleduje svoje vlastné jedinečné zákony. Nič sa neprihodí náhodne.

6. Úrovne Kultivácie vo Falun Gongu

(1) Kultivácia na vyšších úrovniach

Falun Gong kultivuje na veľmi vysokých úrovniach, takže gong je vytváraný pomerne rýchlo. Veľká kultivačná cesta je jednoduchá a ľahko naučiteľná. Zo širšieho hľadiska má Falun Gong veľmi málo pohybov. Predsa však riadi všetky stránky tela, vrátane mnohých vecí, ktoré budú vytvorené. Pokiaľ xinxing človeka stúpa, jeho gong bude rásť veľmi rýchlo, keďže to nevyžaduje veľa zámerného úsilia, použitie nejakej zvláštnej metódy, prípravenie téglíka a pece ku kultivovaniu danu z nazbieraných liečiv, alebo z pridania ohňa a nazbieraných liečiv.⁴⁶

⁴⁶ “Prípravenie téglíka a pece ku kultivovaniu danu z nazbieraných liečiv” – taoistická metafora pre proces vnútornej alchýmie.

Spoliehanie sa na riadenie zámerom mysle môže byť veľmi zložité a človek sa môže ľahko dostať na scestie. My tu poskytujeme najpohodlnejšiu a najlepšiu kultivačnú cestu, súčasne však aj najťažšiu. Aby kultivujúci dosiahol stav Mliečno-Bieleho Tela inými metódami, zaberie to viac ako desaťročie, niekoľko desaťročí, alebo aj dlhšie. My vás však do tohto stavu privedieme okamžite. Táto úroveň by už mohla prejsť dokonca predtým, než to ucítite, keďže by mohla trvať iba niekoľko hodín. Jedného dňa sa budete cítiť veľmi citliví, a iba o malú chvíľu neskôr sa nebudete cítiť takí citliví. V skutočnosti, ste práve prešli veľkú úroveň.

(2) Prejavy gongu

Potom, čo prejdú úpravou fyzického tela, dosiahnu žiaci Falun Gongu stav, ktorý je vhodný pre kultiváciu *Dafa*⁴⁷: stav Mliečno-Bieleho Tela. Gong sa vyvinie iba po dosiahnutí tohto stavu. Ľudia s Tretím Okom vysokej úrovne môžu vidieť, že gong sa vyvíja na povrchu ľudskej kože, a potom je vstrebávaný do tela praktizujúceho. Tento proces vytvárania a vstrebávania gongu sa opakuje, prechádzajúc vrstvu po vrstve, niekedy veľmi rýchlo. Toto je gong prvého cyklu. Po prvom cykle, už telo praktizujúceho nie je obyčajným telom. Po dosiahnutí Mliečno-Bieleho Tela, človek už nikdy viac neochorie. Bolesť, ktorá môže vystúpiť tu a tam alebo nepohodlie v určitej oblasti nie je chorobou, hoci sa môže javiť podobne: Je to spôsobené karmou. Po druhom cykle vývoja gongu, jedincove inteligentné bytosti už vyrastú do veľkej výšky a budú schopné sa pohybovať okolo a rozprávať. Niekedy sú vytvárané riedko, niekedy s veľkou hustotou. Môžu sa aj spolu rozprávať. V týchto inteligentných bytostiach je uložené veľké množstvo energie, a toto je použité na zmenu benti.

Na určitej pokročilej úrovni v kultivácii Falun Gong sa niekedy všade po tele objavia Vypestované Deti (*yinghai*). Sú veľmi nezbedné, radi sa hrajú, a sú veľmi dobrosrdečné. Môže sa vytvoriť aj ďalší druh tela: Nesmrteľné Dieťa (*yuanying*). Sedí na lotosovom kvete, ktorý je veľmi krásny. Nesmrteľné Dieťa vytvorené kultiváciou je stvorené zlúčením jinu a jangu v ľudskom tele praktizujúceho. Aj muži aj ženy sú schopní vypestovať Nesmrteľné Dieťa. Nesmrteľné Dieťa je na začiatku veľmi malé, a potom postupne rastie, až nakoniec vyrastie do výšky praktizujúceho. Vyzerá presne tak isto ako on, a je skutočne v jeho tele. Keď sa naňho pozrú ľudia s nadprirodzenými schopnosťami, povedia, že má dve telá. V skutočnosti, dosiahol úspech v kultivácii svojho benti. Navyše, môže byť kultiváciou vyvinutých mnoho Tiel Zákona. V krátkosti, všetky nadprirodzené schopnosti, ktoré môžu byť vyvinuté vo vesmíre, môžu byť vyvinuté vo Falun Gongu; nadprirodzené schopnosti vyvinuté v iných kultivačných cestách sú tiež zahrnuté vo Falun Gongu.

(3) Kultivácia Zákona Nad Trojitým Svetom

Cvičeniami si praktizujúci svoje meridiány rozširujú a rozširujú, až ich spoja do jedného celku. To znamená, že sa človek kultivuje do stavu, v ktorom nie sú meridiány alebo akupunktúrne body, alebo opačne, meridiány a akupunktúrne body budú existovať všade. Toto však stále ešte neznamená, že ste dosiahli Tao – je to iba jeden druh prejavu v procese kultivácie Falun Gong, odraz jednej úrovne. Keď sa dosiahne tento stupeň, človek bude na konci kultivácie Zákona Trojitého Sveta. Vypestovaný gong bude už veľmi mocný a úplne vytvarovaný. Navyše, energetický stĺp bude veľmi vysoký, a nad temenom hlavy sa objavia tri kvetiny. Týmto človek spravil posledný krok v kultivácii Zákona Trojitého Sveta.

⁴⁷ *Dafa* – “Veľká Cesta,” alebo “Veľký Zákon”; skrátene tvar mena Falun Dafa, “Veľká (Kultivačná) Cesta Kolesa Zákona.”

Po ďalšom kroku vpred už neostane nič. Všetky nadprirodzené schopnosti sa zatlačia do najhlbšej telesnej dimenzie. Človek vstúpi do stavu Čistého Bieleho Tela, v ktorom je telo priehľadné. Ďalším krokom vpred, človek vstúpi do kultivácie Zákona Nad Trojitým Svetom, známej aj ako “kultivácia tela Buddhu.” Nadprirodzené schopnosti vyvinuté na tomto stupni patrí do skupiny nebeských síl. V tomto bode, bude mať praktizujúci neobmedzené sily, a stane sa neuveriteľne mocným. Keď dosiahne vyššie sféry, bude sa kultivovať na veľkú osvietenú bytosť. To závisí od toho, ako si zušľachtíte svoj xinxing. Do akej úrovne sa zušľachtíte, taká je vaša Úroveň Ovocia. Oddaní žiaci nájdu spravodlivú kultivačnú cestu, a získajú Spravodlivé Dosiahnutie – toto je Dovŕšenie.

Kapitola III

Kultivácia Xinxingu

Všetci žiaci Falun Gongu musia dať zúšľacht'ovaniu xinxingu najvyššiu prioritu a považovať xinxing za kľúč k vyvinutiu gongu. Toto je princíp kultivácie na vyšších úrovniach. Presne povedané, energetický potenciál, ktorý určuje úroveň človeka, nie je vyvinutý cvičeniami, ale xinxingovou kultiváciou. O zlepšovaní xinxingu sa ľahšie hovorí, ako sa uskutočňuje. Kultivujúci musia byť schopní opustiť veľa vecí, zlepšiť svoju kvalitu osvietenia, znášať utrpenia za utrpeniami, vydržať takmer nevydržateľné veci, a tak ďalej. Prečo gong niektorých ľudí nenarástol, hoci cvičili veľa rokov? Základné príčiny sú: po prvé, nevenovali pozornosť xinxingu; po druhé, nepoznajú spravodlivú cestu vyšších úrovní. Tento bod musí byť objasnený. Mnoho majstrov, ktorí vyučujú gong, hovoria o xinxingu – tí učia opravdivé veci. Tí, ktorí vyučujú iba pohyby a techniky, bez toho, aby vôbec diskutovali o xinxingu, učia v skutočnosti zlú kultiváciu. Praktizujúci preto musia vynaložiť veľké úsilie na zlepšenie svojho xinxingu. Iba potom môžu vstúpiť do kultivácie vysokej úrovne.

1. Vnútorý význam xinxingu

“Xinxing” zmieňovaný vo Falun Gongu nemôže byť úplne zhrnutý iba v “cnosti (*de*).” Obsahuje oveľa viac ako cnosť (*de*). Obsahuje veľa rôznych stránok, vrátane tých, ktoré sa vzťahujú k cnosti (*de*). Cnosť (*de*) je iba jedným z prejavov xinxingu človeka, takže použiť iba cnosť (*de*) na pochopenie významu xinxingu je nedostatočné. Xinxing zahŕňa to, ako sa vyrovnávame s dvomi otázkami, “zisku” a “straty.” “Zisk” je získanie súladu s vlastnosťami vesmíru. Povahové vlastnosti, ktoré tvoria vesmír, sú Zhen, Shan, a Ren. Stupeň súladu kultivujúceho s vlastnosťami vesmíru sa odráža v jeho cnosti (*de*). “Strata” je vzdanie sa záporných myšlienok a správania sa, ako je lakomstvo, osobný zisk, zmyselnosť, túžba, zabíjanie, bojovanie, zlodejstvo, vykrádanie, podvádzanie, závisť, atď. Ak sa človek zúšľacht'uje k vyšším úrovniam, potrebuje navyše opustiť honbu za túžbami, ktorá je niečím vrozeným v ľudských bytostiach. Inými slovami, človek by sa mal vzdať všetkých pripútaností, a mal by brať zľahka všetok osobný zisk a slávu.

Úplný človek sa skladá z fyzického tela a charakteru. To isté je pravda o vesmíre. Okrem existencie látok, existujú súčasne aj povahové vlastnosti Zhen, Shan, a Ren. Každá čiastočka vzduchu obsahuje tieto vlastnosti. V ľudskej spoločnosti, sa tieto vlastnosti odrážajú v tom, že dobré skutky sa stretávajú s odmenami a nedobré s trestom. Na vyšších úrovniach, tieto vlastnosti prejavujú aj stavy nadprirodzených schopností. Ľudia, ktorí sa zrovnávajú s týmito vlastnosťami sú dobrí ľudia; tí, ktorí sa od nich vzdávajú, sú nedobří. Ľudia, ktorí sa im podriaďa a prispôbia, sú tí, ktorí dosiahnu Tao. Aby sa riadili týmito vlastnosťami, musia mať praktizujúci mimoriadne vysoký xinxing. Iba týmto spôsobom sa človek môže kultivovať k vyšším úrovniam.

Je ľahké byť dobrým človekom, avšak nie je ľahké kultivovať xinxing – kultivujúci sa musia mentálne pripraviť. K napraveniu mysle je nevyhnutným predpokladom úprimnosť. Ľudia žijú v tomto svete, kde sa spoločnosť stala veľmi zložitou. Chcete robiť dobré skutky, sú však niektorí ľudia, ktorí nechcú, aby ste ich robili; nechcete uškodiť iným, ale iní by vám mohli uškodiť z rôznych príčin. Niektoré z týchto vecí sa stanú z neprirodzených príčin. Budete rozumieť týmto príčinám? Čo by ste mali robiť? Útrapy tohto sveta skúšajú váš xinxing v každom momente. Keď čelíte neopísateľnému poníženiu, keď boli poškodené vaše životne dôležité osobné záujmy,

keď ste tvárou v tvár peniazom a žiadostivosti, keď ste v boji o moc, keď v konfliktoch vystúpi vašeň a závisť, keď sa vyskytnú rôzne konflikty v spoločnosti a v rodine, a keď sa objavia utrpenia všetkých druhov, dokážete sa stále správať v súlade s prísnou xinxingovou požiadavkou? Samozrejme, ak dokážete zvládnuť všetko, ste už osvietenou bytosťou. Napokon, väčšina praktizujúcich začína ako svetský človek, a kultivácia xinxingu je postupná, stúpajúc hore kúsok po kúsok. Odhodlaní žiaci by mali byť pripravení znášať veľké utrpenie, a čeliť ťažkostiam s pevnou myslou, a napokon dosiahnu úroveň Pravého Ovocia. Dúfam, že všetci z vás kultivujúcich si dobre udržujete svoj xinxing a rýchlo si zlepšíte svoj energetický potenciál!

2. Strata a zisk

Qigongové aj náboženské spoločenstvá hovoria o strate a zisku. Niektorí ľudia za “stratu” považujú byť dobročinný, robiť nejaké dobré skutky, alebo podať pomocnú ruku ľuďom v trápení; “zisk” berú ako získanie gongu. Dokonca aj mnísi v kláštorech hovoria, že človek by mal byť dobročinný. Toto chápanie zužuje význam “straty.” Avšak “strata,” o ktorej hovoríme my, je oveľa širšia, a je to niečo vo väčšom rozsahu. Veci, ktoré požadujeme, aby ste stratili, sú pripútanosti svetských ľudí a myseľ, ktorá sa týchto pripútaností nevzdáva. Ak môžete opustiť veci, ktoré považujete za dôležité, a zriecť sa vecí, o ktorých si myslíte, že sa ich zriecť nemôžete, to je “strata” v najpravejšom zmysle. Ponúknutie pomoci a prejavy dobročinnosti sú iba časťou “straty.”

Ako svetská osoba, chce mať človek trochu slávy, osobný zisk, a lepší životný štandard, viac pohodlia, a viac peňazí. To sú ciele svetských ľudí. My praktizujúci sme odlišní, pretože to čo získame je gong, nie tamtie veci. Potrebujeme sa menej starať o osobný zisk a brať ho zľahka, nepožaduje sa však od nás, aby sme skutočne stratili nejaké materiálne veci; zušľachtujeme sa v ľudskej spoločnosti a potrebujeme žiť ako svetskí ľudia. Kľúčovým je pre vás vzdať sa vašich pripútaností – nevyžaduje sa, aby ste naozaj niečo stratili. Čokoľvek čo vám patrí, nebude stratené, pričom veci, ktoré vám nepatria, nemôžu byť získané. Ak sa získajú, musia byť vrátené druhým. Aby ste získali, musíte stratiť. Samozrejme, je nemožné zrazu zvládnuť všetko veľmi dobre, a nie je ani možné stať sa osvietenou bytosťou za jednu noc. Avšak, zušľachtovaním sa kúsok po kúsok a zlepšovaním sa krok po kroku, je to dosiahnuteľné. Získate toľko, koľko stratíte. Otázky osobných ziskov beriete vždy zľahka, a získali by ste radšej menej, aby ste mali v mysli mier. Možno utrpíte nejaké straty týkajúce sa materiálnych vecí, získate však de a gong. Takáto je pravda. Nemáte však zámerne získavať de a gong výmenou za slávu, peniaze, a osobný zisk. To by malo byť pochopené neskôr s vašou kvalitou osvietenia.

Jeden človek, ktorý kultivoval Veľké Tao, raz povedal: “Nechcem veci, ktoré chcú iní, a nevlastním veci, ktoré iní vlastnia; avšak mám veci, ktoré iní nemajú, a chcem veci, ktoré iní nechcú.” Ako svetský človek, má človek sotva chvíľu, keď sa cíti spokojný. Chce všetko, okrem toho kameňa, ktorý leží na zemi, a ktorý nikto nechce zodvihnúť. Avšak tento kultivujúci sa taoista povedal, “Ja si teda ten kameň zodvihnem.” Príslovie pokračuje nejakým takto: “Vzácnosť plodí drahocennosť, a nedostatok zrodí jedinečnosť.” Kamene sú bezcenné tu, ale v inej dimenzii majú najväčšiu hodnotu. Toto je princíp, ktorému svetský človek nemôže rozumieť. Mnoho osvietených majstrov na vysokých úrovniach s obrovskou de nemá žiadne materiálne vlastníctvo. Pre nich neexistuje nič, čoho sa nedá vzdať.

Cesta kultivácie je najsprávnejšia, a praktizujúci sú v skutočnosti najrozumnejší. Veci, o ktoré bojujú svetskí ľudia a drobný úžitok, ktorý získajú, trvá iba krátku chvíľu. Aj keď ste s námahou niečo získali, našli ste niečo zadarmo, alebo ste získali malý prospech, tak čo? Medzi svetskými ľuďmi je príslovie: Keď sa narodíte, nič si so sebou nemôžete priniesť; keď zomriete,

nič si so sebou nemôžete odniesť. Vstupujete do sveta s ničím, a nič si nevezmete, keď ho opustíte – ešte aj vaše kosti budú spálené na popol. Nezáleží na tom, či máte kopy peňazí alebo ste vysokým hodnostárom – nič sa nedá vziať so sebou, keď odídete. Ale gong sa zobrať dá, keďže rastie na tele vášho hlavného vedomia. Hovorím vám, že gong je tvrdo zarobený. Je taký drahocenný a tak ťažko získateľný, že nemôže byť vymenený za žiadne množstvo peňazí. Keď váš gong dosiahol veľmi pokročilú úroveň, a ak by ste sa jedného dňa mali rozhodnúť už sa viac nekultivovať, pokiaľ nespravíte nič zlé, váš gong bude premenený na akúkoľvek materiálnu vec, ktorú chcete – môžete ich mať všetky. Nebudete však už mať veci, ktoré vlastnia praktizujúci, a namiesto nich budete mať iba veci, ktoré môže človek získať v tomto svete.

Za účelom osobného zisku, niektorí ľudia získavajú nečestnými spôsobmi veci, ktoré im nepatria. Takáto osoba si myslí, že robí dobrý obchod. Pravdou je, že tento prospech získava výmenou svojej de s ostatnými, ibaže o tom nevie. U praktizujúceho to musí byť odpočítané z jeho gongu; u nepraktizujúceho to musí byť odpočítané z jeho predpokladanej dĺžky života alebo z niečoho iného. V stručnosti, účty budú vyrovnané. Toto je princíp vesmíru. Sú aj niektorí ľudia, ktorí druhých stále tyranizujú, ubližujú druhým urážlivými slovami, a tak ďalej. Keď sa takéto činy udejú, vrhajú príslušnú časť svojej de na druhých, čím vymieňajú svoju de za čin tyranizovania druhých.

Niektorí ľudia si myslia, že je nevýhodné byť dobrým človekom. Z pohľadu svetských ľudí sú v nevýhode. Avšak, to čo získajú je niečo, čo svetskí ľudia nemôžu: de, bielu látku, ktorá je nesmierne vzácna. Bez de nebude žiaden gong – toto je absolútna pravda. Prečo sa mnoho ľudí zušľachtuje, ale ich gong nerastie? Je to presne preto, že nezušľachtujú de. Mnoho ľudí hovorí o de a vyžadujú praktizovať de, ale nedokážu odhaliť skutočné princípy toho, ako sa de premieňa na gong. Ostáva na jednotlivcoch, aby to pochopili. Takmer desaťtisíc zväzková Tripitaka, a princípy, ktoré vyučoval Šakjamúni viac ako štyridsať rokov, všetci hovorili o jednej veci: de. Všetky starodávne knihy o čínskej taoistickej kultivácii diskutovali de. Kniha s päťtisíc slovami od Lao'c, Tao-Te-Ĥing, tiež rozjímala o de. Ale niektorí ľudia to stále ešte nedokážu pochopiť.

Hovoríme o “strate.” Keď získate, musíte stratiť. Ak sa chcete skutočne zušľachtovať, stretnete sa s nejakými trápeniami. Keď sa prejavia v skutočnom živote, človek môže zažiť malé utrpenie vo fyzickom tele alebo sa bude tu a tam cítiť nepohodlne – nie je to však choroba. Trápenia sa môžu prejaviť aj v spoločnosti, v rodine, alebo na pracovisku – je možné čokoľvek. Náhle sa objavia nezhody kvôli osobnému zisku alebo emocionálne napätie, cieľom ktorých je umožniť vám zlepšenie xinxingu. Tieto veci sa zvyčajne prihodia veľmi náhle a vyzerajú byť nesmierne intenzívne. Ak sa stretnete s niečím, čo je veľkou ťarchou, čo sa vás dotkne, čo spôsobí, že stratíte svoju tvár, alebo čo vás dostane do trápnej situácie, ako to budete v tomto bode riešiť? Ak ostanete pokojní a nevzrušení – ak ste schopní to tak robiť – váš xinxing sa zlepší pomocou utrpenia a váš gong sa úmerne vyvinie. Ak môžete dosiahnuť málo, získate málo. Koľko veľa vynaložíte, toľko veľa získate. Typicky, keď sme v strede utrpenia, nemusíme si to byť schopní uvedomiť, musíme sa však pokúsiť. Nemali by sme sa považovať za svetských ľudí; keď vystúpia konflikty, mali by sme sa držať vyšších noriem. Keďže sa zušľachtujeme medzi svetskými ľuďmi, náš xinxing bude utužovaný medzi svetskými ľuďmi. Určite spravíme nejaké chyby a niečo sa z nich naučíme. Nestretnúť sa zo žiadnymi problémami a pohodlne si vypestovať svoj gong je nemožné.

3. Súčasná kultivácia Zhen, Shan, a Ren

Naša kultivačná cesta zušľachtuje Zhen, Shan, a Ren súčasne. “Zhen” znamená hovoriť pravdu, robiť pravdivé veci, vrátiť sa k svojmu pôvodnému, pravému ja, a napokon sa stať pravým človekom. “Shan” znamená vypestovať si veľký súcit, robiť dobré skutky, a spasit’ ľudí. Obzvlášť zdôrazňujeme schopnosť “Ren.” Iba s Ren sa môže človek zušľachtovať, aby sa stal osobou s veľkou de. Ren je veľmi mocná vec, prevyšujúca Zhen a Shan. Počas celého procesu kultivácie sa od vás požaduje znášať utrpenie, chrániť si svoj xinxing, a nekonať podľa ľubovôle.

Byť schopný znášanlivosti, keď je človek postavený pred problémy, nie je ľahké. Niektorí povedia, “Ak nevrátite úder, keď ste bití, neodpovedáte, keď vás ohovárajú, alebo ak znesiete dokonca aj to, keď stratíte tvár pred svojou rodinou, príbuznými, a dobrými priateľmi, nestane sa z vás Ah-Q?!”⁴⁸ Ja hovorím, že ak sa správate po všetkých stránkach normálne, vaša inteligencia nie je menšia ako druhých, a iba beriete zľahka záležitosť osobného zisku, nikto nepovie, že ste hlúpy. Byť schopný znášanlivosti nie je slabosť, ani to nie je byť Ah-Q. Je prejavom silnej vôle a sebaovládania. V čínskej histórii bol človek menom Han Xin,⁴⁹ ktorý raz pretrpel poníženie preplaziť sa pomedzi nohy nejakého človeka. To bola veľká znášanlivosť. Existuje starodávne príslovie: “Keď je svetský človek ponížovaný, vytiahne meč aby bojoval.” Znamená to, že ak je svetský človek ponížovaný, vytiahne svoj meč na odvetu, nadáva druhým, a dáva im rany. Nie je pre človeka ľahká vec prísť a prežiť celý život. Niektorí ľudia žijú pre svoje ego. Nemá to pritom žiadnu cenu, a je to aj príliš únavné. V Číne je príslovie: “S jedným krokom naspäť, objavíte bezhraničné more a oblohu.” Ustúpte o krok, keď ste postavení pred problematické veci. Ak to urobíte, objavíte úplne inú scénu.

Ako praktizujúci, by ste nemali iba preukazovať znášanlivosť k ľuďom, s ktorými máte konflikty a ktorí vás osobne zahanbia, ale tiež by ste k nim mali zaujať šľachetný postoj a dokonca im ďakovať. Ak nie pre ich konflikty s vami, ako by ste si mohli zlepšiť svoj xinxing? Ako by sa mohla čierna látka premeniť na bielu látku počas utrpenia? Ako by ste si mohli vyvinúť váš gong? Je to veľmi ťažké, keď ste uprostred trápenia. Vtedy sa však človek musí cvičiť v sebaovládaní, pretože ako sa jeho energetický potenciál zvyšuje, aj trápenia sa postupne zosilnia. Všetko závisí od toho, či si môžete zlepšiť svoj xinxing. Na začiatku to pre vás môže byť sužujúce, môžete byť nezniesiteľne nahnevaní – takí nahnevaní, že vás bolí brucho alebo pečeň. Ale vy nevybuchnete a ste schopní ovládnuť svoj hnev – to je dobré. Začali ste znášať, zámerne znášať. Potom budete postupne a neprestajne zlepšovať svoj xinxing, skutočne berúc tieto veci zľahka. V tomto bode to bude ešte väčší pokrok. Svetskí ľudia berú určité konflikty a menšie problémy veľmi vážne. Žijú pre ego a nič netolerujú. Keď sú nahnevaní až do bodu neúnosnosti, odvážia sa spraviť hocičo. Avšak ako praktizujúci, považujete za veľmi, veľmi triviálne – dokonca príliš triviálne – veci, ktoré ľudia berú vážne, pretože váš cieľ je nesmierne dlhodobý a veľmi ďalekosiahly. Budete žiť tak dlho ako tento vesmír. Keď o týchto veciach opäť premýšľate, nebude záležať na tom, či ich máte alebo nie. Ak uvažujete zo širšieho hľadiska, všetky tieto veci dokážete prekonať.

4. Zbavovanie sa závidi

Závisť je veľmi veľkou prekážkou v kultivácii, a má veľký vplyv na praktizujúcich. Priamo pôsobí na energetický potenciál praktizujúceho, ubližuje vašim spoločníkom v kultivácii,

⁴⁸ Ah-Q (A-kju) – hlúpa postava z čínskeho románu.

⁴⁹ Han Xin (han-šin) – hlavný generál pre Liu Banga v Dynastii Han (206 pr.n.l. – 23 n.l.)

a vážne prekáža našej kultivácii k vyšším úrovňam. Ako praktizujúci, ju musíte odstrániť na sto percent. Hoci sa niektorí ľudia kultivovali na určitú úroveň, ešte sa musia zbaviť svojej závisti. Navyše, čím ťažšie je opustiť ju, tým ľahšie závisť zosilnie. Negatívne účinky tejto pripútanosti robia zdokonalenú časť jedincovho xinxingu zraniteľnou. Prečo venujem závistí osobitnú diskusiu? Pretože závisť je najsilnejšia a najnápadnejšia vec, ktorá sa prejavuje medzi Číňanmi, a v ľudských mysliach váži najviac. Napriek tomu, si to mnoho ľudí neuvedomuje. Nazývaná “orientálna závisť” alebo “ázijská závisť,” je závisť charakteristická pre Východ. Čínski ľudia sú veľmi introvertní, veľmi zdržanliví, a neprejavujú sa otvorene, čo všetko ľahko vedie k závistí. Všetko má dve strany. Taktiež aj introvertná osobnosť má svoje klady a zápory. Ľudia na západe sú pomerne extrovertní. Napríklad, ak dieťa v škole získa sto bodov, bude šťastne kričať cestou domov, “Dostal som sto bodov!” Susedia otvoria svoje dvere a okná, aby mu blahoželali: “Blahoželáme, Tom!” Všetci budú mať z neho radosť. Ak sa toto stane v Číne – premýšľajte o tom – ľudia sa budú cítiť znechutení, len čo to počujú: “Získal sto bodov. No a čo? Čo je tam na predvádzanie sa?” Reakcia je úplne odlišná, keď má človek závistlivú mentalitu.

Závisťlivé typy pozerajú na ostatných zhora a nedovolia druhým, aby ich predstihli. Keď uvidia niekoho, kto je schopnejší ako oni, začnú strácať rovnováhu, považujú to za neznesiteľné, a popierajú fakty. Chcú dostať zvýšenie platu vtedy keď aj ostatní, mať rovnaké prémie, a zdieľať rovnaké bremeno, keď sa niečo pokazí. Oči im zozelenejú a pochyť ich závisť, keď vidia, ako druhí zarábajú viac peňazí. V každom prípade, ak sa druhým darí lepšie ako im, bude to pre nich neprijateľné. Niektorí ľudia sa obávajú prijať mimoriadnu odmenu, keď dosiahnu určité výsledky vo svojom vedeckom výskume; obávajú sa, že sa ostatní stanú závistlivými. Ľudia, ktorým boli udelené určité vyznamenania, sa to neodvážia prezradiť, pretože sa obávajú závisti a sarkazmu. Niektorí majstri qigongu nemôžu znieť, keď iní majstri qigongu vyučujú, a tak im idú robiť nepríjemnosti. Je to problém xinxingu. Predstavte si, že skupina praktizuje spolu. Niektorí ľudia začali neskôr, avšak vyvinuli si nadprirodzené schopnosti. Sú ľudia, ktorí potom povedia: “Čím sa ten človek chvastá? Ja som cvičil tak veľa rokov a mám obrovskú hromadu certifikátov. Ako si mohol vyvinúť nadprirodzené schopnosti skôr ako ja?” A tu je tá závisť. Kultivácia sa sústreďuje dovnútra. Kultivujúci by mal zušľachťovať seba a hľadať príčiny problémov v sebe. Mali by ste sa pokúsiť zlepšiť v ktorejkoľvek oblasti, v ktorej ste nespravili dosť, a pracovať tvrdo na sebe. Ak sa pokúšate hľadať príčiny v druhých, budete jediný, kto tu ostane, potom ako druhí dovŕšia kultiváciu a vystúpia. Nepremárnili ste všetok svoj čas? Kultivácia je na zušľachťovanie seba!

Závisť škodí aj vašim spoločníkom v kultivácii, napríklad keď ten kto ohovára, prekáža ostatným vstúpiť do pokoja; keď má takáto osoba nadprirodzené schopnosti, môže ich, kvôli závistí, použiť na ubližovanie svojim spoločníkom v kultivácii. Napríklad, človek tu sedí, praktizuje, a zušľachťoval sa celkom dobre. Pretože má gong, sedí tam ako hora. Potom preletia okolo dve bytosti, z ktorých jeden býval mníchom, ktorý, kvôli závistí, nedosiahol osvietenie; aj keď vlastní určitý energetický potenciál, nedosiahol dovŕšenie. Keď prídu tam, kde táto osoba medituje, jeden povie, “Ten a ten tu praktizuje. Obídme ho.” Druhý však povie, “Ja som taký mocný, že v minulosti som odsekol vrchol hory Tai.” Potom, sa pokúsi udrieť praktizujúceho. Ale keď zdvihne svoju ruku, nemôže ju dať dole. Pretože praktizujúci kultivuje spravodlivú cestu a má ochranný štít, táto bytosť ho nie je schopná udrieť. Chce ublížiť žiakovi spravodlivej cesty, takže sa to stáva vážnou záležitosťou a bude potrestaný. Závisťliví ľudia ubližujú sebe ako aj ostatným.

5. Vzďavanie sa pripútaností

Mať pripútanosti sa vzťahuje na neúprosne, horlivé prenasledovanie určitého objektu alebo cieľa praktizujúcimi, ktorí sa nedokážu oslobodiť alebo sú príliš tvrdohlaví, aby dbali na akékoľvek rady. Niektorí ľudia sa naháňajú za nadprirodzenými schopnosťami v tomto svete, a toto bude mať určite dopad na ich kultiváciu k vyšším úrovňam. Čím sú citové pohnútky silnejšie, tým ťažšie je ich opustiť, a tým nevyváženejšími a nestálejšími sa stanú ich pocity. Neskôr budú cítiť, že nič nedostali, a začnú dokonca pochybovať o veciach, ktoré sa učili. Pripútanosti pramenia z ľudských žiadostí. Vlastnosťou týchto pripútaností je to, že ich cieľ je očividne obmedzený, dosť jasný, a konkrétny, a často si ho človek sám nemusí uvedomovať. Svetský človek má mnoho pripútaností. V snahe hnať sa za niečím a získať to, môže použiť akékoľvek nutné prostriedky. Pripútanosti praktizujúceho sa prejavujú odlišne, napríklad ako usilovanie sa o určitú nadprirodzenú schopnosť, oddávanie sa určitej vízií, posadnutosť určitým prejavom, a tak ďalej. Pre praktizujúcich, nech sa usilujete o čokoľvek, je to nesprávne – usilovanie musí byť opustené. Škola Tao hovorí o ničote. Buddhovská Škola diskutuje o prázdnote a vstupuje do brány prázdnoty. Napokon, my chceme dosiahnuť stav ničoty a prázdnoty, vzdáním sa každej pripútanosti. Všetko, čoho sa nedokáže vzdať – ako napríklad usilovania sa o nadprirodzené schopnosti – musí byť opustené. Ak sa o ne usilujete, znamená to, že ich chcete použiť. To je v skutočnosti v protiklade s vlastnosťami nášho vesmíru. V skutočnosti je to aj otázka xinxingu. Ak to chcete mať, chcete sa tým v skutočnosti chváliť a vystavovať to na obdiv druhým. Tá schopnosť nie je niečím na vystavovanie, aby to mohli druhí vidieť. Aj keď účel, na ktorý ich použijete, je veľmi nevinný a vy ich iba chcete jednoducho použiť na vykonanie nejakých dobrých skutkov, tieto dobré skutky, ktoré by ste vykonali, nemusia dopadnúť až tak dobre. Nie je nutne dobrá myšlienka riešiť záležitosti svetských ľudí použitím nadprirodzených prostriedkov. Potom čo ma niektorí ľudia počuli poznamenať, že 70 percent triedy malo otvorené Tretie Oko, začnú sa diviť: “Prečo nemôžem nič vnímať?” Keď sa vrátia domov a praktizujú, ich pozornosť je zameraná na Tretie Oko, až z toho dostanú bolesť hlavy. Nakoniec aj tak nič nemôžu vidieť. Toto sa nazýva pripútanosť. Jedinci sa odlišujú fyzickým stavom a vrozenými vlastnosťami. Nie je možné, aby všetci videli cez Tretie Oko v rovnakom čase, a ani ich Tretie Oko nemôže byť na rovnakej úrovni. Niektorí ľudia môžu byť schopní vidieť, a niektorí nemusia. To je úplne normálne.

Pripútanosti sú schopné zdržať a spomaliť vývoj energetického potenciálu praktizujúceho. Vo vážnejších prípadoch, môžu u praktizujúcich skončiť v nasledovaní zlej cesty. Konkrétne, určité nadprirodzené schopnosti môžu byť použité ľuďmi s nižším xinxingom na konanie nedobrych vecí. Boli prípady, v ktorých boli vykonané nedobré skutky použitím nadprirodzených schopností, kvôli jedincovmu nespoľahlivému xinxingu. Niekde bol jeden vysokoškolák, ktorý si vyvinul nadprirodzenú schopnosť ovládania mysle. S ňou mohol použiť svoje vlastné myšlienky na ovládanie myšlienok a správania sa druhých, a použil to na konanie zlých vecí. Keď praktizujú, môžu niektorí ľudia dosvedčiť zjavenie sa vízií. Vždy chcú mať jasný pohľad a úplné porozumenie. Toto je tiež forma pripútanosti. Určitý koníček sa môže stať pre niektorých návykom, a nedokážu sa ho striasť. To je, tiež, forma pripútanosti. Kvôli rozdielom vo vrozených vlastnostiach a zámeroch, sa niektorí ľudia zušľachtujú, aby dosiahli najvyššiu úroveň, zatiaľ čo niektorí sa zušľachtujú iba preto, aby získali určité veci. Takéto zmýšľanie určite obmedzí cieľ kultivácie. Bez odstránenia tohto druhu pripútanosti, sa gong nevyvinie, aj keď človek cvičí. Preto, musia praktizujúci brať všetky materiálne zisky zľahka, za ničím sa nenaháňať, a nechať všetko prebiehať prirodzene, čím sa vyhnú nebezpečenstvu nových pripútaností. Toto bude závisieť od xinxingu praktizujúceho. Človek sa nemôže

kultivovať k osvieteniu, ak jeho xinxing nie je od základu zlepšený, alebo ak prechováva akúkoľvek formu pripútanosti.

6. Karma

(1) Pôvod karmy

Karma je typom čiernej látky, ktorá je protikladom de. V buddhizme sa nazýva “hriešna karma,” zatiaľ čo my ju nazývame “karma.” Robenie zlých vecí sa potom nazýva “vytváranie karmy.” Pretože človek koná nesprávne skutky v tomto živote alebo v minulých životoch, vytvára sa karma. Napríklad, zabíjanie, tyranizovanie, bojovanie s druhými kvôli osobnému zisku, ohováranie niekoho za jeho chrbtom, nepriateľstvo k niekomu, a tak ďalej, môže všetko vytvoriť karmu. Navyše, nejaká karma je odovzdávaná od predkov, príbuzných, alebo blízkych priateľov. Keď niekto udrie druhého päšťou, prehodí naňho aj svoju bielu substanciu, a tá časť jeho tela, z ktorej sa uvoľnila, bude naplnená čiernou substanciou. Vražda je najhorší zločin – je to zlý skutok a pridá veľmi ťažkú karmu. Karma je prvotný činiteľ, ktorý spôsobuje v ľuďoch nemoc. Samozrejme, nie vždy sa prejavuje vo forme choroby – môže sa prejaviť aj vo forme stretnutia sa s nejakými otravnými záležitosťami a tak ďalej. Všetko to je karma v činnosti. Preto, praktizujúci nesmú robiť nič zlé. Akékoľvek zlé správanie vytvorí zlé odkazy, a bude mať vážny dopad na vašu kultiváciu.

Niektorí ľudia odporúčajú zbieranie qi rastlín. Keď vyučujú svoje cvičenia, učia aj to, ako zbierať qi z rastlín; ktorý strom má lepšiu qi a farby qi rôznych stromov sa diskutujú s intenzívnym záujmom. V parku v našej severovýchodnej oblasti, nejakí ľudia praktizovali nejaký druh takzvaného qigongu, v ktorom sa všetci váľali po zemi. Keď potom vstali, začali krúžiť okolo borovíc a zbierať qi z borovíc. V priebehu pol roka lesík s borovicami zvädol a zožltol. Toto bol karmu-tvoriaci čin! Bolo to aj zabíjanie! Či sa na to pozeráme z hľadiska zachovania zelene v našej krajine, udržovania ekologickej rovnováhy, alebo z pohľadu vyššej úrovne, zbieranie qi z rastlín nie je správne. Vesmír je obrovský a bezhraničný, a qi na zbieranie je pre vás všade. Vyrazte vpred a zbierajte – prečo zneužívať tieto rastliny? Ako praktizujúci, kde je vaše srdce milosrdenstva a súcitu?

Všetko má inteligenciu. Moderná veda už uznáva, že rastliny majú nielen život, ale aj inteligenciu, myšlienky, pocity, a dokonca aj nadzmyslové schopnosti. Keď vaše Tretie Oko dosiahne úroveň Zraku Zákona, objavíte, že svet vyzerá úplne inak. Keď vyjdete von, kamene, steny, a dokonca aj stromy budú na vás rozprávať. Všetky veci majú život. Akonáhle je objekt vytvorený, vstúpi doňho život. Organické a anorganické látky sú roztriedené ľuďmi žijúcimi na Zemi. Ľudia žijúci v chrámoch sú rozrušení, keď rozbijú misku, pretože v tom okamihu ako je zničená, jej živá bytosť je prepustená. Nedokončila svoju životnú cestu, takže nebude mať kam ísť. Preto bude mať nesmiernu nenávisť k osobe, ktorá ju zabila. Čím sa stane zlostnejšou, tým viac karmy človeku pribudne. Niektorí “qigongoví majstri” chodia dokonca na poľovačky. Kam odišla ich zhovievavosť a súcit? Buddhovská Škola a Škola Tao nerobí veci, ktoré porušujú nebeské princípy správania sa. Keď človek robí tieto veci, je to čin zabíjania.

Niektorí ľudia hovoria, že v minulosti vytvorili veľa karmy, napríklad zabíjanie kurčiat alebo rýb, chodenie na rybačku, atď. Znamená to, že sa už nemôžu ďalej kultivovať? Nie, neznamená. Vtedy ste to robili bez poznania dôsledkov, takže to nevytvorilo viac karmy. Už to v budúcnosti viac nerobte, a to by malo byť v poriadku. Ak to spravíte opäť, vedome porušujete princípy, a to nie je dovolené. Niektorí z našich žiakov majú tento druh karmy. Vaša prítomnosť na našom seminári znamená, že máte predurčený vzťah, a môžete sa kultivovať nahor. Máme zabíjať

muchy alebo komáre, keď prídu dovnútra? Čo sa týka vášho konania na vašej súčasnej úrovni, nie je považované za nesprávne, ak ich zabijete. Ak ich nemôžete vyhnúť von, potom ich zabitie nie je veľkým problémom. Keď u niečoho príde čas smrti, prirodzene to zomrie. Keď bol ešte Šakjamúni nažive, chcel sa okúpať a požiadal svojho učeníka, aby očistil vaňu. Učeník objavil vo vani mnoho hmyzu, vrátil sa teda a spýtal sa, čo má robiť. Šakjamúni zopakoval, “Je to vaňa, ktorú chcem aby si očistil.” Žiak pochopil, a vrátil sa a vyčistil vaňu. Niektoré veci by ste nemali brať príliš vážne. Nemáme v úmysle z vás urobiť prehnane opatrného človeka. V zložitom prostredí nie je správne, myslím si, ak ste v každom okamihu nervózni a obávate sa, aby ste nespravili niečo nesprávne. To by bola forma pripútanosti – samotný strach je pripútanosť.

Mali by sme mať súcitné a milosrdné srdce. Riešením vecí so súcitným a milosrdným srdcom, menej pravdepodobne spôsobíme problémy. Berte zľahka vaše osobné záujmy, buďte dobrosrdeční, a vaše súcitné srdce vás zdrží ďaleko od nesprávnych skutkov. Verte tomu alebo nie, objavíte, že ak sa neprestajne držíte nevraživého prístupu a stále chcete bojovať a súperiť, aj z dobrých vecí urobíte nedobré. Často pozorujem ľudí, ktorí keď majú pravdu, nedokážu druhých nechať byť; ak má pravdu, konečne našiel pohnútku na potrestanie druhých. Podobne by sme nemali vyvolávať konflikty, ak s určitými vecami nesúhlasíme. Niekedy veci, ktoré sa vám nepáčia, nemusia byť nevyhnutne nesprávne. Ako praktizujúci, keď si neprestajne zvyšujete svoju úroveň, každá veta, ktorú poviete, bude niest' energiu. Môžete ovládať svetských ľudí, a preto nemôžete hovoriť, čo sa vám zapáči. Osobitne, ak nie ste schopní vidieť podstatu problémov a ich karmické vzťahy, je ľahké dopustiť sa nesprávneho skutku a vytvoriť karmu.

(2) Odstraňovanie karmy

Princípy v tomto svete sú rovnaké ako princípy v nebi: Nakoniec musíte splatiť to, čo dlhujete druhým. Aj svetskí ľudia musia splatiť to, čo dlhujú druhým. Všetky ťažkosti a problémy, s ktorými sa stretnete počas vášho života, vyplývajú z karmy. Musíte platiť. Čo sa týka opravdivých praktizujúcich, cesty našich životov budú pozmenené. Bude zostavená nová cesta, ktorá vyhovuje vašej kultivácii. Časť vašej karmy bude zmenšená vašim majstrom, a to čo ostane bude použité na zlepšenie vášho xinxingu. Cvičeniami a kultiváciou xinxingu vašu karmu vymeníte a splatíte. Odteraz, problémy, s ktorými sa ocitnete tvárou v tvár, sa nestanú náhodou, takže buďte prosím duševne pripravení. Vydržaním nejakých utrpení zanecháte všetky veci, ktoré svetský človek nedokáže opustiť. Stretnete sa s množstvom ťažkých záležitostí. Problémy vzniknú v rodine, v spoločnosti, a z iných zdrojov, alebo sa môžete náhle stretnúť s pohromou; mohlo by sa dokonca stať, že budete obvinený z niečoho, čo je v skutočnosti chyba niekoho iného, a tak ďalej, a tak ďalej. U praktizujúcich sa nepredpokladá, že budú chorí, náhle však môžu klesnúť pod ťažkou chorobou. Môže prísť s veľkou silou, a budú trpieť, až kým to nebudú môcť dlhšie vydržať. Ani prehliadky v nemocnici nestanovia diagnózu. Avšak neskôr, z nejakého neznámeho dôvodu, je choroba preč bez akéhokolvek liečenia. V skutočnosti, dlh ktorý ste mali, je týmto spôsobom splatený. Možno jedného dňa, úplne bez príčiny, stratí váš manžel či manželka nervy a začne s vami bojovať. Dokonca aj veľmi bezvýznamné udalosti môžu spustiť veľké spory. Neskôr sa bude cítiť veľmi zmätený zo straty sebaovládania. Ako praktizujúcemu, by vám malo byť jasné, prečo sa takáto udalosť stala: Je to preto, že “tá vec” prišla, a požadovala od vás, aby ste platili za svoju karmu. V takom okamihu, sa musíte držať pod kontrolou a strážiť si svoj xinxing, aby ste to vyriešili. Oceňujte a buďte vďačný, že vám pomohol zaplatiť za vašu karmu.

Po dlhom sedení v meditácii, začnú nohy bolieť, niekedy s neznesiteľnou bolesťou. Ľudia s Tretím Okom na vyššej úrovni môžu vidieť nasledujúce: keď je človek vo veľkej bolesti, je tam veľký kus čiernej látky – vo vnútri aj zvonka tela – klesajúci dole a odstraňovaný. Bolesť

prežívaná pri sedení v meditácii sa pravidelne opakuje a je srdcervúca. Niektorí to chápu a sú odhodlaní nevystrieť svoje nohy. A tak bude čierna látka odstránená a premenená na bielu látku, a tá sa následne premení na gong. Praktizujúci nemôžu zaplatiť za všetku svoju karmu sedením v meditácii a praktizovaním cvičení. Potrebujú si aj zlepšiť svoj xinxing a kvalitu osvietenia, a zažiť nejaké utrpenia. Dôležité je to, že sme súcitní. Súcit sa v našom Falun Gongu objaví veľmi rýchlo. Keď sedia v meditácii, zistia mnohí ľudia, že im začnú bez akejkolvek príčiny padať slzy. Nech myslia na čokoľvek, cítia zármutok. Nech sa pozrú na kohokoľvek, vidia utrpenie. Je to v skutočnosti srdce veľkého súcitu, ktoré sa objavilo. Vaša povaha, vaše pravé ja, sa začína spájať s povahovými vlastnosťami vesmíru: Zhen, Shan, a Ren. Keď sa objaví vaša súcitná povaha, budete robiť veci s veľkou láskavosťou. Zvnútra aj zvonka, budete veľmi láskaví. Od tohto bodu, vás už nikto viac nebude tyranizovať. Ak vás niekto tyranizoval dovtedy, vaše srdce veľkého súcitu bude pôsobiť, a vy nebudete robiť to isté jemu. Je to druh moci, moci, ktorá vás odlišuje od svetských ľudí.

Keď sa stretnete s utrpením, tento veľký súcit vám ho pomôže prekonať. Zároveň sa moje Telá Zákona budú o vás starať a chrániť váš život, vy však musíte prejsť cez utrpenie. Napríklad, keď som prednášal v meste Taiyuan, jeden starší pár sa prišiel zúčastniť mojej triedy. Ponáhľali sa, keď prechádzali cez ulicu. Keď boli v strede vozovky, prišlo veľkou rýchlosťou auto, a v okamihu zrazilo staršiu pani na zem, ťahajúc ju so sebou viac ako desať metrov. Nakoniec spadla do stredu ulice. Auto nemohlo zastaviť ešte ďalších dvadsať metrov. Vodič vystúpil z auta a povedal nejaké neslušné slová, a spolucestujúci sediaci v aute tiež vyslovili nejaké negatívne poznámky. Stará pani nepovedala nič, a v tom momente si spomenula, čo som hovoril. Potom čo vstala, povedala, “Všetko je v poriadku, nič nie je zlomené.” Potom išla spolu s manželom do prednáškovej sály. Keby bola v tom momente povedala, “Och, bolí ma tuto; a bolí ma aj tamto. Musíte ma vziať do nemocnice,” veci by dopadli naozaj zle. Ona to však nespravila. Staršia pani mi povedala, “Majster, viem o čo tam išlo. Pomáhala mi to zaplatiť za moju karmu! Veľký kus karmy a veľké utrpenia boli splatené.” Viete si predstaviť, že mala veľmi vysoký xinxing a kvalitu osvietenia. V takom pokročilom veku a pri tak rýchlo idúcom aute, bola zrazená na zem a ťahaná tak ďaleko, a napokon tvrdo spadla na zem – ona však predsa vstala, so spravodlivou myslou.

Niekedy, keď príde utrpenie, vyzerá byť obrovské – také zdrvujúce, že to vyzerá akoby nebolo žiadnej cesty von. Možno s vami zostane vcelku dosť dní. Z ničoho nič sa zrazu objaví cesta, a veci sa začnú prudko obracať. V skutočnosti je to preto, že sme si zlepšili svoj xinxing, a problém sa prirodzeným spôsobom stratil.

Aby sa zlepšila jeho sféra mysle, musí človek podstúpiť všetky druhy skúšok ponúknutých týmto svetom vo forme utrpení. Ak sa váš xinxing naozaj zlepšil a ustálil, počas tohto procesu, karma bude odstránená; utrpenie prejde a váš gong sa vyvinie. Ak počas xinxingovej skúšky neuspějete pri strážení si svojho xinxingu a správate sa nevhodne, nech vás to neodradí. Buďte aktívny v zhromaždení toho, čo sa z tejto lekcie učíte, nájdite, kde ste spravili chybu, a vložte úsilie do Zhen, Shan, a Ren. Nasledujúci problém, ktorý bude preverovať váš xinxing, môže prísť krátko potom. Ako sa váš energetický potenciál vyvinie, skúška v podobe nasledujúceho utrpenia môže prísť ešte silnejšie a náhlejšie. S každým problémom, ktorý prekonáte, váš energetický potenciál vyrastie o kúsok vyššie. Ak nie ste schopní problém prekonať, váš gong sa zastaví. Malé skúšky vedú k malým zlepšeniam; veľké skúšky vedú k veľkým zlepšeniam. Dúfam, že každý praktizujúci je pripravený znášať veľké utrpenie a má odhodlanie a pevnú vôľu ochotne prijať útrapy. Skutočný gong nezískate bez vynaloženia úsilia. Neexistuje žiaden princíp, ktorý vám umožní získať gong pohodlne bez akéhokoľvek utrpenia alebo vynaloženia

úsilia. Ak sa váš xinxing nezmení k lepšiemu a vy stále prechováate osobné pripútanosti, nikdy sa nezušľachtíte, aby ste sa stali osvietenou bytosťou!

7. Démonické zasahovanie

Démonické zasahovanie sa vzťahuje na prejavy alebo videnia, ktoré sa objavujú počas kultivačného procesu a rušivo zasahujú do praktizovania. Ich cieľom je zabrániť praktizujúcim v zušľachtovaní sa k vyšším úrovniam. Inými slovami, démoni prídu vyberať dlhy.

Keď kultivácia dosiahne vyššiu úroveň, otázka démonického zasahovania sa určite objaví. Je nevyhnutné, že osoba vo svojom živote, a jeho predkovia v ich životoch, vykonali nejaké zlé skutky; toto sa nazýva karma. Či sú vrodené vlastnosti dobré alebo nie určuje koľko karmy si tento človek so sebou nesie. Aj keď je veľmi dobrým človekom, je pre neho nemožné byť bez karmy. Pretože nepraktizujete kultiváciu, nemôžete to cítiť. Ak cvičíte iba kvôli liečeniu a zlepšeniu zdravia, démoni sa nebudú starať. Avšak len čo začnete kultiváciu k vyšším úrovniam, budú vás otravovať neustále. Môžu vás vyrušovať použitím množstva rôznych metód, cieľom ktorých je zabrániť vám v kultivácii k vyšším úrovniam a dosiahnuť, aby ste v kultivácii zlyhali. Démoni sa prejavujú rozličnými spôsobmi. Niektorí to robia vo forme udalostí denného života, pričom niektorí vás vyrušujú použitím odkazov z iných dimenzií. Rozkazujú veciam, aby vás rušili vždy keď si sadnete, aby ste nemohli dosiahnuť pokoj, a tým, aby ste sa nemohli kultivovať k vyšším úrovniam. Niekedy, v tom momente, ako si sadnete meditovať, začnete byť ospalí, alebo vám behajú v mysli všetky druhy myšlienok, a vy sa stanete neschopným vstúpiť do kultivačného stavu. Inokedy, v tom momente ako začnete praktizovať, vaše doteraz tiché prostredie sa zrazu zaplní hlukom krokov, búchania dverí, húkania áut, zvonenia telefónov a rôznymi inými formami rušenia, a tým vám znemožnia stať sa pokojným.

Ďalší druh démona je žiadostivosť. Počas žiakovej meditácie alebo v snoch, sa môže pred ním alebo pred ňou objaviť krásna žena alebo pekný muž. Táto osoba vás bude lákať a zvädzať, robiť vyzývavé pohyby a priťahovať vašu pripútanosť k sexuálnej žiadostivosti. Ak to nemôžete prekonať po prvýkrát, bude sa to postupne zvyšovať a zvädzanie bude pokračovať, až kým opustíte myšlienku na kultiváciu k vyššej úrovni. Je to ťažká skúška, a vcelku dosť žiakov kvôli tomuto zlyhalo. Dúfam, že ste na to duševne pripravení. Ak si niekto dostatočne nechránil svoj xinxing a raz neuspel, mal by sa z toho naozaj poučiť. Príde to opäť a bude vás to rušiť veľakrát, až kým si naozaj udržíte svoj xinxing a úplne sa vzdáte tejto pripútanosti. Toto je veľká prekážka, ktorá musí byť prekonaná. Inak, nebudete schopní dosiahnuť Tao a úspešne dokončiť kultiváciu.

Ďalší druh démona sa ukazuje počas praktizovania alebo v snoch. Niektorí ľudia zrazu vidia nejaké hrôzostrašné tváre, ktoré sú škaredé a skutočné, alebo postavy, ktoré držia nože a hrozia zabíjať. Dokážu však iba strašiť ľudí. Keby naozaj bodli, nedokázali by sa praktizujúceho dotknúť, keďže Majster už zvonka tela praktizujúceho umiestnil ochranný štít, aby ostal nezranený. Snažia sa človeka zastrašiť, aby sa prestal zušľachtovať. Títo sa objavujú iba na jednej úrovni alebo v jednom časovom období, a veľmi rýchlo odídu – o niekoľko dní, o týždeň, alebo o niekoľko týždňov. Všetko závisí od toho, aký vysoký je váš xinxing a ako túto záležitosť riešite.

8. Vrodené vlastnosti a kvalita osvietenia

“Vrodené vlastnosti” sa vzťahujú na bielu látku, ktorú si človek so sebou prinesie pri narodení. V skutočnosti, je to de – skutočná látka. Čím viac si tejto látky prinesiete so sebou,

tým lepšie sú vaše vrodene vlastnosti. Ľudia s dobrými vrodene vlastnosťami sa ľahšie vrátia k pravde a stanú sa osvietenými, pretože nemajú žiadne prekážky vo svojom myslení. Len čo počujú o štúdiu qigongu alebo o veciach, ktoré sa týkajú kultivácie, hneď ich to zaujíma a sú ochotní sa učiť. Dokážu sa spojiť s vesmírom. Je to presne tak, ako povedal Lao'c: "Keď múdry človek počuje o Tao, bude ho usilovne praktizovať. Keď priemerný človek počuje o Tao, bude ho praktizovať tu a tam. Keď hlúpy človek počuje o Tao, bude sa na ňom hlasno smiať. Ak sa hlasno nesmeje, nie je to Tao." Tí ľudia, ktorí sa dokážu ľahko vrátiť k pravde a stať sa osvietenými, sú múdri ľudia. Naproti tomu, u človeka s množstvom čiernej látky a s horšími vrodene vlastnosťami je zvonka jeho tela vytvorená bariéra, ktorá mu znemožňuje prijať dobré veci. Ak príde do kontaktu s dobrými vecami, čierna látka spôsobí, že im nebude veriť. V skutočnosti, toto je úloha, ktorú hrá karma.

Diskusia o vrodene vlastnostiach musí zahŕňať aj otázku kvality osvietenia. Keď hovoríme o "osvietení," niektorí si myslia, že byť osvietený znamená byť bystrý. "Bystrosť" alebo "chytrosť," na ktorú sa odkazujú svetskí ľudia, je v skutočnosti veľmi odlišná od kultivácie, o ktorej hovoríme my. Tieto typy "chytrých" ľudí väčšinou nemôžu dosiahnuť osvietenie ľahko. Zaujímajú sa iba o praktický, materiálny svet, o to, aby ich nikto nemohol využiť, a aby sa vyhli vzdávania sa akéhokolvek prospechu. Obzvlášť, niektorí jedinci, ktorí sa považujú za dobre informovaných, vzdelaných, a bystrých, si myslia, že kultivácia je rozprávka. Pre nich je nepredstaviteľné praktizovať cvičenia a zušľachtovať xinxing. Praktizujúcich považujú za hlúpych a poverčivých. Osvietenie, o ktorom hovoríme my, neznamená byť bystrý, ale vrátiť ľudskú podstatu k jej pravej podstate, byť dobrým človekom, a prispôbiť sa povahovým vlastnostiam vesmíru. Vrodene vlastnosti určujú kvalitu osvietenia. Ak sú niekoho vrodene vlastnosti dobré, aj jeho kvalita osvietenia má sklon byť dobrá. Vrodene vlastnosti určujú kvalitu osvietenia; avšak, kvalita osvietenia nie je úplne predpísaná vrodene vlastnosťami. Bez ohľadu na to, aké dobré sú vaše vrodene vlastnosti, je neprijateľné, ak vám chýba pochopenie alebo porozumenie. U niektorých jedincov nie sú vrodene vlastnosti také dobré, majú však skvelú kvalitu osvietenia, a tak sa môžu kultivovať na vyššiu úroveň. Keďže my ponúkame spásu všetkým vnímajúcim bytostiam, pozeráme sa na kvalitu osvietenia, nie na vrodene vlastnosti. Hoci si so sebou prinášate veľa nedobrych vecí, pokiaľ ste odhodlaní kultivovať sa na vyššiu úroveň, tento váš úmysel je spravodlivý. S touto myšlienkou, sa iba potrebujete toho vzdať o trochu viac ako druhí, a napokon dosiahnete osvietenie.

Telo praktizujúceho už bolo očistené. Po vyvinutí gongu už nedostane chorobu, pretože prítomnosť tejto vysokoenergetickej látky v tele už ďalej nedovoľuje prítomnosť čiernej látky. Avšak niektorí ľudia tomu jednoducho odmietajú veriť, a stále si myslia, že sú chorí, sťažujú sa, "Prečo mi je tak nepríjemne?" Hovoríme, že to čo ste získali je gong. Keďže ste získali takú dobrú vec, ako môžete nemať nepohodlie? V kultivácii sa človek musí vzdať niektorých vecí na výmenu. V skutočnosti, všetky tieto nepohodlia sú na povrchu a na vaše telo nemajú vôbec žiaden dopad. Vyzerajú byť chorobou, ale určite ňou nie sú. Všetko závisí od toho, ako tomu rozumiete. Praktizujúci potrebujú byť nielen schopní zniesť najhoršie utrpenie, ale potrebujú mať aj dobrú kvalitu osvietenia. Niektorí ľudia sa to ani nepokúsia pochopiť, keď stoja pred ťažkosťami. Ja hovorím o vyšších úrovniach a o tom, ako sa ľudia môžu merať vyššími normami, ale oni sa stále ešte považujú za svetských ľudí. Nemôže ešte vstúpiť do stavu opravdivej kultivácie za účelom praktizovania, a nemôžu ani uveriť, že budú na vyššej úrovni.

Na vyššej úrovni, osvietenie znamená stať sa osvieteným; rozdeľuje sa na náhle osvietenie a postupné osvietenie. "Náhle osvietenie" sa vzťahuje na proces, v ktorom celá kultivačná prax prebieha v zamknutom režime. Potom čo ste ukončili celý kultivačný proces a váš xinxing sa zlepšil, v poslednom momente sa všetky nadprirodzené schopnosti naraz uvoľnia, Tretie Oko sa

okamžite otvorí na najvyššej úrovni, a vaša myseľ bude schopná komunikovať s vyššími bytosťami v iných dimenziách. Človek bude ihneď schopný vidieť skutočnosť celého vesmíru a jeho rôzne dimenzie a zjednotené raje, a bude sa potom s nimi schopný spojiť. Taktiež bude schopný použiť svoje veľké, nadprirodzené sily. Náhle osvietenie je najťažšia cesta. V histórii, iba ľudia so skvelými vrozenými vlastnosťami boli vybratí, aby sa stali učeními, a bolo to odovzdávané súkromne a individuálne. Pre priemerných ľudí by to bolo neznesiteľné! Cesta, ktorou som išiel ja, bolo náhle osvietenie.

Veci, ktoré vám odovzdávam ja, patria k postupnému osvieteniu. Počas procesu kultivácie, keď príde na určitú nadprirodzenú schopnosť čas, aby sa vyvinula, tak sa vyvinie. Nie je však zaručené, že vzniknutá nadprirodzená schopnosť vám bude k dispozícii. Ak ste neuspeli pri zlepšovaní xinxingu na určitú úroveň a nedokážete sa náležite správať, je pre vás ľahké dopustiť sa nesprávnych skutkov. Do určitého času budú tieto schopnosti na vaše použitie neprístupné. Avšak, neskôr sa budú môcť sprístupniť. Pomocou kultivačnej praxe budete postupne zlepšovať svoju úroveň a chápať pravdu tohto vesmíru. Rovnako ako pri náhlom osvietení, napokon bude dosiahnuté dovŕšenie. Cesta postupného osvietenia je trochu ľahšia a nenesie riziká. Zložitá časť je, že vidíte celý kultivačný proces, takže by ste sa mali držať ešte vyššej normy.

9. Jasná a čistá myseľ

Niektorí ľudia nemôžu vstúpiť do stavu pokoja počas praktizovania, a hľadajú metódu. Niektorí sa ma pýtali, “Majster, prečo nemôžem byť pokojný počas praktizovania? Môžete ma naučiť nejakú metódu alebo techniku, ktorou by som sa mohol stať pri sedení v meditácii pokojným?” No iste, ako sa môžete stať pokojnými?! Keby vás prišlo učiť cestu samotné božstvo, nebudete schopní stať sa pokojnými. Prečo? Dôvodom je, že vaša vlastná myseľ nie je jasná a čistá. Žijete v tejto spoločnosti, s mnohými emóciami a túžbami, s osobnými záujmami, a vaše vlastné záležitosti alebo dokonca i záležitosti vašej rodiny a priateľov zabrali príliš veľkú časť vašej mysle, a disponujú vysokou prioritou. Ako sa môžete stať pokojnými, keď sedíte v meditácii? Ak niečo zámerné potlačíte, automaticky sa to okamžite vráti späť.

Buddhistická kultivácia hovorí o prikázaní, samadhi, a múdrosti. Prikázanie znamená vzdať sa vecí, ku ktorým ste pripútaní. Niektorí si osvojili prístup, v ktorom odriekavajú meno Buddhu, čo vyžaduje sústredené odriekavanie, aby sa dosiahol stav “jedna myšlienka nahradí tisíce iných.” Nie je to však jednoducho prístup, ale druh schopnosti. Ak tomu neveríte, mali by ste skúsiť odriekať. Môžem vám sľúbiť, že zatiaľ čo používate svoje ústa na odriekavanie mena Buddhu, vo vašej mysli sa budú vynárať iné veci. Bol to Tibetský tantrizmus, ktorý prvý učil, ako odriekať meno Buddhu; každý deň počas jedného týždňa sa požadovalo odriekať meno Buddhu státisícekrát. Odriekavali, až kým z toho nemali závrat, a potom v ich mysli neostalo nakoniec nič. Táto jedna myšlienka nahradila všetky ostatné. Je to druh schopnosti, ktorú možno nie ste schopní predviesť. Sú aj niektoré iné metódy praktizovania, ktoré vás učia, ako sústrediť vaše myšlienky na váš dantian, alebo učia iné metódy, ako napríklad počítanie, upínanie zraku na predmety, atď. V skutočnosti, žiadna z týchto metód vám neumožní vstúpiť do úplného pokoja. Praktizujúci musia nadobudnúť jasnú a čistú myseľ, vzdať sa starosti o osobné záujmy, a odstrániť nenásytnosť so svojho srdca.

V skutočnosti, či niekto dokáže alebo nedokáže vstúpiť do nehybnosti a pokoja, je odrazom výšky jeho schopnosti a úrovne. Byť schopný vstúpiť do pokoja v tom okamihu keď si sadnete, je známkou vysokej úrovne. Je v poriadku, ak sa zatiaľ nedokážete stať pokojnými. Môžete to pomaly dosiahnuť počas kultivácie. Xinxing sa zlepšuje postupne, a rovnako tak gong. Bez toho,

aby ste brali zľahka svoje vlastné osobné záujmy a žiadosti, neexistuje pre gong spôsob, ako sa vyvinúť.

Praktizujúci by sa mali stále držať vyšších noriem. Praktizujúci sú neustále vyrušovaní všetkými druhmi zložitých spoločenských javov, množstvom vulgárnych a nezdravých vecí, rôznymi emóciami a túžbami. Veci, ktoré sú presadzované v televízii, vo filmoch, a v literatúre vás navádzajú stať sa silnejšou a praktickejšou osobou medzi svetskými ľuďmi. Ak sa nad to nedokážete povzniesť, ešte viac sa vzdialite xinxingu a duševnému stavu kultivujúceho a získate menej gongu. Praktizujúci by sa takýmito vulgárnymi a nezdravými záležitosťami mali zaoberať málo, alebo vôbec. Mali by byť slepí a hluchí k týmto veciam, nepohnutelní ľuďmi alebo vecami. Často hovorím, že mysle svetských ľudí mnou nemôžu pohnúť. Nestanem sa šťastným, keď ma niekto chváli, a nebudem ani vyvedený z rovnováhy, keď na mňa niekto kričí. Nezáleží na tom, akými vážnymi sa môžu stať xinxingové rušivé zasahovania medzi svetskými ľuďmi, nemá to na mňa žiaden účinok. Praktizujúci by mali brať veľmi zľahka všetok osobný zisk, a nestarať sa oň. Od toho bodu sa váš zámer stať sa osvieteným stane pevným. Bez silnej pripútanosti k usilovaniu sa o slávu a osobný zisk, a považovaním ich za niečo bezvýznamné, nebudete sklamaní alebo vyvedení z rovnováhy, a vždy ostanete psychicky vyrovnaní. Potom, ako budete schopní opustiť všetko, vaša myseľ sa prirodzene stane jasnou a čistou.

Učil som vás Veľkú Cestu (*Dafa*) a všetkých päť foriem cvičení. Upravil som vaše telá, vložil som do vašich tiel Falun a energetické mechanizmy, a moje Telá Zákona vás ochraňujú. Bolo vám dané všetko, čo vám malo byť dané. Počas seminára všetko záleží na mne. Od tohto bodu všetko záleží na vás. “Majster vás prevedie cez dvere kultivácie, avšak je na vás pokračovať v kultivovaní sa.” Pokiaľ budete študovať Veľkú Cestu dôkladne, pozorne to prežívať a chápať, chrániť si svoj xinxing v každom okamihu, zušľachťovať sa usilovne, vydržať najhoršie zo všetkých utrpení, a znášať najhoršie zo všetkých ťažkostí, myslím si, že určite uspejete vo vašej kultivácii.

Cesta kultivácie je v zlepšovaní xinxingu

Lod' na plavbu bezhraničným Veľkým Zákonom je poháňaná utrpením

Kapitola IV

Cvičebný systém Falun Gong

Falun Gong je špeciálny kultivačný systém Buddhovskej Školy. Má jedinečné časti, ktoré ho odlišujú od iných bežných kultivačných metód Buddhovskej Školy. Falun Gong je pokročilý kultivačný cvičebný systém. V minulosti slúžil ako prísna kultivačná metóda, ktorá vyžadovala, aby jej žiaci mali mimoriadne vysoký xinxing alebo vynikajúce vrodené vlastnosti. Kvôli tejto príčine je ťažké tento kultivačný systém spopularizovať. Avšak, aby si viac praktizujúcich zlepšilo svoju úroveň, aby vedeli o tomto kultivačnom systéme, a aby som splnil potreby týchto početných, oddaných žiakov, zostavil som skupinu kultivačných cvičení vhodnú pre verejnosť. Napriek úpravám, tieto cvičenia stále ďaleko prevyšujú priemerné kultivačné systémy v tom čo ponúkajú a v stupňoch, na ktorých sú praktizované.

Žiaci Falun Gongu si môžu nielen rýchlo vyvinúť svoj energetický potenciál a nadprirodzené schopnosti, ale aj vo veľmi krátkom čase získať neporovnateľne mocný Falun. Po svojom vytvorení sa Falun neustále samočinne otáča v spodnej časti brucha praktizujúceho. Neustále zhromažďuje energiu z vesmíru a premieňa ju na gong v žiakovom benti. Tým je dosiahnutý cieľ “Fa zušľacht’uje žiaka.”

Falun Gong pozostáva z piatich skupín pohybov. Sú to nasledujúce cvičenia: Buddha Ukazuje Tisíc Rúk, Falun Pozícia v Stoji, Prenikanie Dvomi Kozmickými Extrémami, Falun Nebeský Obeh, a Cesta Zosilňovania Nebeských Síl.

1. Cvičenie Buddha Ukazuje Tisíc Rúk (*Fo Zhan Qian Shou Fa*)⁵⁰

Princíp:

Jadrom cvičenia Buddha Ukazuje Tisíc Rúk je rozt’ahovanie, aby sa otvorili všetky energetické kanály. Začiatocníci môžu v krátkom čase po praktizovaní tohto cvičenia získať energiu, a skúsení žiaci sa rýchlo zlepšia. Toto cvičenie vyžaduje, aby všetky energetické kanály boli otvorené na začiatku, čo umožní žiakom okamžite praktizovať na veľmi vysokej úrovni. Pohyby tohto cvičenia sú pomerne jednoduché, pretože Veľké Tao je, ako princíp, jednoduché a ľahko naučiteľné. Aj keď sú pohyby jednoduché, v širšom meradle kontrolujú veľa vecí vyvinutých v celom kultivačnom systéme. Počas praktizovania tohto cvičenia budete v tele cítiť teplo a zažijete jedinečný pocit, že je tam veľmi silné energetické pole. To je spôsobené rozt’ahovaním a otváraním všetkých energetických kanálov v tele. Účelom je preniknúť cez oblasti, kde je energia blokováná, umožniť energii krúžiť voľne a plynulo, mobilizovať energiu vnútri tela a pod kožou, energicky ju nechať obiehať, a pohltiť obrovské množstvo energie z vesmíru. To praktizujúcemu súčasne umožní rýchlo vstúpiť do stavu, v ktorom bude mať qigongové energetické pole. Toto cvičenie sa praktizuje ako základné cvičenie Falun Gongu, a zvyčajne sa cvičí prvé. Je to jedna z metód zosilnenia kultivácie.

⁵⁰ Fo Zhan Qian Shou Fa (foa džan čjen šou fa).

Verše (Kou Jue)⁵¹

Shen Shen He Yi **Dong Jing Sui Ji**
(šén šén hu jí) (dong džing svej dží)

Ding Tian Du Zun **Qian Shou Fo Li**
(ding tien dú žun) (čien šou fu lí)

Príprava:

Uvoľnite celé telo, ale nie príliš. Stojte prirodzene, s chodidlami na šírku pliec. Miernie pokrčte kolená. Udržujte kolená a boky uvoľnené. Jemne zasunúte bradu. Špička jazyka sa dotýka podnebia.⁵² Nechajte malú medzeru medzi zubami. Spojte pery a zľahka zatvorte oči. Udržujte pokojný výraz tváre. Počas cvičenia budete mať pocit, že ste veľmi veľký a vysoký.

Spojte Ruky (*Liang Shou Jieyin*)⁵³

Zdvihnite obe ruky, dlane smerujú nahor. Končeky palcov sa jemne dotýkajú jeden druhého. Spojte ostatné štyri prsty a prekryte ich. U mužov je navrchu ľavá ruka; u žien je navrchu pravá ruka. Ruky sú v tvare oválu a držia sa v oblasti spodnej časti brucha. Udržujte horné časti ramien mierne vpredu s visiacimi laktami, takže podpazušia sú otvorené (obr. 1-1).



⁵¹ Kou Jue (ko džue) – “mnemonické rýmy”; tu, verše recitované pred vykonávaním cvičenia.

⁵² podnebie – vyčnievajúca časť podnebia za hornými zubami.

⁵³ Liang Shou Jieyin (ljang šou jye jin).

Maitreya Rozt'ahuje Svoj Chrbát (*Mi Le Shen Yao*)⁵⁴

Začnite so spojenými rukami (*jiyin*). Zatiaľ, čo sa spojené ruky dvíhajú, postupne vystierajte obidve nohy. Keď ruky dosiahnu pred tvár, oddel'te ich a postupne otáčajte obidve dlane nahor. Keď už sú ruky nad temenom hlavy, dlane smerujú dohora a prsty oboch rúk sú namierené oproti sebe vo vzdialenosti 20-25 cm (obr. 1-2). V rovnakom čase tlačte hlavu dohora a chodidlá zatlačte dole do zeme. Silne zatlačte spodnou časťou oboch dlaní nahor a rozt'ahujte telo asi 2-3 sekundy. Potom okamžite celé telo uvoľnite; osobitne kolená a boky sa majú vrátiť do uvoľneného stavu.

Tathagáta Vylieva Energiu do Temena Hlavy (*Ru Lai Guan Ding*)⁵⁵

Pokračujte z predchádzajúcej pozície. Obráťte obidve dlane von pod uhlom 140° naraz do oboch strán tak, aby vnútorné strany zápästí smerovali oproti sebe, vytvoriac tvar "lievika." Narovnajzte zápästia a posúvajte ich dole (obr. 1-3).

Keď ruky dosiahnú predok hrudníka, dlane sú otočené k hrudníku vo vzdialenosti asi 10 cm. Pokračujte v pohybe oboch rúk dole až k spodku brucha (obr. 1-4).

Stlačte Ruky pred Hrudníkom (*Shuang Shou Heshi*)⁵⁶

Keď ruky dosiahnu spodok brucha, okamžite ich zdvihnite pred hrudník a stlačte ich dovedna (*heshi*) (obr. 1-5). Keď dávate ruky dovedna, prsty a spodné časti dlaní tlačia oproti sebe, pričom medzi dlaňami je dutá medzera. Držte lakty hore, aby predlaktia vytvárali priamu líniu. (Držte ruky v Lotosovej Pozícii,⁵⁷ okrem dávania rúk dovedna (*heshi*) alebo ich spojenia (*jiyin*); toto je rovnaké aj v nasledujúcich cvičeniach.)



⁵⁴ Mi Le Shen Yao (mi le šen jao).

⁵⁵ Ru Lai Guan Ding (ru laj gvan ding).

⁵⁶ Shuang Shou Heshi (švang šou heši).

⁵⁷ Lotosová pozícia – pozícia ruky, v ktorej je prostredník vysunutý jemne dovnútra, pričom ostáva takmer vystretý.

Ruky Mieria na Nebesia a Zem (*Zhang Zhi Qian Kun*)⁵⁸

Začnite pozíciou heshi. Súčasne oddel'te ruky od seba na 2-3 cm, a začnite ich otáčať. Muži otáčajú ľavú ruku (ženy pravú ruku) k hrudi a pravú ruku otáčajú von, takže ľavá ruka je navrchu a pravá ruka je naspodku. Obe ruky sú v priamej línii s predlaktiami (obr. 1-6).

Ďalej naťahujte ľavé predlaktie šikmo vľavo hore s dlaňou obrátenou dole, až kým ruka nedosiahne úroveň hlavy. Pravá ruka je stále pri hrudníku s dlaňou obrátenou hore. Keď je ľavá ruka vystretá, postupne natiahnite celé telo, hlavu tlačte hore, a chodidlá zatlačte dole. Natiahnite ľavú ruku dohora vľavo hore, pričom pravá ruka, ktorá je pred hrudníkom, sa naťahuje spolu s ramenom smerom von (obr. 1-7). Naťahujte asi 2-3 sekundy, a potom celé telo okamžite uvoľnite. Ľavú ruku vráťte k hrudníku a do heshi (obr. 1-5).

Potom dlane opäť otočte. Pravá ruka (u žien ľavá ruka) je navrchu a ľavá ruka je naspodku (obr. 1-8).

Pravá ruka opakuje predchádzajúce pohyby ľavej ruky; čiže, vystrite pravé predlaktie šikmo hore s dlaňou smerujúcou dole, až kým sa ruka nedostane do výšky hlavy. Ľavá ruka je stále pri hrudníku s dlaňou smerujúcou dohora. Po natiahnutí (obr. 1-9), okamžite uvoľnite celé telo. Presuňte ruky pred hrudník a dajte ich do heshi (obr. 1-5).

Zlatá Opica Rozpolt'uje Svoje Telo (*Jin Hou Fen Shen*)⁵⁹

Začnite pozíciou heshi. Oddel'te ruky pred hrudníkom a vystierajte ich do strán tela, aby vytvorili s plecami priamu líniu. Postupne natiahnite celé telo. Hlavu tlačte nahor, chodidlá zatlačte dole, ruky energicky vystrite do strán, a natiahnite sa do štyroch smerov (obr. 1-10) na 2-3 sekundy. Okamžite uvoľnite celé telo a položte ruky do polohy heshi (obr. 1-5).



圖 1-9



圖 1-10



圖 1-11

⁵⁸ Zhang Zhi Qian Kun (žang ži čjen kun).

⁵⁹ Jin Hou Fen Shen (džin hou fèn šen).

Dvaja Draci sa Potápajú do Mora (*Shuang Long Xia Hai*)⁶⁰

Z polohy heshi oddel'te ruky a vystrite ich dopredu dole. Keď sú obidve ruky rovnobežné a vystreté, majú s nohami zviať uhol asi 30° (obr. 1-11). Natiahnite celé telo. Tlačte hlavu nahor a chodidlá zatlačte dole. Naťahujte asi 2-3 sekundy. Okamžite uvoľnite celé telo. Vráťte ruky a dajte ich k sebe do heshi.

Bodhisattva Kladie Ruky na Lotos (*Pu Sa Fu Lian*)⁶¹

Z pozície heshi oddel'te obidve ruky a vystrite ich šikmo po stranách tela, s uhlom medzi ramenami a nohami asi 30° (obr. 1-12). Postupne naťahujte celé telo, pričom končeky prstov ťahajte malou silou dole. Potom celé telo okamžite uvoľnite. Presuňte ruky k hrudníku a dajte ich k sebe do heshi.

Arhat Nesie Horu na Svojom Chrbte (*Luo Han Bei Shan*)⁶²

Začnite s rukami v heshi. Oddel'te ruky a vystrite ich dozadu. Zároveň otáčajte obidve dlane dozadu. Keď ruky prechádzajú okolo strán tela, pomaly ohýňajte zápästia. Keď ruky dosiahnu za telo, uhol medzi zápästiami a telom je 45° (obr. 1-13). Celé telo postupne natiahnite. Keď ruky dosiahnu správnu polohu, tlačte hlavou hore a chodidlami zatlačte dole. Držte telo vzpriamené, a naťahujte asi 2-3 sekundy. Okamžite celé telo uvoľnite a vráťte ruky do heshi.



⁶⁰ Shuang Long Xia Hai (švang long šija haj).

⁶¹ Pu Sa Fu Lian (pu sa fu lyen).

⁶² Luo Han Bei Shan (lua han bej šan).

Vajra Prevracia Horu (*Jin Gang Pai Shan*)⁶³

Začnite rukami spojenými v heshi. Oddel'te obidve ruky od seba a zatlačte dlaňami dopredu. Prsty smerujú nahor. Ruky držte na úrovni pliec. Keď sú ruky vystreté, tlačte hlavu hore a zatlačte chodidlami dole. Telo držte vzpriamené (obr. 1-14). Nat'ahujte 2-3 sekundy. Okamžite uvoľnite celé telo. Dajte obidve ruky pred hrudník a vrá'te ruky do heshi.



圖 1-15

圖 1-16

Preložte Ruky pred Spodkom Brucha (*Die Kou Xiao Fu*)⁶⁴

Začnite rukami spojenými v heshi. Pomaly posúvajte ruky dole, pričom dlane otočte k brušnej časti. Keď sa ruky dostanú do oblasti spodku brucha, preložte ruky. U mužov je vnútri ľavá ruka, u žien je vnútri pravá ruka. Dlaň jednej ruky smeruje k vonkajšej strane druhej. Medzi oboma rukami udržiavajte vzdialenosť 3 cm a ďalšie 3 cm medzi vnútornou rukou a spodkom brucha. Zvyčajne človek ruky preloží od 40 do 100 sekúnd (obr. 1-15). Cvičenie ukončíte spojením rúk do pozície jieyin (obr. 1-16).

2. Falun Pozícia v Stoji (*Falun Zhuang Fa*)⁶⁵

Princíp:

Toto je druhé z cvičení Falun Gongu. Je to pokojné cvičenie v stoji pozostávajúce zo štyroch koleso-objímajúcich pohybov. Pohyby sa opakujú, a každú polohu je potrebné držať pomerne dlhý čas. Začiatocníci môžu spočiatku cítiť, že ich ruky sú ťažké a bolestivé. Ale po cvičení sa ich celé telo bude cítiť uvoľnene, bez pocitu akejkoľvek únavy, ktorá prichádza z pracovania. Ako sa zvyšuje frekvencia a dĺžka cvičenia, praktizujúci môžu cítiť Falun otáčajúci sa medzi

⁶³ Jin Gang Pai Shan (džin gang pei šan).

⁶⁴ Die Kou Xiao Fu (dje kou šja fu).

⁶⁵ Falun Zhuang Fa (fáľun žuang fá).

rukami. Časté praktizovanie Falun Pozície v Stoji umožní úplné otvorenie celého tela a zvýši energetický potenciál. Falun Pozícia v Stoji je ucelená kultivačná metóda na zvýšenie múdrosti, zvýšenie úrovni, a zosilnenie nebeských síl. Pohyby sú jednoduché, avšak týmto cvičením možno dosiahnuť veľa; to, čo sa cvičí, je všeobsahujúce. Počas cvičenia, pohyby vykonávajú prirodzene. Musíte si byť vedomí toho, že cvičíte. Nekníšte sa, hoci je prirodzené, že sa budete mierne hýbať. Rovnako ako aj v ostatných cvičeniach Falun Gongu, koniec cvičenia neznamena koniec praktizovania, keďže Falun sa nikdy neprestane otáčať. Výdrž v každej polohe môže byť od človeka k človeku rôzna; čím je dlhšia, tým lepšie.

Verše

Sheng Hui Zeng Li Rong Xin Qing Ti
(šung hvej ženg lí) (rong šin čing tí)

Si Miao Si Wu Fa Lun Chu Qi
(szz mjao szz vu) (fá lun ču čí)

Príprava:

Uvoľnite celé telo, ale nie príliš. Stojte prirodzene, s chodidlami na šírku pliec. Mierne pokrčte kolená. Udržujte kolená a boky uvoľnené. Bradu stiahnite jemne dozadu. Konček jazyka sa dotýka podnebia. Medzi zubami nechajte malú medzeru. Spojte pery a jemne zatvorte oči. Udržujte pokojný výraz tváre. Spojte ruky do jieyin (obr. 2-1).



圖 2-1

圖 2-2

圖 2-3

Držanie Kolesa pred Hlavou (*Tou Qian Bao Lun*)⁶⁶

Začnite s rukami v jieyin. Pomaly dvíhajte obidve ruky zo spodku brucha, pričom ich oddeľujte. Keď ruky dosiahli prednú časť hlavy, dlane sú otočené k tvári na úrovni obočia. Končeky prstov oboch rúk smerujú k sebe vo vzdialenosti 15 cm. Ruky vytvárajú kruh a celé telo je uvoľnené (obr. 2-2).



圖 2-4

圖 2-5

圖 2-6

圖 2-7

Držanie Kolesa pred Bruchom (*Fu Qian Bao Lun*)⁶⁷

Z predchádzajúcej pozície ruky postupne spúšťajte dole. Držte nezmenenú polohu, až kým nedosiahnu oblasť spodnej časti brucha. Medzi rukami a bruchom udržiavajte vzdialenosť asi 10 cm. Lakte držte vpredu, aby podpazušia ostali otvorené. Dlane smerujú nahor. Prsty oboch rúk smerujú k sebe vo vzdialenosti 10 cm. Ruky vytvárajú kruh. (obr. 2-3).

Držanie Kolesa nad Hlavou (*Tou Ding Bao Lun*)⁶⁸

Z predchádzajúcej pozície pomaly dvíhajte ruky, udržiavajúc nezmenený tvar kruhu. Držte koleso nad hlavou s prstami smerujúcimi k sebe. Dlane smerujú dole, vzdialenosť medzi končekmi prstov oboch rúk je 20-30 cm. Ruky vytvárajú kruh. Plecia, ramená, lakte a zápästia udržiavajte uvoľnené (obr. 2-4).

⁶⁶ Tou Qian Bao Lun (tou čjen bao lun).

⁶⁷ Fu Qian Bao Lun (fu čjen bao lun).

⁶⁸ Tou Ding Bao Lun (tou ding bao lun).

Držanie Kolesa po Oboch Stranách Hlavy (*Liang Ce Bao Lun*)⁶⁹

Z predchádzajúcej pozície presuňte ruky pomaly dole po stranách hlavy. Dlane udržujte nasmerované k ušiam, predlaktia dohora, a plecia uvoľnené. Nedržte ruky príliš blízko pri ušiach (obr. 2-5).

Preložte Ruky pred Spodkom Brucha (*Die Kou Xiao Fu*)

Z predchádzajúcej pozície pomaly presuňte ruky dole do oblasti spodnej časti brucha. Preložte ruky (obr. 2-6).

Cvičenie ukončíte s rukami v polohe jieyin (obr. 2-7).

3. Cvičenie Prenikanie Dvomi Kozmickými Extrémami (*Guantong Liang Ji Fa*)⁷⁰

Princíp:

Toto cvičenie je určené na premiešanie a zlúčenie kozmickej energie s energiou vnútri tela. Veľké množstvo energie je vylučované z tela a naberané dovnútra. Vo veľmi krátkom čase môže praktizujúci vylúčiť zo svojho tela choroboplodnú a čiernu qi a nabráť veľké množstvo energie z vesmíru, čím sa umožní očistenie jeho tela a rýchle dosiahnutie stavu “Čistého Bieleho Tela”. Počas vykonávania pohybov rúk, toto cvičenie tiež napomáha “otvoreniu temena hlavy”, a odblokováva dráhy pod chodidlami.

Pred vykonávaním cvičenia si predstavte seba ako dva obrovské prázdne sudy stojace medzi nebom a zemou, gigantické a neporovnateľne vysoké. Pri pohybe rúk hore sa qi hrnie z vnútra tela cez temeno hlavy von do horných kozmických extrémov; pri pohyboch rúk dole vychádza cez spodok chodidiel do dolných kozmických extrémov. Nasledujú pohyby rúk, energia sa z oboch extrémov vracia späť dovnútra tela, a potom je vysielaná do opačného smeru. Pohyby opakujte striedavo deväťkrát. Pri deviatom pohybe držte ľavú ruku (ženy pravú ruku) hore a čakajte na príchod druhej ruky. Potom sa pohybujú obidve ruky spoločne nadol, prinášajúc energiu do dolných extrémov, a potom späť do horných extrémov, pozdĺž tela. Keď ruky vykonali pohyb hore a dole deväťkrát, energia sa prinesie naspäť do tela. Otočte Falun v dolnej časti brucha štyrikrát v smere hodinových ručičiek (pri pohľade spredu), aby sa energia, ktorá je vonku, vtočila späť do tela. Spojte ruky v jieyin, aby ste ukončili cvičenie, nie však praktizovanie.

Verše

Jing Hua Ben Ti
(žing hua ben ti)

Fa Kai Ding Di
(fa kajh ding dí)

Xin Ci Yi Meng
(šin tzv jí mung)

Tong Tian Che Di
(tong tian čí dí)

⁶⁹ Liang Ce Bao Lun (ljang tce bao lun).

⁷⁰ Guantong Liang Ji Fa (gvantong ljang dží fa).

Príprava:

Uvoľnite celé telo, ale nie príliš. Stojte prirodzene, s chodidlami na šírku pliec. Mierne pokrčte kolená. Udržujte kolená a boky uvoľnené. Bradu stiahnite jemne dozadu. Konček jazyka sa dotýka podnebia. Medzi zubami nechajte malú medzeru. Spojte pery a jemne zatvorte oči. Udržujte príjemný výraz tváre. Spojte ruky do jieyin (obr. 3-1), a potom ich dajte pred hrudník do heshi (obr. 3-2).

Jednoručný Pohyb (*Dan Shou Chong Guan*)⁷¹

Z pozície heshi začnite jednoručný pohyb. Ruky sa pohybujú pomaly spolu s energetickým mechanizmom zvonka tela. Nasledujúce pohyby rúk, energia vnútri tela tečie plynulo hore a dole. Muži zdvíhajú najprv ľavú ruku; ženy zdvíhajú najprv pravú ruku (obr. 3-3).

Pomaly zdvíhajte ruku, presúvajte ju popred tvár a vystrite ju nad vrcholom hlavy. Súčasne pomaly spustíte pravú ruku (ženy ľavú ruku). Týmto spôsobom udržiavajte obe ruky v striedavom pohybe (obr. 3-4). Dlane udržiavajte namierené k telu vo vzdialenosti 10 cm. Počas vykonávania cvičenia udržiavajte celé telo uvoľnené. Jeden pohyb ruky hore a dole sa počíta ako jeden raz. Opakujte celkovo deväťkrát.



⁷¹ Dan Shou Chong Guan (dan šou čong gvan).

Obojručný Pohyb (*Shuang Shou Chong Guan*)⁷²

Pri deviatom pohybe, ľavá ruka (u žien pravá ruka) ostane hore a čaká, kým zdvihneme druhú ruku. Obidve ruky ukazujú nahor (obr. 3-5).

Ďalej presuňte obidve ruky súčasne dole (obr. 3-6). Dlane udržujte namierené k telu vo vzdialenosti 10 cm. Jeden pohyb rúk hore a dole sa počíta ako jeden raz. Opakujte deväťkrát.



圖 3-5



圖 3-6



圖 3-7



圖 3-8

Otáčanie Faluna Oboma Rukami (*Shuang Shou Tui Dong Falun*)⁷³

Po ukončení obojručných pohybov spúšťajte obidve ruky popred tvár a hrudník, až kým nedosiahnu oblasť spodku brucha. Teraz otočte Falun (obr. 3-7, 3-8 a 3-9) v spodnej časti brucha, pričom u mužov je vnútri ľavá ruka a u žien je vnútri pravá ruka. Udržujte vzdialenosť 3 cm medzi oboma rukami a medzi vnútornou rukou a spodkom brucha. Otočte Falun štyrikrát v smere hodinových ručičiek (pri pohľade spredu), aby sa energia zvonka vtočila späť dovnútra tela. Počas otáčania Faluna udržujte pohyby obidvoch rúk v oblasti spodku brucha.

⁷² Shuang Shou Chong Guan (švang šou čong gvan).

⁷³ Shuang Shou Tui Dong Falun (švang šou tvej dong falun).



圖 3-9

圖 3-10

Spojte Ruky (obr. 3-10) (*Liang Shou Jieyin*)⁷⁴

4. Cvičenie Falun Nebeský Obeh (*Falun Zhou Tian Fa*)⁷⁵

Princíp:

Toto cvičenie umožňuje energii ľudského tela krúžiť cez rozsiahle oblasti. Energia pritom neprechádza iba cez jeden alebo niekoľko meridiánov, ale krúži z celej jinyovej časti tela do celej yangovej časti, opäť znova a znova. Toto cvičenie je oveľa dokonalejšie ako priemerné metódy otvárania meridiánov alebo veľké a malé nebeské obeh. Toto cvičenie Falun Gongu je na strednej úrovni. Na základe predchádzajúcich troch cvičení, toto je určené na otvorenie všetkých meridiánov v tele (vrátane veľkého nebeského obehu), takže meridiány v celom tele sa budú postupne spájať, od vrchu po spodok. Najvynikajúcejšou vlastnosťou tohto cvičenia je použitie otáčania Faluna na opravenie všetkých neprirodzených stavov ľudského tela, čím sa umožní ľudskému telu – malému vesmíru – navrátiť sa do svojho pôvodného stavu, a energia celého tela môže krúžiť voľne a plynulo. Po dosiahnutí tohto stavu dosiahne praktizujúci veľmi vysokú úroveň kultivácie Zákona Trojitého Sveta. Tí s veľmi dobrými vrodennými vlastnosťami môžu začať kultiváciu Veľkej Cesty (*Dafa*). V tomto čase bude ich energetický potenciál a nadprirodzené sily rásť veľmi dramaticky. Keď praktizujete toto cvičenie, pohybujte rukami spolu s energetickým mechanizmom. Každý pohyb je nenáhlivý, pomalý, a plynulý.

Verše

Xuan Fa Zhi Xu
(šuej fa džr šju)

Xin Qing Si Yu
(šin čing szz ju)

⁷⁴ Liang Shou Jieyin (ljang šou džejin).

⁷⁵ Falun Zhou Tian Fa (falun žou tien fa).

Fan Ben Gui Zhen **You You Si Qi**
(fán bun guej žen) (jo jo szz či)

Príprava:

Uvoľnite celé telo, ale nie príliš. Stojte prirodzene, s chodidlami na šírku pliec. Mierne pokrčte kolená. Udržujte kolená a boky uvoľnené. Mierne vtiahnite bradu. Konček jazyka sa dotýka podnebia. Medzi zubami nechajte malú medzeru. Spojte pery a jemne zatvorte oči. Udržujte príjemný výraz tváre.

Spojte ruky do jieyin (obr. 4-1), potom ich dajte dovedna pred hrudník do heshi (obr. 4-2).



Oddel'te obidve ruky z heshi. Posúvajte ich dole k spodnej časti brucha, pričom otočte obidve dlane k telu. Medzi rukami a telom udržiavajte vzdialenosť asi 10 cm. Keď ruky prešli popred spodnú časť brucha, ťahajte ich ďalej dole pozdĺž vnútorných strán nôh. Súčasne sa zohýbajte v páse a skrčte sa do drepu (obr. 4-3).

Keď sú končeky prstov tesne pri zemi, spravte rukami kruh smerom od vnútornej časti nôh, okolo vonkajšej časti chodidiel až k vonkajšku päty (obr. 4-4).

Potom mierne ohnite obidve zápästia a zdvíhajte ruky pozdĺž zadnej strany nôh (obr. 4-5).

Narovnávajte chrbticu, pričom zdvíhajte ruky pozdĺž chrbta (obr. 4-6). Počas cvičenia nedovoľte rukám, aby sa dotkli nejakej časti tela; inak sa energia obidvoch rúk vráti naspäť do tela.

Keď už ruky nemožno zdvihnúť vyššie, spravte duté päste (obr. 4-7), potom presuňte obe ruky popod pazuchy dopredu.

Prekrižte obidve ruky pred hrudníkom; (Nie je zvláštna požiadavka na to, ktoré rameno je hore alebo ktoré rameno je dole. Závisí to od zvyku. Toto je rovnaké pre mužov aj ženy) (obr. 4-8).



圖 4-5

圖 4-6

圖 4-7

圖 4-8

Otvorte duté päste a položte ruky nad plecia (pri zachovaní medzery). Posúvajte ruky pozdĺž vonkajšej (*jangovej*) strany ramien. Keď sa dostanete k zápästiam, otočte ruky tak, že dlane budú smerovať k sebe vo vzdialenosti 3-4 cm. Čiže, vonkajší palec je otočený hore a vnútorný palec je dole. V tomto čase ruky a ramená vytvárajú “priamu líniu” (obr. 4-9).

Otáčajte obidve dlane, akoby držali loptu; čiže, vonkajšia ruka sa otočí dovnútra a vnútorná ruka sa otočí von. Ako sa obidve ruky posúvajú po vnútornej (*jinovej*) strane dolnej a hornej časti ramien, zdvíhajte ich hore a ponad zadnú časť hlavy. Ruky ostanú v prekríženej polohe za hlavou (obr. 4-10).



圖 4-9

圖 4-10

圖 4-11

圖 4-12

Ďalej pokračujte v pohybe rúk dole k chrbtici (obr. 4-11).

Oddel'te ruky s končekmi prstov smerujúcimi dole, a spojte ich s energiou chrbta. Potom pohybujte rukami súbežne ponad temeno hlavy až pred hrudník (obr. 4-12). Týmto je nebeský obeh ukončený. Tieto pohyby zopakujte deväťkrát. Po ukončení cvičenia presuňte obe ruky popred hrudník až k spodku brucha.



圖 4-13

圖 4-14

Preložte ruky pred spodkom brucha (*die kou xiao fu*) (obr. 4-13), a potom spojte obidve ruky do jieyin (obr. 4-14).

5. Cvičenie na Zosilňovanie Nebeských Síľ (*Shen Tong Jia Chi Fa*)⁷⁶

Princíp:

Cvičenie na Zosilňovanie Nebeských Síľ je pokojné kultivačné cvičenie vo Falun Gongu. Je to viacúčelové cvičenie zamerané na zosilnenie nebeských síľ (vrátane nadprirodzených schopností) a energetického potenciálu pomocou otáčania Faluna s Buddhovskými pohybmi rúk. Je to cvičenie nad stredne pokročilou úrovňou a pôvodne bolo uchovávané ako tajné cvičenie. Aby som vyhovel požiadavkám žiakov so solidnou základňou, mimoriadne som zverejnil túto kultivačnú metódu na spasenie predurčených žiakov. Toto cvičenie vyžaduje sedieť s prekríženými nohami. Uprednostňuje sa plná lotosová pozícia, aj keď je prijateľná aj polovičná lotosová pozícia. Počas cvičenia je prúdenie qi silné a energetické pole okolo tela je pomerne veľké. Ruky pri pohybe nasledujú energetický mechanizmus nainštalovaný Majstrom. Keď začnú pohyby rúk, srdce nasleduje pohyby myšlienok. Počas zosilňovania nebeských síľ udržiavajte myseľ prázdnu, s ľahkým sústredením sa na obidve dlane. V strede dlaní budete cítiť teplo, tiaž, elektrinu, znečlivenie, akoby ste v nich držali niečo ťažké, atď. Napriek tomu sa zámerne neusilujte o žiadne z týchto pocitov – nechajte ich prebiehať prirodzene. Čím dlhšie sú nohy prekrížené, tým lepšie; závisí to od vytrvalosti jednotlivca. Čím dlhšie človek sedí, tým je cvičenie intenzívnejšie a energia rastie rýchlejšie. Počas cvičenia na nič nemyslite – nie je tam

⁷⁶ Shen Tong Jia Chi Fa (šen tong džia či fa).

žiaden zámer mysle – a uvoľnite sa do stavu pokoja. Postupne vstúpte do stavu ding⁷⁷ z dynamického stavu, ktorý vyzerá byť stavom pokoja, ale nie je to ding. Avšak vaše hlavné vedomie si musí byť vedomé toho, že cvičíte.

Verše

You Yi Wu Yi **Yin Sui Ji Qi**
(ju jí wu jí) (jin šuej dží čí)

Si Kong Fei Kong Dong Jing Ru Yi
(szz kong fej kong) (dong džing žu jí)

Spojte Ruky (*Liang Shou Jieyin*)

Sed'te s nohami prekríženými v lotosovej pozícii. Uvoľnite celé telo, ale nie príliš. Pás a krk držte vzpriamený. Mierne vtiahnite spodnú sánku. Konček jazyka sa dotýka podnebia. Medzi zubami nechajte malú medzeru. Pery sú spojené. Jemne zatvorte oči. Srdce naplňte súcitom. Na tvári je mierumilovný a pokojný výraz. Spojte ruky do jieyin pred spodkom brucha, a postupne sa uvoľnite do stavu pokoja (obr. 5-1).

Prvý Pohyb Ruky

Keď začnú pohyby rúk, srdce nasleduje pohyb myšlienok. Pohyby majú nasledovať energetický mechanizmus nainštalovaný Majstrom. Majú byť vykonávané nenáhľivo, pomaly, a plynulo. Pomaly zdvíhajte ruky v polohe jieyin až kým sa nedostanú pred hlavu. Potom dlane postupne otáčajte, aby smerovali dohora. Keď sú dlane otočené dohora, ruky tiež dosiahli najvyšší bod (obr. 5-2).

Potom ruky od seba oddel'te, nakreslite nad hlavou oblúk, a otáčajte ich do strán, až kým sa nedostanú pred hlavu (obr. 5-3).

Hneď nato ruky pomaly spustite nižšie. Pokúste sa držať lakte vnútri, s dlaňami otočenými hore a prstami ukazujúcimi smerom dopredu (obr. 5-4).

Potom ohnite zápästia a prekrížte ich pred hrudníkom. U mužov ide ľavá ruka smerom von, u žien ide pravá ruka smerom von (obr. 5-5).

⁷⁷ *ding* – pokojný ale vedomý stav mysle.



圖 5-1

圖 5-2

圖 5-3

Keď ramená a ruky vytvorili “priamu líniu,” zápästie vonkajšej ruky sa otáča smerom von, pričom dlaň sa otáča smerom hore. Nakreslite polkruh, a otočte dlaň tak, aby ukazovala hore s prstami smerujúcimi dozadu. Ruka použije miernu silu. Dlaň ruky, ktorá je vnútri, sa po prekrížení pred hrudníkom otáča smerom dole. Vystrite rameno. Otáčajte rameno a ruku tak, aby dlaň smerovala von. Ruka a rameno v dolnej časti tela má zvierat’ s telom uhol 30° (obr. 5-6).



圖 5-4

圖 5-5

圖 5-6

Druhý Pohyb Ruky

Pokračujúc z predchádzajúcej pozície (obr. 5-6), ľavá ruka (horná ruka) sa pohybuje dovnútra. Počas zdvíhania pravej ruky sa jej dlaň otáča k telu. Pohyby sú rovnaké ako pri prvom pohybe, s tým, že ľavá a pravá ruka sú vymenené. Pozície rúk sú presne opačné (obr. 5-7).

Tretí Pohyb Ruky

Muži vystrú pravé zápästie (ženy ľavé) s dlaňou smerujúcou k telu. Potom, čo pravá ruka prechádza popred hrudník, otočte dlaň smerom dole a spúšťajte ju dole až k holennej kosti. Držte rameno vystreté. Ľavé zápästie u mužov (u žien pravé) sa otáča, pričom sa pohybuje hore a prekríži sa s pravou rukou, takže dlaň je otočená k telu. V rovnakom čase presuňte dlaň k ľavému (ženy pravému) plecu. Keď ruka dosiahla svoju pozíciu, dlaň smeruje nahor a prsty ukazujú dopredu (obr. 5-8).



圖 5-7

圖 5-8

圖 5-9

Štvrtý Pohyb Ruky

Je to rovnaký pohyb ako v predchádzajúcom prípade s vymenenými polohami rúk. Ľavá ruka u mužov (u žien pravá) sa pohybuje dovnútra, a pravá ruka (u žien ľavá) po vonkajšku. Pohyby iba vymenia ľavú ruku s pravou. Pozície rúk sú opačné. (obr. 5-9). Všetky štyri pohyby rúk sú vykonávané súvislo a bez zastavenia.



圖 5-10

圖 5-11

Zosilňovanie Nebeských Síľ Guľového Tvaru

Pokračujúc zo štvrtého pohybu ruky, horná ruka sa pohybuje po vnútornej strane a dolná ruka sa pohybuje po vonkajšej. U mužov, pravá dľaň sa postupne otáča a presúva dole k oblasti hrudníka. Ľavá ruka u mužov (u žien pravá) sa pohybuje nahor. Keď obe predlaktia dosiahli oblasť hrudníka a vytvárajú priamu líniu (obr. 5-10), ťahajte ruky od seba smerom do strán (obr. 5-11), pričom dlane otáčajte smerom dole.

Keď obidve ruky prešli ponad kolená, držte ruky na úrovni bokov. Predlaktia a zápästia sú na rovnakej úrovni. Uvoľnite obidve ramená (obr. 5-12). Táto pozícia je na predĺženie vnútorných nebeských síľ do rúk, aby sa zosilnili. Sú to nebeské sily guľového tvaru. Keď zosilňujeme nebeské sily, dlane budete cítiť teplé, ťažké, a znečítlivené, akoby držali nejakú váhu. Neusilujte sa však zámerné o tieto pocity – nechajte ich prísť prirodzene. Čím dlhšie sa pozícia drží, tým lepšie. Držte pokiaľ sa necítite príliš unavený, aby ste to vydržali.



圖 5-12



圖 5-13

Zosilňovanie Nebeských Síľ Stĺpového Tvaru

Nasledujúc predchádzajúcu pozíciu, pravá ruka (u žien ľavá) sa otáča tak, že dľaň ukazuje hore, a v rovnakom čase sa presúva k spodnej časti brucha. Keď ruka dosiahla svoju pozíciu, dľaň ostane pri spodnej časti brucha, pričom je otočená nahor. V rovnakom čase, keď sa pohybuje pravá ruka, zdvihnite ľavú ruku (ženy pravú) a súčasne ju presuňte k brade. S dľaňou stále smerujúcou dole, držte ruku tak vysoko, ako bradu. Predlaktie a ruka sú na rovnakej úrovni. V tomto čase smerujú dlane oproti sebe a ostávajú nehybné (obr. 5-13). Toto je zosilňovanie nebeských síľ stĺpového tvaru, ako napríklad “hromová dľaň,” atď. Držte túto pozíciu, až kým necítite, že je nemožné držať ju dlhšie.

Potom horná ruka kreslí polkruh vpredu a klesne k spodnej časti brucha. Súčasne zdvíhajte spodnú ruku, až kým nebude priamo pod bradou, pričom otáčajte dľaň smerom dole (obr. 5-14). Rameno je na rovnakej úrovni ako plece, pričom dlane sú otočené k sebe. Toto tiež zosilňuje nadprirodzené sily, iba s opačnou pozíciou rúk. Držte pozíciu, až kým sú ruky príliš unavené, aby ste to vydržali.

Kultivácia v Pokoji

Z poslednej pozície, horná ruka kreslí polkruh dole k spodnej časti brucha. Spojte ruky do jiejin a začnite kultiváciu v stave pokoja (obr. 5-15). Ostaňte v stave ding; čím dlhšie, tým lepšie.



圖 5-14



圖 5-15



圖 5-16

Zakončujúca Pozícia

Dajte ruky k sebe pred hrudník do heshi (obr. 5-16). Vystúpte zo stavu ding a ukončíte sedenie s prekříženými nohami.

Niektoré základné požiadavky a slová varovania pre praktizovanie Falun Gongu.

1. Skupina piatich cvičení sa môže praktizovať za sebou alebo výberovo. Zvyčajne sa však vyžaduje, aby ste začali prvým cvičením. Navyše, je najlepšie robiť prvé cvičenie trikrát. Samozrejme, ostatné cvičenia môžu byť praktizované aj bez prvého. Každé cvičenie sa môže vykonávať samostatne.
2. Každý pohyb treba vykonávať presne a v zreteľnom rytme. Ruky a ramená sa majú pohybovať plynulo hore a dole, dozadu a dopredu, doľava a doprava. Nasledujúci energetický mechanizmus, pohybujte sa nenáhľivo, pomaly, a plynulo. Nepohybujte sa príliš rýchlo alebo príliš pomaly.
3. Počas celého cvičenia sa musíte udržiavať pod kontrolou hlavného vedomia, pretože Falun Gong zušľachtuje hlavné vedomie. Nesnažte sa úmyselne kývať. Potlačte kolísanie tela, ak sa objaví. Pokiaľ je to potrebné, môžete otvoriť oči.
4. Uvoľnite celé telo, hlavne oblasti kolien a bokov. Ak stojíte príliš strnulo, meridiány budú zablokované.

5. Počas cvičení majú byť pohyby uvoľnené a prirodzené, voľné a natiahnuté, pokojné a ľahké. Pohyby majú byť pevné, ale jemné, je v nich určitá sila, ale nie strnulosť alebo ťarbavosť. Týmto sa dosiahne znateľná účinnosť.

6. Vždy, keď dokončíte cvičenie, ukončíte pohyby, nie však kultivačný mechanizmus. Potrebujete iba spojiť ruky (*jiyin*). Ukončenie so spojenými rukami znamená koniec pohybov. Neukončujte kultivačný mechanizmus použitím myšlienky, pretože otáčanie Faluna sa nedá zastaviť.

7. Tí, ktorí sú slabí alebo chronicky chorí, môžu cvičiť podľa svojich možností. Môžu cvičiť menej alebo si vybrať ľubovoľné z piatich cvičení. Tí, ktorí nemôžu vykonávať pohyby, môžu namiesto nich cvičiť sedenie v lotosovej pozícii. Jednako by ste však mali pokračovať v praktizovaní.

8. Počas cvičenia nie sú zvláštne požiadavky na miesto, čas alebo smer. Doporučuje sa však čisté miesto a tiché okolie.

9. Tieto cvičenia sa praktizujú bez použitia akéhokoľvek zámeru mysle, a nikdy sa nedostanete na scestie. Nemiešajte však Falun Gong s akýmikoľvek inými systémami kultivácie. Inak sa Falun zdeformuje.

10. Pokiaľ zistíte, že je pre vás skutočne nemožné vstúpiť počas cvičenia do stavu pokoja, môžete odriekať Majstrovo meno. Časom budete postupne schopní vstúpiť do stavu pokoja.

11. Počas praktizovania sa môžu vyskytnúť rôzne utrpenia. Je to jeden spôsob platenia za karmu. Každý má karmu. Ak cítite vo svojom tele nepohodlie, nepovažujte to za chorobu. Aby sa zrušila vaša karma a vydláždila sa cesta pre vašu kultiváciu, niektoré ťažkosti môžu prísť už čoskoro.

12. Pokiaľ pri cvičení v sede nemôžete prekrížiť nohy, smiete najprv praktizovať toto cvičenie v sede na okraji stoličky. Aj týmto spôsobom môže byť dosiahnutá rovnaká účinnosť. Avšak ako praktizujúci musíte byť schopní spraviť lotosovú pozíciu. Postupom času budete toho určite schopní.

13. Ak máte pri poslednom cvičení vidieť nejaké obrazy alebo výjavy, nevenujte im pozornosť a pokračujte v cvičení. Pokiaľ ste vyrušovaní nejakými hrôzostrašnými scénami alebo sa cítite v ohrození, okamžite si máte spomenúť, “Som chránený Majstrom Falun Gongu. Ničoho sa nebojím.” Ako druhá možnosť, môžete zvolať meno Majstra Li a pokračovať vo vašom cvičení.

Kapitola V

Otázky a odpovede

1. Falun a Falun Gong

Ot.: Z čoho sa skladá Falun?

Odp.: Falun je inteligentná bytosť zložená z vysokoenergetických látok. Samočinne premieňa gong a neexistuje v našej dimenzii.

Ot.: Ako vyzerá Falun?

Odp.: Dá sa povedať iba to, že farba Faluna je zlatožltá. Táto farba neexistuje v našej dimenzii. Farba pozadia vnútorného kruhu je veľmi jasnočervená, pričom farba pozadia vonkajšieho kruhu je oranžová. Sú tam dva červeno-čierne taiji symboly, ktoré patria k Škole Tao. Sú tam tiež dva ďalšie červeno-modré taiji symboly, ktoré patria k Veľkej Prapôvodnej Škole Tao. Sú to dve rozdielne školy. Symbol šrivatsa “卍” je zlatožltý. Ľudia s Tretím Okom na nízkej úrovni vidia Falun otáčať sa, podobne ako elektrický ventilátor. Ak ho človek dokáže vidieť jasne, je veľmi krásny a môže praktizujúceho inšpirovať k tomu, aby sa kultivoval ešte tvrdšie a rázne postupoval vpred.

Ot.: Kde je Falun umiestnený na začiatku? Kde je umiestnený neskôr?

Odp.: V skutočnosti vám dám iba jeden Falun. Nachádza sa v spodnej časti brucha, na rovnakom mieste, kde sa zušľachtuje a udržuje dan, o ktorom sme hovorili. Jeho poloha sa nemení. Niektorí ľudia môžu vidieť mnoho točiacich sa Falunov. Tie sú používané zvonka mojimi Telami Zákona na úpravu vášho tela.

Ot.: Môže sa Falun vyvinúť praktizovaním cvičení a kultiváciou? Aké množstvo ich môže byť vyvinutých? Je nejaký rozdiel medzi týmito a tým, ktorý nám dal Majster?

Odp.: Falun môže byť vyvinutý cvičením a kultiváciou. Ako sa váš energetický potenciál postupne zosilňuje, vyvinie sa viac a viac Falunov. Všetky Faluny sú rovnaké. Jediný rozdiel je v tom, že Falun umiestnený v priestore spodnej časti brucha sa nepohybuje, keďže je to koreň.

Ot.: Ako môže človek cítiť a pozorovať prítomnosť a otáčanie Faluna?

Odp.: Nie je potrebné cítiť alebo pozorovať ho. Niektorí ľudia sú veľmi citliví a budú cítiť otáčanie Faluna. Počas úvodnej etapy po vložení Faluna, sa môžete cítiť trochu nezvykle kvôli jeho prítomnosti v tele, môžete mať bolesti v bruchu, cítiť, akoby sa niečo pohybovalo a mať pocit tepla, atď. Potom, ako si naň zvyknete, nebudete mať žiaden pocit. Avšak ľudia s nadprirodzenými schopnosťami ho môžu vidieť. Je to rovnaké ako so žalúdkom; necítite pohyby svojho žalúdka.

Ot.: Smer, v ktorom sa Falun otáča na Falun embléme nie je rovnaký, ako toho na študentskej priepustke (vzťahuje sa na prvý a druhý seminár v Pekingu). Falun vytlačeny na študentovej priepustke sa otáča proti smeru hodinových ručičiek. Prečo?

Odp.: Cieľom je dať vám niečo dobré. Jeho vysielanie energie smerom von upravuje každého telo, preto sa neotáča v smere hodinových ručičiek. Môžete ho vidieť otáčať sa.

Ot.: V akom čase inštaluje Majster v žiakoch Falun?

Odp.: Toto chceme diskutovať s vami všetkými. Máme nejakých žiakov, ktorí praktizovali množstvo rôznych praktík. Zložitosť je v tom, že musíme odstrániť všetky neusporiadané a zmätené veci, ktoré existujú v tele, ponechať dobré a odhodiť zlé. Toto je teda ďalší krok. Až potom môže byť vložený Falun. Podľa úrovne kultivácie, bude veľkosť nainštalovaného Faluna rôzna. Niektorí ľudia nikdy predtým nepraktizovali qigong. Tím že sú upravení a s ich dobrými vrodenými vlastnosťami, môžu mať niektorí ľudia svoje choroby odstránené počas mojej triedy, opustia úroveň qi a vstúpia do stavu “Mliečno-Bieleho Tela.” Za týchto podmienok môže tiež byť vložený Falun. Mnoho ľudí má chatrné zdravie, a títo budú prechádzať stálymi úpravami. Ako môže byť Falun vložený predtým, ako sú dokončené tieto úpravy? Toto je iba menšia časť ľudí. Neobávajte sa. Už som nainštaloval energetické mechanizmy, ktoré dokážu vytvoriť Falun.

Ot.: Ako sa Falun nesie?

Odp.: Nenesie sa. Ja Falun vyšlem a vložím ho do vašej spodnej časti brucha. Nie je v našej fyzickej dimenzii, ale v inej. Čo by sa stalo s vnútornosťami, ktoré sú vnútri vo vašom bruchu, keby sa začal otáčať a bol by v tejto dimenzii? Existuje v inej dimenzii a nepríde do konfliktu s touto.

Ot.: Budete pokračovať v rozdávaní Falunov na vašom nasledujúcom seminári?

Odp.: Každý dostane iba jeden. Niektorí ľudia vnímajú otáčanie množstva Falunov. Tie sú pre vonkajšie použitie, a slúžia iba na úpravu vášho tela. Najvýznamnejšou vlastnosťou našich cvičení je to, že keď sa energia vysielá, uvoľní sa šnúra Falunov. Preto už predtým, než začnete praktizovať, máte množstvo Falunov otáčajúcich sa vo vašom tele a upravujúcich ho. Falun, ktorý som vám naozaj dal, je ten umiestnený v spodnej časti brucha.

Ot.: Znamená prestanie praktizovania zmiznutie Faluna? Ako dlho môže Falun ostať v mojom tele?

Odp.: Pokiaľ sa považujete za kultivujúcich a nasledujete xinxingové požiadavky, o ktorých som hovoril, keď nepraktizujete cvičenia, nieže len nezmizne, ale sa zosilní. Dokonca aj váš energetický potenciál bude pokračovať v raste. Avšak, napriek tomu že cvičíte častejšie ako hocikto iný, ale nedokážete sa správať spôsobom zhodným so xinxingovou normou, ktorú požadujem, obávam sa, že vaše cvičenie je márne. Hoci cvičíte, nebude to účinné. Bez ohľadu na to, aký druh systému praktizujete, pokiaľ ho nerobíte podľa jeho požiadaviek, je veľmi pravdepodobné, že praktizujete zľú cestu. Ak máte vo svojej mysli iba zlé veci, uvažujúc, “Aký zlý je ten a ten. Ja ho dám do poriadku, hneď ako si vypestujem nadprirodzené schopnosti,” a tak ďalej, aj keď sa učíte Falun Gong, ak pridávate tieto veci do praktizovania a nenasledujete moje xinxingové zásady, nepraktizujete aj vy zľú cestu?

Ot.: Majster často hovorí, “Nemôžete dostať Falun, aj keby ste zaplatili 100 miliónov dolárov”. Čo to znamená?

Odp.: Znamená to, že je neuveriteľne drahocenný. To čo vám dávam, nie je iba Falun – sú aj iné veci, ktoré zabezpečujú vašu kultiváciu, a sú takisto drahocenné. Žiadna z nich sa nedá vymeniť za akékoľvek množstvo peňazí.

Ot.: Môžu získať Falun aj ľudia, ktorí prišli neskôr?

Odp.: Keď ste prišli skôr ako pred tromi poslednými dňami [seminára], vaše telo môže byť upravené a Falun – spolu s množstvom iných vecí – nainštalovaný. Pokiaľ ste prišli počas posledných troch dní, je to ťažko povedať, ale aj tak budete upravení. Inštalovanie vecí je ťažké. Snád, ak je vaša situácia priaznivá, môžu byť do vás vložené.

Ot.: Je Falun jediná vec použitá na opravu akéhokoľvek nesprávneho stavu ľudského tela?

Odp.: Oprava nespočíva výlučne na Falune. Majster používa na úpravu aj veľa iných metód.

Ot.: Aké je prehistorické pozadie vzniku Falun Gongu?

Odp.: Myslím že táto otázka je príliš široká a je na príliš vysokom stupni. Prevyšuje to to, čo máme právo vedieť na úrovni, na ktorej sme. Nemôžem tu o tom hovoriť. Ale je jedna vec, ktorú musíte pochopiť: Toto nie je qigong buddhizmu – je to qigong Buddhovskej Školy. Nie je to buddhizmus, hoci máme rovnaký cieľ ako buddhizmus. Sme však dve rozdielne kultivačné metódy, ktoré idú dvomi rozdielnymi cestami. Náš cieľ je rovnaký.

Ot.: Aká dlhá je história Falun Gongu?

Odp.: Systém praktizovania, v ktorom som sa trénoval ja, je trochu odlišný od toho, ktorý som zverejnil. Falun, ktorý som kultivoval ja, je mocnejší ako ten, o ktorom učím a ktorý odovzdávam. Taktiež, môj gong sa vyvinul rýchlejšie, ako je dovolené pod týmto systémom. Napriek tomu, systém praktizovania, ktorý som zaviedol do verejnosti, stále ešte umožňuje rýchly rast gongu, takže xinxingové požiadavky na kultivujúcich sú prísnejšie a vyššie [ako je bežné]. Veci, ktoré som zaviedol do verejnosti, sú preusporiadané a majú menej prísne požiadavky [ako to, čo som praktizoval ja], stále sú však prísnejšie ako priemerná kultivačná cesta. Keďže je to odlišné od toho, čo bolo pôvodne, som nazývaný jeho zakladateľom. Čo sa týka dĺžky histórie Falun Gongu, nepočítajúc roky, keď nebol verejný, môžete povedať, že začala v máji 1992, keď som ho začal vyučovať na Severovýchode.

Ot.: Ako počívame vaše prednášky, čo nám Majster dáva?

Odp.: Každému dám Falun. Je Falun pre kultiváciu a sú Faluny na upravenie tela. V rovnakom čase, moje Telá Zákona sa o vás starajú – o každého z vás – pokiaľ kultivujete Falun Gong. Ak sa nekultivujete, Telá Zákona sa o vás samozrejme nebudú starať. Nepôjde, hoci by mu to bolo povedané. Moje Telá Zákona vedia jasne a presne, o čom premýšľate.

Ot.: Umožní mi Falun Gong kultivovať Spravodlivé Dosiahnutie?

Odp.: Veľká Cesta (*Dafa*) je bez obmedzení. Aj keď ste sa kultivovali až na úroveň Tathagátu, stále to ešte nie je koniec. My sme spravodlivá kultivačná cesta – postupujte vpred a kultivujte sa! To čo získate, je Spravodlivé Dosiahnutie.

2. Princípy a metódy praktizovania

Ot.: Potom čo ukončia "Nebeský Obeh" a vrátia sa domov, majú niektorí ľudia sny, v ktorých sa jasne vidia vznášať sa po oblohe. O čo tam ide?

Odp.: Môžem vám všetkým povedať, že keď sa tento druh veci stane v meditácii alebo v snoch, nie sú to sny. Je to spôsobené tým, že váš hlavný duch (*yuanshen*) opúšťa vaše fyzické telo – niečo úplne odlišné od snívania. Keď snívate, nevidíte tak jasne alebo tak podrobne. Keď váš duch opustí telo, to čo vidíte a to ako sa vznesiete možno realisticky vidieť a jasne si to zapamätať.

Ot.: Ak sa Falun zdeformuje, aké škodlivé dôsledky to bude mať?

Odp.: Znamená to, že sa človek odchýlil, a tak Falun stratil svoju účinnosť. Navyše, prinesie vám to veľa problémov do vašej kultivácie. Je to podobné, ako keď si vyberiete nekráčať po hlavnej ceste, ale po odbočke, na ktorej sa stratíte a nemôžete nájsť svoju cestu. Stretnete sa s problémami, a tieto veci sa budú odrážať v dennom živote.

Ot.: Pokiaľ my sami praktizujeme, ako máme zaobchádzať so svojim domácim prostredím? Môže byť Falun v dome?

Odp.: Mnoho z vás, ktorí tu sedíte, už videlo prítomnosť Faluna vo vašich domoch. Aj rodinní príslušníci začali mať z toho úžitok. Ako sme spomenuli, existuje veľa dimenzií v rovnakom čase a na rovnakom mieste. Váš dom nie je výnimkou, a treba sa o neho starať. Cesta, ktorou sa to zvyčajne rieši, je odstránenie zlých vecí, a potom vloženie štítu, aby nič zlé nemohlo nájsť cestu dovnútra.

Ot.: Počas cvičenia, qi narazí na choré miesto, čím spôsobí jeho bolesť a opuchnutie. Prečo je to tak?

Odp.: Choroba je typom zoskupenia čiernej energie. Potom, ako ho rozbijeme na kúsky počas prvej časti seminára, budete cítiť, že to miesto je opuchnuté. Už to však stratilo svoje korene, a začalo sa to vypúšťať von. Bude to vylúčené veľmi rýchlo, a choroba už nebude viac existovať.

Ot.: Moje staré choroby zmizli po niekoľkých dňoch seminára, ale náhle sa opäť objavili o niekoľko dní neskôr. Prečo?

Odp.: Pretože pokroky s našim kultivačným systémom sú veľmi rýchle a vaše úrovne sa menia vo veľmi krátkom časovom období, vaša choroba je vyliečená ešte skôr ako o tom viete. Neskoršie príznaky sú to, o čom som hovoril ako prichádzanie "trápení." Opatrne precitujte a pozorujte. Nie sú rovnaké ako príznaky vašej starej choroby. Keď budete hľadať iných majstrov qigongu, aby upravili vaše telo, nebudú toho schopní. Toto je prejavom karmy počas rastu gongu.

Ot.: Počas kultivovania sa, potrebujeme stále ešte brať lieky?

Odp.: O tejto otázke by ste mali uvažovať a rozhodnúť sa sami. Branie lieku počas kultivácie naznačuje, že neveríte liečebnému účinku kultivácie. Ak by ste mu verili, načo by ste brali liek? Ale, ak sa nedržíte xinxingovej normy, len čo vystúpia problémy, budete hovoriť, že Li Hongzhi vám povedal, aby ste nebrali liek. Ale Li Hongzhi vás aj žiadal, aby ste sa prísne držali vysokých

xinxingových noriem. Robili ste to? Veci, ktoré existujú v telách tých, ktorí praktizujú skutočnú kultiváciu, nie sú veci svetských ľudí. Všetky choroby, ktoré dostávajú svetskí ľudia, nemajú dovolené objaviť sa vo vašom tele. Ak so spravodlivou myslou a vierou, že kultivácia môže vyliečiť choroby, prestanete brať váš liek, nerobte si s tým starosti a neberte liečby, niekto vám ich prirodzene vylieči. Každému z vás sa darí lepšie a cítite sa lepšie každým dňom. Prečo? Moje Telá Zákona boli zamestnané chodením tam a späť a prácou na množstve vašich tiel. Pomáhajú vám vykonávaním týchto vecí. Počas kultivácie, ak vaša myseľ nie je pevná a zaujala pochybovačné stanovisko alebo postoj “vyskúšajme to,” potom nedostanete nič. Či veríte alebo neveríte na Buddhov je určené vašou kvalitou osvietenia a vrozenými vlastnosťami. Ak by sa Buddha, ktorý by mohol byť jasne videný ľudskými očami, objavil priamo tu, potom by každý išiel študovať buddhizmus. Neexistovala by potom otázka premeny vášho myslenia. Najskôr máte uveriť, potom budete môcť vidieť.

Ot.: Niektorí ľudia chcú pozvať Učiteľa a Učiteľových žiakov, aby liečili chorobu. Je to prípustné?

Od.: Neprišiel som na verejnosť, aby som liečil choroby. Kde sú ľudia, tam by mala byť choroba. Niektorí ľudia jednoducho nedokážu chápať slová, ktoré hovorím, nebudem to však ďalej rozvádzať. Systémy praktizovania Buddhovskej Školy sú na spasenie všetkých vnímajúcich bytostí. Je prípustné liečiť chorobu. Naše liečenia druhých sú organizované a propagačnej povahy. Pretože som práve prišiel na verejnosť a nie som veľmi známy, druhí ma nepoznajú a možno by nikto neprišiel na moje prednášky. Liečením choroby počas konzultácií necháme každého presvedčiť sa o Falun Gongu. Výsledky tejto propagácie boli veľmi dobré. Nerobili sme to teda výlučne za účelom liečenia choroby. Používať mocný gong na profesionálne liečenie choroby je zakázané, a ani nahradenie zákonov tohto sveta zákonmi nad týmto svetom nie je dovolené. Inak by výsledky liečenia choroby neboli dobré. Aby sme boli zodpovední žiakom kultivácie, musíme upraviť vaše telá do stavu, v ktorom už nie je choroba – iba potom sa môžete zušľachťovať k vyšším úrovňam. Keď si stále robíte starosti kvôli vašej chorobe a v skutočnosti sa vôbec nechcete zušľachťovať, aj keď nič nehovoríte, moje Telo Zákona jasne pozná vaše myšlienky a napokon nedostanete nič. Počas nášho seminára sme už upravili vaše telá. Samozrejme, v prvom rade musíte byť človek, ktorý sa kultivuje. Nezačnem vám liečiť chorobu a pýtať viac peňazí v strede seminára – takéto veci robiť nebudeme. Ak vaša choroba nebola vyliečená, je to stále otázka vašej kvality osvietenia. Určite nevyhlúčime tie prípady, keď sú niektorí jedinci veľmi chorí. Reakcie nemusia byť zrejmé vo vašom tele, ale v skutočnosti sú pomerne silné. Možno je jednorázová úprava nedostatočná, ale už sme spravili to najlepšie, čo sme mohli dokázať. Nie je to tým, že sme nezodpovední; je to preto, že choroba je jednoducho príliš veľká. Keď prídete domov a budete sa kultivovať, budeme pokračovať vo vašom liečení, až kým budete úplne uzdravení. Takýchto prípadov je veľmi málo.

Ot.: Ako vstúpime do stavu pokoja počas cvičenia? Je považované za pripútanosť, keď rozmýšľame o problémoch v práci počas praktizovania cvičení?

Odp.: Berte veci súvisiace s osobnými záujmami zľahka, a vždy si udržiajte jasnú a čistú myseľ. Ak ste pripravení a viete, kedy prídu trápenia a aké budú, neboli by to už viac trápenia. Trápenia prídu väčšinou náhle a odnikiaľ. Určite ich zvládnete, ak ste úplne odhodlaní. Iba týmto spôsobom môže byť váš xinxing ocenený. Akonáhle sú vaše pripútanosti preč, váš xinxing zlepšený, vaše súperenie a bojovanie s druhými opustené, vaše nepriateľstvo a závisť zabudnutá, a vaše myslenie upratané, potom môžete hovoriť o schopnosti stať sa pokojným. Ak sa stále nedokážete stať pokojným, potom považujte samého seba za druhú osobu, a pozerajte na tieto

myšlienky ako na myšlienky niekoho iného. Akokoľvek rozmanité sú vaše myšlienky, máte z nich vystúpiť a nechať ich voľne sa túlať. Sú aj niektorí ľudia, ktorí navrhujú odriekať meno Buddhu alebo počítanie čísiel. Toto všetko sú druhy metód používaných v cvičeniach. Keď cvičíme, nepožaduje sa od nás, aby sme na niečo zameriavali svoje myšlienky. Máte však vedieť, že cvičíte. Robenie si starostí s vašimi problémami v práci, tieto sa nepovažujú za osobné záujmy. Nie sú to pripútanosti a sú dobrej povahy. Poznám mnícha, ktorý rozumie tejto stránke. Je opäť kláštora a má veľa úloh. Avšak, len čo si sadne, oddelí sa od týchto vecí. Je zaručené, že o nich nerozmýšľa. Toto je tiež schopnosť. Keď robí cvičenie, v jeho mysli skutočne nič nie je – ani najjemnejšia stopa osobných myšlienok alebo ideí. Ak nemiešate osobné veci s pracovnými, stále vám to ešte pôjde dobre.

Ot.: Čo máme robiť, keď sa počas cvičenia objavia zlé myšlienky?

Odp.: Keď cvičíte, z času na čas sa môže objaviť veľa zlých vecí. Práve ste sa začali zušľachtľovať, a je nemožné na začiatku dosiahnuť veľmi vysokú úroveň; ani vám nateraz neuložíme veľmi vysoké požiadavky. Je nepraktické žiadať vás, aby ste zabránili každej zlej myšlienke objaviť sa vo vašej mysli, pretože to má byť dosiahnuté postupne. Na začiatku je to všetko v poriadku, nenechajte však vaše myšlienky divo pobeťovať. Postupom času sa vaša myseľ pozdvihne, a vy sa musíte držať vyšších noriem, pretože kultivujete Veľkú Cestu (*Dafa*). Keď ukončíte tento seminár, nie ste už viac svetskou osobou. Veci, ktoré teraz so sebou nosíte, sú také jedinečné, že si máte uložiť prísne požiadavky na váš xinxing.

Ot.: Keď cvičím, cítim, že sa mi hlava a brucho otáča, spolu s nepohodlím v oblasti hrudníka.

Odp.: Je to úvodná etapa spôsobená otáčaním Faluna. V budúcnosti by ste už nemuseli mať tento príznak.

Ot.: Čo máme robiť, keď počas cvičenia prilákame malé zvieratá?

Odp.: Ľubovoľný druh kultivácie, ktorú praktizujete, bude priťahovať malé zvieratá. Ignorujte ich – to je všetko. Je to preto, že tam je pozitívne energetické pole. Obzvlášť s Buddhovskou Školou, gong obsahuje veci, ktoré sú užitočné všetkým živým bytostiam. Keď sa náš Falun otáča v smere hodinových ručičiek, pomáha nám; keď sa otáča proti smeru hodinových ručičiek, pomáha druhým. Potom sa otáča späť a začína znova, takže všetkým okolo nás to prospieva.

Ot.: V cvičení “Prenikanie Dvomi Kozmickými Extrémami”, sa počíta ako jedenkrát, keď ruka prejde raz hore a dole? Keď robím “Buddha Ukazuje Tisíc Rúk”, mám si pred natiahnutím rúk predstaviť, že som veľmi veľký a vysoký?

Odp.: Počíta sa to raz, potom čo sa každá ruka pohybovala raz hore a dole. Keď robíte “Buddha Ukazuje Tisíc Rúk,” nemyslite na seba. Prirodzene sa budete cítiť veľký a vysoký. Potrebujete mať iba pocit, že ste najväčšou bytosťou medzi nebom a zemou. Iba tam stáť je dostačujúce. Neusilujte sa vždy o tento pocit zámerne, keďže robiť to tak by bola pripútanosť.

Ot.: Keď praktizujem meditáciu v sede, čo ak nemôžem prekrižiť nohy do lotosovej pozície?

Odp.: Ak nedokážete prekrižiť vaše nohy, môžete cvičiť sedením na okraji stoličky. Účinnosť je rovnaká. Keďže ste však kultivujúci, musíte cvičiť vaše nohy a byť schopný ich prekrižiť. Sedzte na okraji stoličky, pričom cvičte prekriženie vašich nôh. Nakoniec budete schopný prekrižiť svoje nohy.

Ot.: Ak sa členovia rodiny správajú nevhodne a nenasledujú Zhen, Shan, a Ren, čo máme robiť?

Odp.: Ak členovia vašej rodiny necvičia Falun Gong, nie je to problém. Hlavnou otázkou je zušľachtovanie seba – zušľachtujte seba a nepremýšľajte príliš veľa. Máte byť aj trochu tolerantný. Venujte viac úsilia sebe.

Ot.: Niekedy robím v dennom živote nesprávne veci a potom to oľutujem, potom sa to však stane znova. Je to preto, že môj xinxing je príliš nízky?

Odp.: Keďže o tom môžete napísať vo vašej otázke, dokazuje to, že ste si už zlepšili svoj xinxing a ste schopný priznať si vaše nesprávne konanie. Svetskí ľudia si nie sú vedomí toho, že konali nesprávne. Znamená to, že ste už predčili svetských ľudí. Prvýkrát ste konali nesprávne a nechránili si svoj xinxing. Je to proces. Keď sa stretnete s problémom nabudúce, skúste sa opäť polepšiť.

Ot.: Môžu ľudia v štyridiatke alebo päťdesiatke dosiahnuť stav “tri kvetiny zhromaždené nad hlavou”?

Odp.: Keďže my zušľachtujeme myseľ aj telo, na veku nezáleží. Pokiaľ sa sústredíte na kultiváciu a dokážete nasledovať xinxingové zásady tak, ako som ich objasnil, fenomén predĺženia života sa objaví vo vašej kultivácii. Nedá vám to dostatok času na zušľachtovanie sa? Je však jedna vec, ktorá je spojená s cvičeniami zušľachtujúcimi myseľ aj telo: Ak, keď je váš život predĺžený, bude problém s vaším xinxingom, váš život bude okamžite v nebezpečenstve. Keďže váš život je predĺžený za účelom kultivácie, len čo sa váš xinxing odchýli, váš život bude okamžite v nebezpečenstve.

Ot.: Ako máme riadiť stupeň sily, aby sme dosiahli účinok “silný ale jemný”?

Odp.: To musíte vyskúmať vy sami. Napríklad, keď robíme veľké pohyby rúk, ruky vyzerajú veľmi jemné, avšak pohyby sú v skutočnosti vykonávané silou. Sila medzi predlaktím, zápästím a okolo prstov je pomerne veľká. Medzitým však všetky vyzerajú byť veľmi jemné. Toto je “sila v jemnosti.” Keď som vykonával pohyby rúk pre vás všetkých, už som vám ich dal. Počas vášho cvičenia to postupne pozorujte a precitujte.

Ot.: Je pravda, že sexuálne vzťahy medzi mužom a ženou nie sú nutné? Majú sa mladí ľudia rozvíjať?

Odp.: Otázka sexuálnej túžby bola diskutovaná už skôr. Na vašej súčasnej úrovni sa od vás nepožaduje, aby ste sa stali mníchom alebo mníškou. Ste to vy sami, kto si to žiada, [nie my]. Kľúčom je pre vás opustenie tejto pripútanosti [k sexuálnej túžbe]. Musíte opustiť všetky pripútanosti, ktoré nechcete opustiť. Pre svetského človeka je to jeden druh túžby. Čo sa týka kultivujúcich, máme byť schopní nechať to ísť a neprikladať tomu dôležitosť. Niektorí ľudia sa o to skutočne usilujú, a ich mysle sú naplnené týmito vecami. Majú príliš veľa túžby, aj na svetských ľudí. U kultivujúcich je to ešte nevhodnejšie. Pretože vy sa zušľachtujete a členovia vašej rodiny nie, je vo vašom súčasnom stave prípustné viesť normálny život. Keď dosiahnete vyššiu úroveň, sami budete vedieť, čo robiť.

Ot.: Je v poriadku počas sedenia v meditácii zaspať? Ako to mám riešiť? Niekedy stratím vedomie až na tri minúty a neviem, čo sa deje.

Odp.: Nie, nie je v poriadku zaspať. Ako môžete spať, keď cvičíte? Spanie v meditácii je tiež forma démonického zasahovania. Driemanie sa nemá objaviť. Mohlo by byť, že ste sa nevyjadrili pri vašom písaní jasne? Stratíť vedomie na tri minúty neznamená, že sa niečo pokazilo. Stav straty vedomia sa často prihodí ľuďom s mimoriadnou schopnosťou dosiahnutia stavu ding. Bude to však problematické, ak to pokračuje dlhý čas.

Ot.: Je pravda, že každý, kto je odhodlaný dosiahnuť kultiváciou Spravodlivé Dosiahnutie, ho môže dosiahnuť? Čo ak sú jeho vrodené vlastnosti horšie?

Odp.: Všetko závisí od toho, aký druh predurčenia máte – rozhodujúcim činiteľom je to, ako ste predurčený. Čo sa týka ľudí s horšími vrodеныmi vlastnosťami, stále to závisí od vášho odhodlania a kvalite osvietenia.

Ot.: Môžem cvičiť, keď mám nádchu alebo horúčku?

Odp.: Hovorím vám, že po skončení tohto seminára nikdy neochoriete. Nemusíte tomu veriť. Prečo majú moji žiaci niekedy príznaky podobné nádche alebo horúčke? Je to prechádzanie trápením a ťažkosťou, a naznačuje to, že sa očakáva zlepšenie na inú úroveň. Všetci chápu, že tomu nepotrebuje venovať pozornosť, a že to prejde.

Ot.: Môžu tehotné ženy praktizovať Falun Gong?

Odp.: Nie je to problém, pretože Falun je nainštalovaný v inej dimenzii. V našom cvičebnom systéme nie sú energické pohyby, ktoré by mohli mať negatívny dopad na tehotnú ženu. V skutočnosti im to prospieva.

Ot.: Keď je Učiteľ od nás preč, bude tam nejaká priestorová vzdialenosť?

Odp.: Veľa ľudí má tento druh uvažovania: “Učiteľ nie je v Pekingu. Čo by sme mali robiť?” Je to rovnaké, aj keď praktizujete iné druhy cvičení – učitelia na vás nemôžu dávať pozor každý deň. Zákon (*Fa*) vám bol vyučovaný; princípy vám boli vyučované. Táto skupina cvičení vám bola vyučovaná; bol vám daný kompletný súbor vecí. Ako sa budete zušľachťovať, je úplne vo vašich rukách. Nemôžete povedať, že by ste mali záruku, keby ste boli vedľa mňa, a že ju nemáte, keď nie ste. Uveďme si príklad. Viac ako dvetisíc rokov potom, ako odišiel Šakjamúni, buddhisti stále pokračujú vo svojej kultivácii bez ďalšej myšlienky. Takže to, či sa zušľachťujete alebo nie, je osobná záležitosť.

Ot.: Bude praktizovanie Falun Gongu viesť k bigu⁷⁸?

Odp.: Nie, nebude, pretože *bigu* je kultivačná metóda kultivačnej cesty Veľkej Prapôvodnej Školy Tao, ktorá existovala ešte pred buddhizmom a taoizmom; existovala pred založením náboženstiev. Táto metóda patrí často ku kultivácii v odlúčenosti. Keďže v čase Veľkej Prapôvodnej Školy Tao neexistoval systém mníchov alebo chrámov, museli sa zušľachťovať v polovici hory, kde ich nikto nemohol zásobovať jedlom. Keď sa mali kultivovať na odľahlom mieste, čo vyžadovalo ostať bez pohybu od šesť mesiacov do jedného roka, osvojili si tento prístup. Dnes, naša kultivácia nepotrebuje bigu, keďže je to metóda používaná za mimoriadnych okolností. Určite to nie je nadprirodzená schopnosť. Niektorí ľudia vyučujú túto metódu.

⁷⁸ bigu – “žiadne zrno”; starodávny pojem pre abstinenciu od jedla a vody.

Hovorím, že keby všetci ľudia po celom svete nepotrebovali jesť, narušilo by to spoločenské podmienky svetských ľudí. Takže by to bol problém. Keby nikto nejedol, bola by to ľudská spoločnosť? To nie je dovolené, a nemalo by to tak byť.

Ot.: Na akú úroveň nás môže doviest' táto skupina piatich cvičení?

Odp.: Týchto päť cvičení vám umožní kultivovať sa na mimoriadne vysokú úroveň. Nepochybne, keď príde čas, budete vedieť, na akú úroveň sa chcete kultivovať. Keďže pre gong nie je žiadna hranica, keď ste dosiahli ten bod, budete mať ďalší predurčený plán, a získate Veľkú Cestu (*Dafa*) na ešte vyššej úrovni.

Ot.: "Fa zušľachtuje žiaka." Znamená to, že keď sa Falun stále otáča, nepotrebujeme cvičiť?

Odp.: Praktizovanie sa líši od kultivácie v chrámoch. V skutočnosti, keď sa kultivujete v chráme, tiež máte sedieť v meditácii; je to schopnosť, ktorú je potrebné praktizovať. Nemôžete povedať, že si chcete vyvinúť váš gong a nechať ho rásť nad vašou hlavou bez akéhokoľvek praktizovania – ako by ste sa mohol nazývať praktizujúcim? Každá škola má svoju vlastnú skupinu zdedených vecí, ktoré si treba vypestovať cvičením.

Ot.: Tí, ktorí praktizujú iné kultivačné systémy, tvrdia, "Cvičenia, ktoré nepoužívajú zámer mysle, nie sú kultiváciou." Je to správne?

Odp.: Je tak veľa rôznych poznámok, nikto vám však neodhalil Veľkú Cestu (*Dafa*) tak ako ja. Buddhovská Škola verí, že kultivačná metóda, ktorá používa zámer, nemôže byť veľmi vysokej úrovne; "kultivačná metóda, ktorá používa zámer" sa nevzťahuje na metódu, ktorá má pohyby. Ich meditácia a spojenie rúk (*jiyin*) sú tiež pohyby, takže na veľkosti alebo počte pohybov nezáleží. "Zámer" a "nezámer" (*wuwei*) sa vzťahuje na váš zámer mysle. V pojmoch úsilia, ak sa o niečo usilujete a máte zámer, sú to pripútanosti. To je to, čo to znamená.

Ot.: Xinxing nie je rovnocenný s de. Hovoríte, že de určuje stupeň človeka, ale potom hovoríte, že úroveň xinxingu určuje úroveň gongu. Nie sú tieto prehlásenia v rozpore?

Odp.: Nemuseli ste to počuť jasne. Xinxing pokrýva široký rozsah vecí, pričom de je ich časťou. Zahŕňa aj znášalivosť, schopnosť niesť utrpenia, kvalitu osvietenia, ako jednáte v konfliktoch, atď. Toto všetko sú záležitosti xinxingu, ktoré tiež zahŕňajú premenu gongu a de. Toto je široká téma. Aké množstvo máte de neurčuje, koľko vlastnité gongu. Namiesto toho to naznačuje, ako veľmi sa váš gong môže vyvinúť v budúcnosti. Iba zlepšením xinxingu sa môže de premeniť na gong.

Ot.: Každý člen rodiny praktizuje iný druh qigongu. Budú si navzájom prekážať?

Odp.: Nie, nie s Falun Gongom. Nevieť však, či si medzi sebou nebudú prekážať iné cvičebné systémy. Čo sa týka nášho Falun Gongu, nikto doňho nedokáže rušivo zasahovať. Budete prospešní aj členom svojej rodiny, pretože my kultivujeme spravodlivú cestu a nedostaneme sa na sčestie.

Ot.: V spoločnosti je rozšírených veľa rôznych oznámení, ako napríklad "reťazové listy". Ako s nimi máme zaobchádzať?

Odp.: Poviem vám, že tieto veci sú čistý podvod. Nevráťte jeho list – aké je to úbohé. Nemusíte sa tým zaoberať. Môžete rozlíšiť, či to je alebo nie je poctivé jednoducho tak, že sa na to

pozriete. Náš Fa má striktné požiadavky na xinxingovú kultiváciu. Niektorých majstrov qigongu nazývam “qigongoví obchodníci,” pretože používajú qigong ako druh tovaru, ktorý obracajú na majetok a k výmene za peniaze. Tento druh ľudí nemá nič skutočné na vyučovanie. Ak vlastnia malý kúsok niečoho, nebude to na vysokej úrovni. Niečo z toho môže byť dokonca zlé.

Ot.: Ak boli žiaci Falun Gongu v chrámoch formálne obrátení na buddhizmus, čo majú robiť? Majú to odvolať?

Odp.: Toto má máločo robiť s nami. Hoci ste už boli formálne obrátení na buddhizmus, je to len formalita.

Ot.: Niekoľko z nás cítilo, že odkedy sme začali štúdium, naše hlavy sú opuchnuté a točia sa nám.

Odp.: Mohlo by to byť preto, že ste noví študenti, ktorých telá neboli úplne upravené. Energia, ktorú vysielam, je veľmi mocná. Keď škodlivá qi vychádza von, vyvolá to pocit napuchnutej hlavy. Stáva sa to vtedy, keď liečime chorobu vo vašej hlave, a je to dobrá vec. Avšak čím rýchlejšie vaša choroba odchádza, tým silnejšia je reakcia. Keď sme viedli sedemdnňové semináre, niektorí ľudia to nedokázali zvládnuť. Keby bol čas ešte viac skrátený, mohli by vzniknúť problémy. Vysielaná energia je veľmi mocná, a reakcie sú veľmi silné, s neznesiteľným pocitom napuchnutej hlavy. Vyzerá to tak, že desaťdnňový seminár je bezpečnejší. Ľudia, ktorí prišli neskôr, môžu reagovať trochu silnejšie.

Ot.: Môžeme počas kultivácie fajčiť cigarety alebo piť? Čo ak musíme piť kvôli povahe našej práce?

Odp.: Ja sa na túto otázku pozerám takto. Náš qigong Buddhovskej Školy zakazuje pitie. Potom, čo pôjdete chvíľu bez pitia, možno budete opäť chcieť piť. Prestaňte postupne, nenechávajte si však na to príliš dlhý čas, lebo inak budete potrestaný. Čo sa týka fajčenia, myslím že je to otázka pevnej vôle. Pokiaľ chcete prestať, môžete. Svetskí ľudia často uvažujú, “Dnes prestanem fajčiť.” O niekoľko dní neskôr to nedokážu dodržať. Potom, po pár dňoch, sa touto myšlienkou zaoberajú opäť a pokúšajú sa ešte raz prestať. Keď sa do toho dávajú týmto spôsobom, nikdy nie sú schopní prestať fajčiť. Svetskí ľudia žijú v tomto svete, a nevyhnutne majú spoločenské styky pri stretnutí s druhými. Avšak, keď ste sa už začali kultivovať, nemáte sa už viac považovať za svetskú osobu. Pokiaľ máte vôľu, dosiahnete svoj cieľ. Samozrejme, niektorí z mojich žiakov stále fajčia. Môže s tým sám od seba prestať, keď mu však niekto iný podá cigaretu, je príliš zdvorilý odmietnuť. Chce fajčiť, a cíti sa nepríjemne, keď je pár dní bez fajčenia. Ale ak fajčí opäť, bude sa cítiť nepríjemne. Musíte sa ovládať. Niektorí ľudia sú zodpovední za vytváranie vzťahov s verejnosťou, čo vyžaduje časté popíjanie a hostenie návšteví. Toto je zložitý problém. Snažte sa piť tak málo ako je možné, alebo premýšľajte o inej ceste, ako vyriešiť tento problém.

Ot.: Keď stále nemôžeme vidieť otáčanie Faluna, ak budeme myslieť na to, že sa otáča v smere hodinových ručičiek, ovplyvníme tým Falun, keď on sa otáča proti smeru hodinových ručičiek?

Odp.: Falun sa otáča samočinne. Nepotrebuje riadenie vašim zámerom mysle. Chcem to zdôrazniť ešte raz: Nepoužívajte zámer. V skutočnosti, zámer ho aj tak nedokážu riadiť. Nemyslite si, že môžete použiť vaše zámer na to, aby ste ho prinútili otáčať sa do opačného smeru. Falun nachádzajúci sa v spodnej časti brucha nie je riadený zámerom. Faluny, ktoré sú používané zvonka na úpravu vášho tela, môžu prijať váš zámer, ak si želáte, aby sa otáčali

určitým spôsobom; môžete to vnímať. Hovorím vám: Nerobte to. So zámerom nebudete schopní praktizovať. Neobrátí sa praktizovanie so zámerom do “žiak zušľachtuje gong”? Mal by to byť Falun alebo Zákon (*Fa*), ktorý zušľachtuje žiaka. Prečo sa nikdy nemôžete odpútať od svojich zámerov? Akákoľvek kultivácia, ktorá dosiahla vysokú úroveň – aj taoistická kultivácia – nie je riadená zámerom.

Ot.: Aký je najlepší čas, miesto, a smer pri praktizovaní Falun Gongu, aby sa mohli dosiahnuť najlepšie výsledky? Koľkokrát za deň je považované za primerané? Záleží na tom, či niekto cvičí pred alebo po jedle?

Odp.: Pretože Falun je okrúhly, a je miniatúrou tohto vesmíru, zušľachtuje princípy vesmíru. Navyše, vesmír je v pohybe, takže je to Zákon (*Fa*), ktorý zušľachtuje žiaka. Keď sa nezušľachtujete, tak vás zušľachtuje on, a toto je odlišné od akéhokoľvek iného kultivačného princípu alebo teórie, ktorá bola zverejnená. Môj systém je jediný, kde “*Fa* zušľachtuje žiaka.” Všetky ostatné kultivačné metódy idú cestou danu, na rozdiel od nás, a zámerne zušľachtujú gong a udržuju dan. Naš systém môže byť praktizovaný kedykoľvek, pretože keď necvičíte, gong vás kultivuje. Nie je potrebné vyberať si čas. Cvičte tak veľa, ako môžete, podľa toho, koľko máte času. Naše cvičenia nemajú na toto veľmi prísnu požiadavku, máme však prísne požiadavky na xinxing. Naše cvičenia sa nezaoberajú ani smerom. Akýkoľvek smer, do ktorého sa postavíte, je v poriadku, pretože vesmír sa točí a je v pohybe. Ak ste obrátený na Západ, nie je to nevyhnutne skutočný Západ. Ak ste obrátený na Východ, nie je to nevyhnutne skutočný Východ. Žiadal som mojich študentov, aby boli pri cvičení otočení na Západ, iba kvôli preukázaniu rešpektu. V skutočnosti to nemá žiaden dopad. Môžete cvičiť na ľubovoľnom mieste, vnútri vo vašom dome alebo vonku. Stále však cítim, že si máme nájsť miesto s pomerne dobrým povrchom, okolím, a vzduchom. Hlavne má byť ďaleko od špinavých vecí ako sú odpadkové koše alebo toalety. Na ničom inom v skutočnosti nezáleží. Kultivácia Veľkej Cesty sa nezaobera časom, miestom, alebo smerom. Môžete cvičiť pred alebo po jedle, ak ste však príliš plný, bude nepohodlné začať hneď cvičiť. Lepšie je chvíľu si odpočinúť. Keď ste taký hladný, že vám škvírka v žalúdku, bude pre vás ťažké stať sa pokojným. Musíte si to zariadiť podľa vašej vlastnej situácie.

Ot.: Je nejaká požiadavka po ukončení cvičení, ako napríklad trenie si tváre?

Odp.: Nerobíme si po cvičení starosti so studenou vodou alebo s inými vecami, a nepotrebujeme si ani trieť tvár alebo ruky. Toto všetko je určené na otvorenie meridiánov a akupunktúrnych bodov v ľudskom tele v úvodnej etape. My kultivujeme Veľkú Cestu (*Dafa*), ktorá nezahŕňa tieto veci. Práve teraz nie ste v stave, keď bolo vaše telo práve upravené. Pre svetského človeka sa zdá byť veľmi, veľmi zložitú začať sa stávať kultivujúcim, a niektoré formy [qigongových] cvičení nemôžu priamo meniť ľudské telo. Niektoré z ich požiadaviek sú veľmi komplikované. My tu takéto požiadavky nemáme, a nemáme ani takéto druhy pojmov. Nestarajte sa o to, o čom som nehovoril – jednoducho pokračujte v kultivácii. Keďže my kultivujeme Veľkú Cestu, v priebehu dní prejde vaše telo cez úvodnú etapu, v ktorej sa bojí tohoto alebo tamtoho, alebo procesom, v ktorom má túto alebo tamtú požiadavku. Nebudem vyhlasovať, že je to obdobou niekoľkých rokov cvičenia v iných kultivačných metódach, ale je to takmer to isté. Nehovorím o veciach na nižších úrovniach, ako tento smer, tamten meridián, atď. My diskutujeme iba o veciach vyššej úrovne. Kultivácia Veľkej Cesty je pravá kultivácia. Je to kultivácia, nie cvičenia.

Ot.: Môžeme hneď po ukončení našich cvičení ísť na záchod? V mojom moči je veľa bubliniek. Uniká qi?

Odp.: To nie je problém. Keďže sa kultivujeme na vyšších úrovniach, náš moč alebo stolica skutočne obsahuje energiu. Avšak je to iba veľmi malé množstvo, a nemá to vplyv na nič. Kultivovanie Veľkej Cesty znamená aj spásu všetkých vnímajúcich bytostí. Tento malý únik nie je veľkým problémom, pretože získame späť oveľa viac. Energia, ktorú som vypustil pri vyučovaní tejto triedy je nesmierne mocná, a ostáva všade po stenách.

Ot.: Môžeme šíriť a propagovať Falun Gong? Môžeme ho učiť ľudí, ktorí sa nezúčastnili seminára? Môžu ľudia, ktorí sa nezúčastnili seminára, cvičiť v pomocných centrách? Je v poriadku poslať kazety a knihy známym a priateľom, ktorí žijú mimo mesta?

Odp.: Človek sa nedostane na scestie, keď rozširuje náš kultivačný systém a umožní viacerým ľuďom, aby z neho mali úžitok. Prednášal som vám veľa Zákonov (*Fa*), dovolil som vám poznať Zákon vyšších úrovní a dovolil som vám rozumieť a vidieť veci vyššej úrovne. Povedal som vám ich všetky dopredu, keďže sa obávam, že ak budem čakať, nebudete rozumieť, keď uvidíte alebo sa stretnete s týmito vecami. Môžete učiť druhých ľudí cvičenia, nie ste však schopní nainštalovať Falun. Čo by ste mali robiť? Povedal som, že moje Telá Zákona vás opustia, ak sa kultivujete tu a tam a nepraktizujete skutočne. Ak sa naozaj kultivujete, Telá Zákona sa budú o vás starať. Takže keď niekoho učíte, prinesiete informácie, ktoré som vás učil; tie nesú energetický mechanizmus na vytvorenie Faluna. Ak osoba, ktorú učíte, vloží úsilie do praktizovania, Falun sa vytvorí. Ak je predurčený a má dobré vrodené vlastnosti, môže dostať Falun priamo na mieste. Naša kniha je veľmi podrobná. Dobrá kultivácia sa stále ešte môže uskutočňovať aj bez niekoho priamej výučby.

Ot.: Zaoberá sa Falun Gong dýchaním? Ako regulujeme dýchanie?

Odp.: Keď kultivujete Falun Gong, nepotrebujete regulovať váš dych. Nezaoberáme sa dýchaním. To je niečo, čo by sa človek naučil na vstupnej úrovni. My to nepotrebujeme, pretože regulovanie a kontrolovanie dýchania je na zušľachtovanie danu, kde človek pridáva vzduch a živí oheň.⁷⁹ Dýchanie v štýle prúdenia hore a dole, alebo prehltanie slín, to všetko je na zušľachtovanie danu. My sa nezušľachtujeme týmto spôsobom. Všetko čo potrebujete, je docielené Falunom. Veci, ktoré sú zložitejšie a na vyššej úrovni, sú uskutočňované Majstrovým Telom Zákona. V skutočnosti, žiadna kultivačná metóda – dokonca vrátane tých z taoistickej školy, v ktorých je podrobnejšie diskutované zušľachtovanie danu – nie je uskutočňovaná na základe zámeru. V skutočnosti, je to veľmajster tej konkrétnej školy, ktorý pomáha človeku kultivovať sa a premieňa tamtie veci, a to sa uskutočňuje bez vášho vedomia. Vy to nedokázate sami od seba zámerne uskutočniť, iba ak ste dosiahli osvietenie. Iba osvietený to môže urobiť.

Ot.: Potrebujeme pri cvičení používať zaostrovanie mysle? Kde leží pri cvičeniach pozornosť?

Odp.: My nepoužívame zaostrovanie mysle. Každému som hovoril, aby nepoužíval sústredenie mysle, a vzdával sa svojich pripútaností. Nevyhľadávajte použitie žiadneho druhu zámeru mysle. V treťom cvičení, kde dlane nesú qi na preniknutie dvomi kozmickými extrémami, všetko čo je potrebné je jedna rýchla myšlienka. Nemyslite na nič iné.

⁷⁹ “Pridávanie vzduchu a živienie ohňa” – taoistická metafora pre proces vnútornej alchýmie.

Ot.: Je zhromažďovanie energie to isté ako zhromažďovanie qi?

Odp.: Načo zhromažďujeme qi? To, čo kultivujeme je Veľká Cesta (*Dafa*). V budúcnosti dokonca nebudete schopní vysielat' qi. To, čo kultivujeme nie je qi, ktorá je na nižšej úrovni. Namiesto toho vysielame svetlo, a zhromažďovanie energie je uskutočňované Falunom, nie nami samými. Ale cvičenie, "Prenikanie Dvomi Kozmickými Extrémami," napríklad, sa v skutočnosti používa na otvorenie vášho tela. Môže slúžiť aj na zhromažďovanie energie, ale to nie je hlavný účel. Ako človek zbiera qi? Keďže vy kultivujete Veľkú Cestu (*Dafa*), jednoduchým pohybom vašej ruky ucítite tiaž nad vašou hlavou, pretože príde veľké množstvo qi. Avšak načo ju potrebujete? Energiu netreba zámerne zbierať.

Ot.: Pokrýva Falun Gong "vybudovanie základu za 100 dní" a "zárodočné dýchanie"?

Odp.: Toto všetko sú cvičenia nižších úrovní, a my ich nekultivujeme. Tieto nestabilné stupne úvodných úrovní sme už dávno prešli.

Ot.: Zaoberá sa Falun Gong rovnováhou jinu a jangu?

Odp.: Tie sú na úrovni zušľacht'ovania qi – veci nižšej úrovne. Ak sa dostanete za túto úroveň, otázka rovnováhy medzi jinom a jangom už vo vašom tele neexistuje. Nezáleží na tom, aký systém kultivujete: Pokiaľ' prijmete pravé učenie od majstra, máte zaručený odchod z nižšej úrovne. Budete musieť úplne odhodiť všetko, čo ste sa naučili v minulosti, a neponchať si nič. Na novej úrovni bude kultivovaná nová skupina vecí. Po prekročení tejto novej úrovne bude opäť kultivovaná iná nová skupina vecí. Je to tak.

Ot.: Môžeme cvičiť keď hrmi? Boja sa žiaci Falun Gongu zvuku?

Odp.: Dám vám príklad. Raz som vyučoval študentov na nádvorí jednej veľkej budovy v Pekingu. Išlo pršať, a hrmenie bolo mimoriadne silné. V tom čase praktizovali cvičenia, ktoré boli vyučované iba učeníkom, a tieto vyžadovali krácanie v pohyblivej pozícii na Falune. Videl som prichádzať dážď, oni však ešte neskončili cvičenie. Ťažký dážď však nedokázal spadnúť. Oblaky sedeli veľmi nízko, a prevažovali sa cez vrch budovy. Bolo veľmi temno, hromy praskali a burácali. V tom čase blesk udrel do okraja Faluna, my sme však neboli zranení – ani jeden vlas nebol. Mohli sme jasne vidieť, ako blesk udrel do zeme a ponechal nás bez ublíženia. To znamená, že náš gong nám dáva ochranu. Keď cvičím, obyčajne sa nestarám o to, aké je počasie. Kedykoľvek pomyslím na cvičenie, tak cvičím. Pokiaľ' je čas, tak budem cvičiť. Neobávam sa ani zvuku. Iné metódy sa boja zvuku, pretože keď ste veľmi, veľmi pokojný a náhle počujete veľmi hlasný zvuk, budete cítiť, akoby qi všade vo vašom tele išla vybuchnúť, triasla sa a utekala von z tela. Avšak neobávajte sa, naša kultivácia sa nedostane na scestie. Samozrejme, snažte sa nájsť na praktizovanie tiché miesto.

Ot.: Máme si vizualizovať Majstrovu podobu?

Odp.: Vizualizácia nie je potrebná. Keď je vaše Tretie Oko otvorené, uvidíte moje Telo Zákona vedľa seba.

Ot.: Je nejaká požiadavka pre praktizovanie týchto piatich cvičení? Musia byť praktizované všetky spolu? Keď cvičíme tie, ktoré vyžadujú deväť opakovaní, môžeme potichu počítať? Bude mať neželateľné dôsledky, ak urobíme viac ako deväť opakovaní, alebo si zapamätáme určité pohyby nesprávne?

Odp.: Môžete cvičiť ktorékoľvek z piatich cvičení. Myslím, že najlepšie je cvičiť prvé cvičenie pred ostatnými, pretože prvé cvičenie otvára celé telo. Najprv ho máte cvičiť raz. Potom čo je vaše telo úplne otvorené, pokračujte ostatnými cvičeniami; takto je to účinnejšie. Cvičte tak veľa ako môžete, podľa toho, koľko času máte k dispozícii. Tiež si môžete na praktizovanie vybrať jeden konkrétny cvik. Pohyby v treťom a štvrtom cvičení sa majú opakovať deväťkrát v uvedenom poradí, a je napísané v knihe, že môžete potichu počítať. Môžete ísť domov a skúsiť poprosiť vaše dieťa, aby stálo nablízku a počítalo, zatiaľ čo cvičíte. Keď ste ukončili deväť opakovaní, zistíte že energetický mechanizmus už nepotrebuje pokračovanie opakovaní, keďže takto moje veci pracujú. Na začiatku na to potrebujete myslieť, avšak keď sa z toho stane zvyk, prirodzene sa zastavíte. Ak ste si niektoré pohyby zapamätali nesprávne, alebo robíte príliš veľa alebo príliš málo opakovaní, opravte ich a bude to v poriadku.

Ot.: Prečo ukončenie pohybov nie je ukončenie praktizovania?

Odp.: Falun sa otáča samočinne, a okamžite vie, že ste zastavili cvičenie. Obsahuje obrovské množstvo energie, a to čo vyslal dokáže okamžite vziať späť oveľa lepšie, ako by ste to vy mohli spraviť zámerné. Toto nie je koniec praktizovania; skôr je to vrátenie energie. Iné kultivačné metódy v skutočnosti skončia v tom momente, ako sú ukončené ich cvičenia. Náš systém je praktizovaný v každom čase – aj keď sú pohyby zastavené, praktizovanie sa nedá prerušiť. Aj keď chcete zastaviť otáčanie Faluna, nebudete toho schopní. Ak o tom budem diskutovať na hlbšej úrovni, nebudete rozumieť. Ak by ste mohli zastaviť jeho otáčanie, ja by som sa tiež musel zastaviť. Budete schopní ma zastaviť?

Ot.: Môžeme cvičiť jieyin (spojenie rúk) a heshi (stlačenie rúk pred hrudníkom) ako statické cvičenia v stoji?

Odp.: Prvé cvičenie, Buddha Ukazuje Tisíc Rúk, sa nemôže cvičiť ako statické cvičenie v stoji. Keď na naťahovanie použijete príliš veľa sily, stretnete sa s problémami.

Ot.: Vyžaduje sa, aby sa počas cvičenia predlaktia udržovali voľné? Keď praktizujem prvé cvičenie, cítim, že predlaktia sú veľmi napäté. Čo sa deje?

Odp.: Máte chorobu? Počas úvodnej etapy, keď sa vášmu telu robia úpravy, môžete objaviť rôzne úkazy. Budete mať nejaké príznaky, tie však nie sú vyvolané cvičeniami.

Ot.: Môžu ľudia, ktorí sa nezúčastnili seminárov Majstra Li, cvičiť v parkoch spolu s ostatnými žiakmi?

Odp.: Áno. Každý žiak môže vyučovať iných ako cvičiť. Keď žiaci učia druhých cvičenia, nie je to tým spôsobom, akým som učil ja vás – ja priamo upravujem vaše telá. Ale stále sú ľudia, ktorí získajú Falun hneď ako začnú cvičiť, pretože za každým žiakom existuje moje Telo Zákona; to sa dokáže priamo postarať o tieto záležitosti. Toto všetko závisí od ich predurčeného vzťahu. Keď je ich predurčený vzťah silný, môžu dostať Falun priamo na mieste; ak váš predurčený vzťah nie je až taký silný, môžete si, pomocou dlhodobého cvičenia, vyvinúť otáčavý mechanizmus sami. Ďalším cvičením sa vám podarí vyvinúť otáčavý mechanizmus do Faluna.

Ot.: Aký je význam pohybov rúk v meditačnom cvičení “Zosilňovanie Nebeských Síľ”?

Odp.: Náš jazyk to nedokáže vysvetliť. Každý pohyb stelesňuje bohatstvo významov. Vo všeobecnosti hovoria: “Začínam praktizovať pohyby a praktizovať Buddhovský Fa. Upravím svoje telo a vstúpim do kultivačného stavu.”

Ot.: Keď kultiváciou dosiahneme stav “Mliečno-Bieleho Tela,” je pravda, že všetky telesné póry budú otvorené a vytvorí sa telové dýchanie?

Odp.: Pokúste sa to všetci precítiť: touto úrovňou ste už prešli. Aby vaše telá boli upravené do stavu Mliečno-Bieleho Tela, musel som prednášať Fa viac ako 10 hodín, a nie menej. My vás okamžite privedieme do stavu, ktorý by ste dosiahli za desaťročia alebo dlhšie, keby ste praktizovali iné kultivačné metódy. Keďže tento krok nevyžaduje xinxingové normy, vykonáva sa podľa schopností hmoty. Predtým ako ste to čo i len vnímali, táto úroveň už bola prekonaná. Možno to trvalo iba pár hodín. Jedného dňa môžete byť veľmi vnímavý, ale o krátku chvíľu už nie ste taký vnímavý. V skutočnosti bola práve prekonaná dôležitá úroveň. S inými kultivačnými metódami by ste však v tomto stave ostali jeden rok alebo viac; tieto sú v skutočnosti na nižšej úrovni.

Ot.: Je v poriadku, keď myslíme na všetky pohyby Falun Gongu pri cestovaní v autobuse alebo čakaní v rade?

Odp.: Naše cvičenia nevyžadujú ani zámer mysle, ani nejakú určitú dĺžku času pre každodenné cvičenie. Nepochybne, čím dlhšie cvičíte, tým lepšie. Keď necvičíte, samo vás to zušľachtľuje. Avšak počas úvodnej etapy je lepšie cvičiť viac, na zosilnenie. Niektorí žiaci zistia, že keď idú na pár mesiacov na služobnú cestu, nemajú čas cvičiť. Nemá to však vôbec žiaden dopad. Keď sa vrátia, Falun sa stále otáča, keďže sa nikdy nezastaví. Pokiaľ sa vo svojom srdci považujete za kultivujúcich sa a strážite si dobre svoj xinxing, bude pokračovať v činnosti. Je tu ale jedna vec: ak nepraktizujete a miešate sa so svetskými ľuďmi, tak sa rozplynie.

Ot.: Môže byť Falun Gong a tantrizmus praktizovaný súčasne?

Odp.: Tantrizmus tiež používa Koleso Zákona (*Falun*), nemôže sa však praktizovať súčasne s našou kultivačnou metódou. Ak ste kultivovali tantrizmus a jeho Koleso Zákona sa už vytvorilo, môžete pokračovať v kultivovaní tantrizmu, pretože tantrizmus je tiež spravodlivá kultivačná cesta. Nemôžu však byť praktizované v rovnakom čase. Koleso Zákona v tantrizme kultivuje stredný meridián a otáča sa horizontálne. Jeho Koleso Zákona sa odlišuje od nášho Faluna, a na kolese má mantry. Náš Falun je umiestnený vertikálne v spodnej časti brucha s plochou stranou smerujúcou von. S obmedzeným priestorom v bruchu, môj Falun samotný už úplne pokrýva priestor. Ak sa tam dá ešte jeden, veci sa porušia.

Ot.: Môžeme počas praktizovania Falun Gongu praktizovať aj iné kultivačné systémy Buddhovskej Školy? Môžeme počúvať kazety, v ktorých sa odrieka meno Bodhisattvy Avalokitéšvary? Môžu buddhistickí laici, ktorí bývajú doma, odriekať sútry, potom čo sa učili Falun Gong? Môžeme v rovnakom čase praktizovať iné cvičenia?

Odp.: Myslím, že nie. Každá metóda je cesta kultivácie. Ak sa chcete skutočne kultivovať a nie iba liečiť choroby alebo zlepšovať zdravie, musíte kultivovať iba jednu cestu. Je to vážna záležitosť. Kultivovanie sa k vyšším úrovniam vyžaduje, aby človek pokračoval v zušľachtľovaní sa v jednej kultivačnej ceste. Toto je absolútna pravda. Ani kultivačné cesty v rámci Buddhovskej Školy nemožno miešať. Kultivácia, o ktorej hovoríme, je vyšších úrovní a je

zdedená spred veľa, veľa vekov. Praktizovanie na základe toho, čo cítite, je náhodilé. Z pohľadu inej dimenzie je proces premeny mimoriadne hlboký a zložitý. Rovnako ako s presným prístrojom, ak odstránite jednu z jeho súčiastok a nahradíte ju niečím iným, okamžite zlyhá. Rovnako aj v kultivácii: nič sa nesmie primiešať. Určite sa to pokazí, ak ju pomiešate. Je to rovnaké pre všetky kultivačné cesty: ak sa chcete zušľachtovať, musíte sa zamerať iba na jednu cestu. Ak to budete robiť inak, nebudete vôbec schopní kultivovať sa. Fráza “zozbierať to najlepšie z každej školy,” sa dá použiť iba do úrovne liečenia chorôb a zlepšovania zdravia. Neprivedie vás na vyššie úrovne.

Ot.: Budeme sa navzájom rušiť, keď cvičíme s ľuďmi, ktorí praktizujú iné kultivačné metódy?

Odp.: Bez ohľadu na to, aký druh kultivačnej cesty praktizuje – zo Školy Tao, nadprirodzené cvičenie, alebo jednu z Buddhovskej Školy – pokiaľ je spravodlivá, nemá na nás vôbec žiaden dopad. Ani vy nebudete rušiť jeho. Je preňho prospešné, ak cvičí blízko vás. Pretože Falun je inteligentná bytosť a nezušľachtuje dan, bude automaticky pomáhať.

Ot.: Môžeme poprosiť iných majstrov qigongu, aby upravili naše telá? Bude mať nejaký dopad, ak počúvame prednášky iných majstrov qigongu?

Odp.: Verím, že po tomto seminári budete vnímať, aký stav dosiahlo vaše telo. Po chvíli nebude pre vás prípustné, aby ste mali chorobu. Keď prídu opäť problémy, môžete cítiť, ako by ste mali nádchu alebo bolesti žalúdka, ale v skutočnosti to už nie je to isté. Namiesto toho sú to trápenia a skúšky. Ak hľadáte iných majstrov qigongu, znamená to, že nerozumiete alebo neveríte tomu, čo som povedal. S mentalitou usilovania sa budete priťahovať zlé odkazy, ktoré budú zasahovať do vašej kultivácie. Ak gong tohto majstra qigongu prichádza od futi,⁸⁰ môžete tiež skončiť tak, že prilákate tieto bytosti. Rovnaká vec je aj počúvanie prednášok: neznamená “túžba počuť,” že sa za niečím naháňate? Túto otázku musíte pochopiť vy sami. Je to otázka xinxingu, a ja do toho nejdem vstupovať. Ak hovorí o princípoch na veľmi vysokých úrovniach alebo o záležitostiach xinxingu, môže to byť v poriadku. Zúčastnili ste sa môjho seminára a veľkým úsilím bolo vaše telo upravené. Pôvodne, odkazy z iných praktík boli vo vašom tele veľmi pomiešané, čím znečisťovali vaše telo. Teraz bolo všetko upravené do najlepšieho stavu, pričom zlé bolo odstránené a dobré ponechané. Samozrejme nenamietam, ak študujete iné kultivačné metódy. Ak cítite, že Falun Gong nie je dobrý, môžete sa učiť iné kultivačné metódy. Tvrším však, že ak študujete príliš veľa rôznych vecí, nie je to pre vás dobré. Už ste kultivovali Veľký Zákon (*Dafa*) a Telá Zákona sú priamo vedľa vás. Získali ste veci vyššej úrovne a teraz sa chcete vrátiť späť a znova hľadať!

Ot.: Ak praktizujeme Falun Gong, môžeme študovať iné metódy, ako napríklad masáž, sebaobranu, Zen Jedného Prsta, taiji, atď.? Ak ich necvičíme, ale iba čítame s tým súvisiace knihy, bude to mať nejaký vplyv?

Odp.: Je v poriadku študovať masáž a sebaobranu, ale keď k vám príde krutosť, budete sa cítiť nepríjemne. Zen Jedného Prsta a taiji sú zaradené medzi qigongy. Ak ich praktizujete, budete pridávať veci, čím znečistíte substancie odo mňa, ktoré existujú vo vašom tele. Ak čítate knihy, ktoré hovoria o xinxingu, je to v poriadku. Niektorí autori však robia závery ešte predtým, ako to celé domysleli. Popletie to vaše myšlienky.

⁸⁰ futi – duch alebo zviera, ktoré posadlo ľudské telo; posadnutie duchom alebo zvierat'om.

Ot.: Keď robím “Držanie Kolesa pred Hlavou”, moje ruky sa niekedy dotknú. Je to v poriadku?

Odp.: Nedovoľte, aby sa ruky dotkli. Vyžadujeme, aby ste udržovali malú medzeru. Ak sa ruky dotknú, energia rúk sa vráti späť do tela.

Ot.: Keď praktizujeme druhé cvičenie, ak už nemôžeme ruky držať dlhšie, môžeme ich dať dole a potom pokračovať v cvičení?

Odp.: Kultivácia je veľmi trpká. Nie je účinné, ak v tom okamžiku, ako cítite bolesť, ich dáte dole. Smernica je takáto: čím dlhšie, tým lepšie. Mali by ste však postupovať podľa vašich vlastných schopností.

Ot.: V plnej lotosovej pozícii, prečo je u žien ľavá noha pod pravou?

Odp.: Je to preto, že naša kultivácia berie do úvahy jeden podstatný činiteľ: Ženské telo sa líši od mužského tela. Takže kultivácia by mala odpovedať ženskej stavbe tela, ak chce použiť svoje benti na premenu samej seba. U žien je to obvyčajne tak, že ľavá noha podporuje pravú, čo je v súlade s jej vlastnou situáciou. Muži sú opační, keďže esenciálna povaha je odlišná.

Ot.: Je pri cvičení prijateľné počúvanie kaziet alebo hudby alebo recitovanie veršov?

Odp.: Ak je to primeraná hudba Buddhovskej Školy, môžete počúvať. Ale pravá kultivácia nepotrebuje žiadnu hudbu, keďže si vyžaduje schopnosť vstúpiť do stavu pokoja. Počúvanie hudby je pokusom nahradiť rôzne myšlienky iba jednou.

Ot.: Keď cvičíme “Prenikanie Dvomi Kozmickými Extrémami,” máme byť uvoľnení alebo použiť silu?

Odp.: Prenikanie Dvomi Kozmickými Extrémami vyžaduje stáť prirodzene a uvoľnene, na rozdiel od prvého cvičenia. Všetky ostatné cvičenia vyžadujú, aby ste boli uvoľnení; toto je odlišné od prvého cvičenia.

3. Zušľachtovanie xinxingu

Ot.: Chcem byť v súlade s normami Zhen, Shan, a Ren. Včera sa mi však snívalo, že som sa s niekým veľmi ostro hádal, a keď som sa chcel toho zdržať, neuspel som. Bolo to určené na pomoc k zlepšeniu môjho xinxingu?

Odp.: Určite bolo. Už som vám povedal, čo sú to sny. Máte sa snažiť nad nimi rozmýšľať a sami ich pochopiť. Veci, ktoré vám pomôžu zlepšiť svoj xinxing, prídu náhle a neočakávane. Nečakajú, kým sa na ich privítanie mentálne pripravíte. Na posúdenie, či je nejaká osoba dobrá alebo zlá, ju môžete preverovať iba vtedy, keď nie je mentálne pripravená.

Ot.: Znamená “Ren” zo Zhen, Shan, a Ren vo Falun Gongu, že máme tolerovať všetko, bez ohľadu na to, či je to správne alebo nie?

Odp.: “Ren,” o ktorom hovorím, sa vzťahuje na zlepšovanie xinxingu v otázkach súvisiacich s vašimi osobnými záujmami a všetkými tými pripútanosťami, ktoré ste neboli ochotní opustiť. V skutočnosti, Ren nie je hrozná vec, a to ani medzi svetskými ľuďmi. Poviem vám príbeh. Han Xin bol vysoký generál, ktorý od svojej mladosti miloval bojové umenia. V jeho dobe ľudia študujúci bojové umenia nosili radi so sebou meč. Keď sa Han Xin prechádzal po ulici, prišiel k nemu jeden bitkár a vyzval ho: “Načo nesieš ten meč? Odvážiš sa zabíjať ľudí? Ak áno, zabi

najskôr mňa.” Ako rozprával, nastavil svoj krk. Povedal, “Ak sa ma neodvážiš zabiť, preplaz sa medzi mojimi nohami!” Han Xin sa potom preplazil medzi jeho nohami. Mal výnimočnú schopnosť “Ren.” Niektorí ľudia považujú znášanlivosť za slabosť, akoby človek mohol byť ľahko šikanovaný. Pravda je taká, že ľudia, ktorí dokážu praktizovať znášanlivosť, majú veľmi silnú vôľu. Čo sa týka správnosti a nesprávnosti vecí, musíte sa pozrieť, či sú naozaj v súlade s princípmi vesmíru. Môžete si myslieť, že v určitej situácii ste nespravili chybu, a že je to ten druhý, kto vás nahneval. V skutočnosti naozaj neviete prečo. Poviete si, “Viem, je to nejaká maličkosť.” Čo hovorím ja, je iný princíp, ktorý sa nedá vidieť v tejto materiálnej dimenzii. Vyjadriť to žartovne, snáď ste druhým dlžili vo vašom predchádzajúcom živote. Ako môžete súdiť, či je to správne alebo nesprávne? Máme byť znášanliví. Ako môžete najprv druhých hnevať a urážať, a potom byť znášanliví? K tým ľuďom, ktorí vás skutočne nahnevali, máte byť nielen znášanliví, ale aj vďační. Ak na vás človek kričí, a potom vás z niečoho obviňuje pred vašim učiteľom, vyčítajúc vám, že na neho kričíte, mali by ste vo svojom srdci povedať “ďakujem ti.” Poviete si, “Nestane sa zo mňa Ah-Q?”. To je váš názor. Ak v tejto situácii nekonáte rovnakým spôsobom ako on, zlepšili ste si xinxing. On získa v tejto materiálnej dimenzii, odovzdá vám však veci v inej dimenzii. Nie je to tak? Váš xinxing sa zdokonalil a čierna látka sa premenila. Získali ste tromi spôsobmi. Prečo mu nebyť vďačný? Nie je to ľahké pochopiť zo stanoviska svetských ľudí, ja však neprednášam svetským ľuďom. Ja prednášam kultivujúcim sa.

Ot.: Ľudia bez futi si môžu zlepšovať xinxing, aby sa vyhli získaniu futi. Čo, ak už človek má futi? Ako sa ho môže zbaviť?

Odp.: Jedna spravodlivá myšlienka premôže sto ziel. Dnes ste prijali Veľký Zákon (*Dafa*). Odteraz, ak vám aj futi prinesie výhody, nesmiete ich prijať. Ak vám prinesie peniaze, slávu a osobný zisk, cítite sa vo svojom srdci veľmi šťastný, myslíte si, “Pozrite sa, aký som schopný,” a chváľte sa druhým. Ak sa cítite nepríjemne, nechcete s tým žiť, a hľadáte Učiteľa, aby sa o vás postaral. Ako to, že sa dobre nesprávate, keď vám to neprestáva dávať dobré veci? My sa o to nemôžeme starať za vás, pretože vy ste prijali všetky výhody, ktoré vám to prinieslo. Je neprijateľné, ak všetko čo chcete mať, sú výhody. Začne sa to báť iba vtedy, ak to nechcete – ani tie dobré veci, ktoré to prinesie, ak pokračujete v kultivácii podľa metódy vyučovanej Učiteľom, a keď ste sa stali spravodlivým a vaša myseľ je pevná. Ak to ďalej odmietate, keď sa vám to snaží dať nejaké výhody, je čas, aby to odišlo. Ak to u vás ostane, bude konať zlý skutok. Vtedy sa o to môžem postarať. Zmizne to jediným mávnutím mojej ruky. Nedá sa to však spraviť, ak chcete mať výhody, ktoré vám to prináša.

Ot.: Získajú ľudia futi cvičením v parku?

Odp.: Vysvetlil som vám to už veľakrát. My kultivujeme spravodlivú cestu. Ak je vaša myseľ spravodlivá, všetky druhy zlých vecí budú porazené. V kultivácii spravodlivej cesty je myseľ veľmi čistá a poctivá, takže sa k praktizujúcemu nemôže nič priblížiť. Falun je niečo neuveriteľné. Nielen že sa zlé veci nedokážu na vás prichytiť – majú strach, keď sú blízko vás. Ak tomu neveríte, môžete cvičiť na iných miestach. Všetky sa vás boja. Ak vám poviem počet futi, všetci budete zhrození; veľa ľudí má futi. Potom, čo títo ľudia dosiahli cieľ liečenia chorôb a zlepšenia zdravia, pokračujú v cvičení. Čo chcú? Tieto problémy sa objavujú, keď ich myseľ nie je spravodlivá. Nemá sa im to však vyčítať, pretože nerozumejú princípom. Jedným z cieľov môjho príchodu na verejnosť je pomôcť vám napraviť tieto nesprávne veci.

Ot.: Aké nadprirodzené schopnosti si človek v budúcnosti vypestuje?

Odp.: Nechcem o tom hovoriť. Keďže každý jedinec má svoju vlastnú skupinu podmienok, je to veľmi ťažké povedať. Rôzne nadprirodzené schopnosti budú vyvinuté na rôznych úrovniach. Rozhodujúcim činiteľom je váš xinxing na každej úrovni. Ak boli v určitom ohľade opustené pripútanosti, môže sa v tom ohľade vyvinúť nadprirodzená schopnosť. Táto nadprirodzená schopnosť však musí byť vo svojej ranej etape a tak nebude veľmi mocná. Ak xinxing nedosiahol veľmi vysokú úroveň, nadprirodzené schopnosti vám nemôžu byť dané. Avšak v našej triede majú niektorí jedinci dosť dobré vrodené vlastnosti. Vyvinuli si schopnosť nadprirodzenej chôdze, ktorá ich chráni pred dažďom. Niektorí si vyvinuli aj nadprirodzenú schopnosť teleportácie.

Ot.: Vzťahuje sa “zušľachtovanie xinxingu” alebo “vzdanie sa všetkých pripútaností” k “prázdnote” v Buddhovskej Škole a k “ničote” v Škole Tao?

Odp.: “Xinxing” alebo “de,” o ktorých hovoríme, nie sú obsiahnuté v “prázdnote” Buddhovskej Školy alebo v “ničote” Školy Tao. Skôr prázdnota Buddhovskej Školy a ničota Školy Tao sú zahrnuté v našom “xinxingu.”

Ot.: Oстане Buddha navždy Buddhom?

Odp.: Potom, čo ste kultiváciou dosiahli osvietenie, ste osvietená bytosť – to jest, bytosť vyšších úrovní. Nie je však zaručené, že sa nebudete nikdy správať zle. Samozrejme, zvyčajne nebudete na tej úrovni konať zlé skutky, keďže ste videli pravdu. Ak ste sa však slabo ovládali, spadnete dole bez výnimky. Ak stále robíte dobré veci, ostanete tam hore navždy.

Ot.: Čo je osoba s “výbornými vrodеныmi vlastnosťami”?

Odp.: Je to určené niekoľkými činiteľmi: 1. dobré vrodené vlastnosti; 2. vynikajúca kvalita osvietenia; 3. výnimočná schopnosť znášateľnosti; 4. málo pripútaností, pričom veci tohto sveta sa berú zľahka. To sú ľudia s výbornými vrodеныmi vlastnosťami, ktorých je veľmi ťažké nájsť.

Ot.: Môžu si ľudia bez dobrých vrodеныch vlastností vyvinúť gong, ak praktizujú Falun Gong?

Odp.: Ľudia bez dobrých vrodеныch vlastností si tiež môžu vyvinúť gong, pretože každý nesie určité množstvo de. Je nemožné nemať žiadnu de – nikto taký nie je. Aj keď nemáte na sebe bielu substanciu, stále máte čiernu substanciu. Kultiváciou môže byť čierna látka premenená na bielu látku; je to len jeden krok navyše. Ak ste počas kultivácie trpeli, zlepšili ste svoj xinxing, a priniesli ste obeť, vyvinuli ste si gong. Kultivácia je nevyhnutný predpoklad. Je to majstrovo Telo Zákona, ktoré to premení na gong.

Ot.: Keď sa človek narodí, jeho celý život už bol naplánovaný. Dá sa to zmeniť tvrdou prácou?

Odp.: Samozrejme, že dá. Vaša tvrdá práca je tiež niečo, čo bolo naplánované, takže si nepomôžete a musíte tvrdo pracovať. Ste svetský človek. Avšak veľmi dôležité veci nemožno zmeniť.

Ot.: Ak Tretie Oko nebolo otvorené, ako povieme, či odkazy, ktoré dostávame, sú dobré alebo zlé?

Odp.: Pre vás samotných je to ťažké. Počas vášho kultivačného procesu existuje veľa problémov, ktoré vyskúšajú váš xinxing. Ochrana, ktorú vám poskytuje moje Telo Zákona, slúži

na zabránenie ohrozenia vášho života. Telo Zákona sa však nemusí postarať o určité problémy, ktoré potrebujete prekonať, vyriešiť a pochopiť vy sami. Niekedy, keď prídu zlé správy, možno vám povedia, aké sú čísla lotérie, ale čísla môžu byť správne alebo nesprávne. Alebo vám tiež môžu povedať iné veci. Všetko je na vás. Ak je vaša myseľ poctivá, zlé veci nemôžu vtrhnúť. Nemal by byť žiaden problém, ak si dobre chránite svoj xinxing.

Ot.: Môžeme cvičiť, keď sa cítíme emocionálne rozladení?

Odp.: Ak máte zlú náladu, je pre vás ťažké sadnúť si a stať sa pokojným. Vo vašej myšli budete mať divo behajúce myšlienky na zlé veci. V kultivácii existujú odkazy. Keď sú vo vašej myšli zlé myšlienky, tieto veci vstúpia do vašej kultivácie, zmeniac ju na účelovú kultiváciu zlej cesty. Cvičenia, ktoré praktizujete, vás mohol naučiť Yan Xin⁸¹, nejaký iný majster, alebo žijúci Buddha tantrizmu. Ak ste však prísne nenasledovali ich xinxingové požiadavky, to čo ste cvičili nebola ich kultivačná cesta – aj keď to boli oni, ktorí vás učili. Uvažujte o tom všetci: ak cvičíte pozíciu v stoju a cítite sa veľmi unavení, pričom vaša myseľ je veľmi činná, uvažujúc, “Prečo je ten a ten v mojej robote taký zlomyseľný? Prečo o mne podal hlásenie? Čo môžem urobiť, aby ma povýšili? Ceny sa zvyšujú – musím viac nakúpiť,” nekultivujete potom účelovo, podvedome, a nevedomky zlú cestu? Takže ak prežívate emocionálne problémy, je lepšie vtedy necvičiť.

Ot.: Aká je norma pre “mimoriadne vysoký xinxing”?

Odp.: Xinxing prechádza cez kultiváciu a nemá žiadne stanovené normy. Všetko ostáva na vašom pochopení. Ak trváte na tom, že xinxing má normy, potom je to tak, že ak sa stretnete s nejakými udalosťami, mali by ste sa snažiť uvažovať, “Keby to bola osvietená osoba, ktorá by tomuto čelila, čo by robila?” Ukázkoví ľudia sú výnimoční, samozrejme, stále sú to však vzory pre svetských ľudí.

Ot.: Nemali by sme mať podozrievavý postoj k rečiam alebo prejavom iných majstrov qigongu. Čo však máme robiť, keď sa stretneme s klamármi, ktorí podvádzajú ľudí za peniaze?

Odp.: To by tak nemuselo byť. Najprv sa máte pozrieť, o čom rozprávajú, a potom sami posúdiť, či je to podvod. Na posúdenie, či je alebo nie je majster qigongu čestný, môžete sa pozrieť na jeho xinxing. Gong je vždy taký vysoký ako xinxing.

Ot.: Ako odstránime karmu, alebo ako to volá buddhizmus, “karmický dlh”?

Odp.: Kultivácia samotná je formou odstraňovania karmy. Najlepšia cesta je zdokonalenie vášho xinxingu, pretože to umožní premenu čiernej látky na bielu látku, de. De je potom premieňaná na gong.

Ot.: Ak cvičíme Falun Gong, sú nejaké pravidlá, ktoré nám zakazujú robiť určité veci?

Odp.: Nemôžete robiť väčšinu z toho, čo je zakázané v buddhizme, naše stanovisko je však rozdielne. Nie sme mnísi alebo mníšky. Žijeme medzi svetskými ľuďmi, takže je to odlišné. Ak niektoré veci beriete zľahka, bude to stačiť. Samozrejme, ako váš energetický potenciál postupne rastie a dosiahne veľmi vysoké úrovne, to čo bude požadované od vášho xinxingu, bude tiež vysoké.

⁸¹ Yan Xin (jan-šin) – veľmi známy majster qigongu v Číne.

4. Tretie Oko

Ot.: Keď majster prednášal, videl som tri stopy veľkú zlatú svätožiaru nad majstrovou hlavou, a mnoho zlatých svätožiar veľkosti hlavy za vašim chrbtom.

Odp.: Tretie Oko tejto osoby už dosiahlo dosť vysoký stupeň.

Ot.: Videl som zlaté svetlo, ktoré vystreľovali žiaci majstra pri liečení druhých ľudí.

Odp.: Hovorím, že tento človek sa kultivoval veľmi dobre. Dokázal vidieť nadprirodzené schopnosti, ktoré boli vysielané.

Ot.: Bude mať na dieťa nejaký dopad, ak je jeho Tretie Oko otvorené? Vypúšťa otvorené Tretie Oko energiu?

Odp.: U detí do veku šiestich rokov je veľmi ľahké mať otvorené Tretie Oko. Ak malé deti necvičia, otvorenie ich Tretieho Oka spôsobí unikanie energie; predsa len, niekto v rodine musí cvičiť. Najlepšie je nechať ho pozrieť sa cez Tretie Oko raz denne, čím sa zabráni jeho zavretiu, ako aj príliš veľkej strate energie. Najlepšie pre malé deti je, keď samé praktizujú kultiváciu. Čím viac Tretie Oko používajú, tým viac energie unikne. To bude mať dopad nie na ich fyzické telo, ale na ich najzákladnejšie veci. Ak je však dobre chránené, nebude to mať žiaden dopad. To, o čom som práve hovoril, sa vzťahuje na malé deti, nie na dospelých. Niektorí ľudia majú Tretie Oko široko otvorené a neobávajú sa úniku energie, nedokážu však vidieť veci, ktoré sú na veľmi vysokej úrovni. Sú aj niektorí, čo môžu vidieť veľmi vysoké úrovne. Keď sa pozerajú, Telo Zákona alebo iný majster poskytuje energiu. Nie je to problém.

Ot.: Videl som zlatú žiaru na Učiteľovom tele, ako aj na Učiteľovom tieni, zmizla však mihnutím oka. Čo sa stalo?

Odp.: To je moje Telo Zákona. Prednášam, a na temene hlavy mám energetický stĺp; je to stav úrovne, na ktorej som. V okamihu zmizlo, pretože ste nevedeli, ako použiť svoje Tretie Oko. Použili ste svoje fyzické oči.

Ot.: Ako použijeme nadprirodzené schopnosti?

Odp.: Myslím, že by bol problém, keby mal človek použiť nadprirodzené schopnosti vo vojenskej vede, v inej vysokej technológii, alebo v špionáži. Náš vesmír má povahové vlastnosti. Ak je použitie v súlade s povahovými vlastnosťami, schopnosti pracujú, ak nie je, schopnosti pracovať nebudú. Ani za účelom konania dobrých skutkov nemusí byť človek schopný získať veci z vysokých úrovní. Môže byť iba schopný ich vnímať alebo cítiť. Ak človek použije iba menšie nadprirodzené schopnosti, príliš to nepoškodí normálny spoločenský vývoj. Ak chce zmeniť určité veci, musí vyvinúť značné úsilie. Čo sa týka toho, či ho je alebo nie je k tomu treba, čo on hovorí sa nepočíta, pretože vývoj spoločnosti nejde podľa jeho vôle. Môže chcieť dosiahnuť určité veci, ale konečné rozhodnutie nie je na ňom.

Ot.: Ako vedomie človeka vchádza a vychádza z tela?

Odp.: Vedomie, o ktorom hovoríme, obyčajne vychádza cez temeno hlavy. Samozrejme, vedomie nie je obmedzené chodiť týmto spôsobom. Môže vyjsť ktorýmkoľvek bodom, na rozdiel od toho, čo je zdôrazňované v iných kultivačných školách, kde má vychádzať cez temeno hlavy. Môže opustiť telo v ktorejkoľvek oblasti. Je to rovnaké, aj keď vstupuje do tela.

Ot.: V priestore Tretieho Oka je červené svetlo s čiernou dierou v strede. Prudko rozkvitá. Je to otváranie Tretieho Oka? Niekedy je to sprevádzané aj hviezdny svetlom a blýskaním.

Odp.: Ak vidíte hviezdne svetlo, Tretie Oko je blízko otvorenia. Ak vidíte blýskanie, je už takmer úplne otvorené.

Ot.: Videl som červeno a zeleno sfarbené svätožiari na Učiteľovej hlave a tele. Keď som však zavrel oči, nemohol som nič vidieť. Pozeral som periférnym videním?

Odp.: Nepoužil ste periférne videnie. Jednoducho ste nevedeli, ako pozerat' so zatvorenými očami, takže ste to mohli robiť iba s otvorenými očami. Ľudia často nevedia, ako použiť ich už otvorené Tretie Oko. Niekedy náhodne uvidia veci s otvorenými očami. Keď sa však na ne chcete pozrieť naozaj dobre, začnete v skutočnosti používať vaše oči; preto veci opäť zmiznú. Keď nedávate pozor, opäť ich uvidíte.

Ot.: Moja dcéra vidí nejaké kruhy na oblohe, nedokáže ich však jasne opísať. Poprosili sme ju, aby sa pozrela na emblém Faluna, a povedala, že je to ono. Je jej Tretie Oko skutočne otvorené?

Odp.: Detom do 6 rokov sa môže Tretie Oko otvoriť jediným pohľadom na náš emblém Faluna. Vy to však nemáte robiť. Deti ho môžu vidieť.

Ot.: Nevie, ako použiť už otvorené Tretie Oko. Mohol by to Majster prosím vysvetliť?

Odp.: Ak je Tretie Oko úplne otvorené, ľudia budú vedieť, ako ho použiť, aj keď to predtým nevedeli. Ak je veľmi jasné a ľahko použiteľné, ľudia budú vedieť, ako ho použiť, aj keď to predtým nevedeli. Videnie cez Tretie Oko sa uskutočňuje mimovoľne. Keď sa na to chcete pozrieť dôkladnejšie, nechtiac ste prepli na vaše oči a použili ste optický nerv. Preto už nemôžete viac vidieť.

Ot.: Keď je Tretie Oko otvorené, budeme môcť vidieť celý vesmír?

Odp.: Čo sa týka otvorenia Tretieho Oka, sú tu úrovne. Inými slovami, koľko veľa pravdy vidíte, závisí od vašej úrovne. Otvorenie vášho Tretieho Oka neznamená, že budete schopní vidieť všetko vo vesmíre. Ďalšou kultiváciou si však postupne zlepšíte svoju úroveň, až kým nedosiahnete osvietenie. Potom budete schopní vidieť viac úrovní. Avšak ani potom nie je zaručené, že to čo vidíte, je pravda celého vesmíru. Pretože keď Šakjamúni kázal počas svojho života, takisto sa ustavične zlepšoval; vždy, keď dosiahol novú úroveň, objavil, že to čo prednášal predtým, nebolo konečné. Na ešte vyššej úrovni by sa jeho prednášky opäť zmenili. Preto nakoniec povedal, "Nie je Dharma, ktorá je konečná." Každá úroveň má svoj vlastný princíp. Dokonca aj preňho bolo nemožné vnímať pravdu celého vesmíru. Z hľadiska našich priemerných ľudí sa stalo neuveriteľným, že sa niekto v tomto svete dokáže kultivovať na úroveň Tathagátu. Pretože oni poznajú iba stupeň Tathagátu a nevedia, že sú ešte vyššie úrovne, nemôžu už viac vedieť alebo prijímať veci vyššej podstaty. Tathagáta je veľmi malý stupeň Buddhovského Fa. Na toto sa vzťahuje výrok, "Veľký Fa je bezhraničný."

Ot.: Veci, ktoré vidíme na vašom tele, skutočne existujú?

Odp.: Samozrejme, že skutočne existujú – všetky dimenzie sú zložené z hmoty. Iba jej štruktúra je odlišná od našej.

Ot.: Moje predpovede o budúcnosti sa často stanú skutočnosťou.

Odp.: To je nadprirodzená schopnosť “predpovedania,” o ktorej sme hovorili. V skutočnosti, je to nižšia úroveň videnia budúcnosti a videnia minulosti (*suming tong*). Gong, ktorý kultivujeme, je v odlišnej dimenzii, v ktorej neexistuje pojem času alebo priestoru; je rovnaký bez ohľadu na vzdialenosť alebo dĺžku času.

Ot.: Prečo sa počas cvičenia objavujú farební ľudia, obloha, a obrazy?

Odp.: Vaše Tretie Oko bolo otvorené, a to čo ste videli, patrí do inej dimenzie. Táto dimenzia je rozvrstvená, takže ste mohli vidieť jednu z jej úrovní. Je to veľmi krásne.

Ot.: Počas cvičenia som počul hlasný zvuk, a cítil som, akoby sa moje telo prasknutím otvorilo. Náhle som pochopil veľa vecí. Prečo?

Odp.: Pre niekoho je ľahšie zažiť túto vec, ktorou je proces, v ktorom časť tela vybuchne a otvorí sa. V niektorých hľadiskách ste dosiahli osvetlenie. Je to hodnotené ako postupné osvetlenie. Keď ste ukončili jednu z vašich kultivačných úrovní, jeho časť vybuchne a otvorí sa. Všetko je to úplne normálne.

Ot.: Niekedy cítim, že sa nemôžem pohnúť. Prečo?

Odp.: Počas úvodnej etapy kultivácie môžete cítiť, že náhle nemôžete pohnúť rukou alebo určitou časťou vášho tela. Prečo je to? Je to preto, že ste získali druh nadprirodzenej schopnosti nazývanej “mrazivý gong.” Je to jedna z vašich vrozených schopností, a je veľmi mocná. Ak niekto spáchal zlý skutok a uteká preč, môžete povedať “zamrzni,” a okamžite ostane stáť ako primrznutý.

Ot.: Kedy môžeme začať liečiť druhých? V minulosti som s určitou účinnosťou liečil choroby druhých. Potom, čo som sa učil Falun Gong, ak za mnou prídu ľudia na liečenia, môžem ich liečiť?

Odp.: Myslím, že pre ľudí na tomto seminári – bez ohľadu na to, aký druh cvičení ste praktizovali, ako dlho ste ich cvičili, alebo či ste už dosiahli úroveň, v ktorej ste schopní liečiť choroby – nechcem, aby ste na tejto nižšej úrovni liečili ľudí, pretože ani sami neviete, v akom ste stave. Mohli ste možno liečiť choroby druhých ľudí. Mohlo to byť preto, že ste mali spravodlivú myseľ, ktorá pomohla. Tiež to mohol byť okolo-prechádzajúci majster, ktorý vám podal ruku, pretože ste robili dobrý skutok. Napriek skutočnosti, že energia, ktorú ste si vypestovali kultiváciou, vám pomôže niečo vykonať, nedokáže vás ochrániť. Počas liečenia ste v rovnakom poli ako pacient. O nejaký čas vás pacientova čierna qi urobí nezdravejším, ako je on. Ak ste sa pacienta spýtali, “Ste uzdravený?,” odpovie, “Trošku lepšie.” Čo je to za liečenie? Niektorí majstri qigongu hovoria : “Vráťte sa zajtra a potom aj pozajtra. Budem vás liečiť v niekoľkých sedeniach.” Robí to aj “v cykloch.” Nie je to podvod? Nebolo by nádherné, keby ste dokázali odložiť liečenie choroby, pokiaľ nedosiahnete vyšší stupeň? Kohokoľvek liečite sa uzdraví. Aký to bude dobrý pocit! Ak ste si už vyvinuli gong na nie takej nízkej úrovni, a ak je skutočne nevyhnutné, aby ste liečili, otvorím vaše ruky a vyvolám vašu nadprirodzenú schopnosť liečiť choroby. Ak sa však kultivujete smerom k vyšším úrovniam, myslím, že je lepšie, ak sa budete týchto vecí strániť. Kvôli propagácii Veľkého Zákona (*Dafa*) a účasti na spoločenských udalostiach, niektorí moji žiaci dávajú liečenia. Pretože sú na mojej strane a sú trénovaní mnou, sú chránení a nespôsobia problémy.

Ot.: Ak sme si vyvinuli nadprirodzené schopnosti, môžeme to povedať druhým?

Odp.: Nie je problém to povedať druhým, ktorí tiež praktizujú Falun Gong, pod podmienkou, že ste skromní. Dôvodom toho, aby ste všetci praktizovali spoločne je to, že si môžete vymieňať skúsenosti a diskutovať. Samozrejme, ak sa stretnete s ľuďmi vonku, ktorí majú nadprirodzené schopnosti, tiež im to môžete povedať. V skutočnosti na tom nezáleží, pokiaľ sa tým nevychvaľujete. Ak sa chcete vychvaľovať, akí ste schopní, spôsobí to problémy. Ak ste sa vychvaľovali dlhú dobu, schopnosť zmizne. Ak chcete iba hovoriť o fenoménoch qigongu a diskutujete bez nevhodných osobných myšlienok, povedal by som, že to nebude problém.

Ot.: Buddhovská Škola hovorí o “prázdnote”, zatiaľ čo Škola Tao hovorí o “ničote”. O čom hovoríme my?

Odp.: “Prázdnota” Buddhovskej Školy a “ničota” Školy Tao sú jedinečné rysy ich vlastných kultivačných ciest. Samozrejme, aj od nás sa požaduje dosiahnuť túto úroveň. My hovoríme o úmyselnom kultivovaní a neúmyselnom získavaní gongu. Kultivovanie vášho xinxingu a opúšťanie pripútaností má tiež za následok prázdnotu a ničotu, my to však až tak nezdôrazňujeme. Pretože žijete v materiálnom svete, potrebujete si zarobiť na živobytie a mať povolanie – musíte vykonávať veci. Vykonávanie vecí nevyhnutne prináša otázku, či to čo robíte, je dobrá alebo zlá vec. Čo máme robiť? To čo kultivujeme je xinxing, čo je najdôležitejšia vlastnosť našej metódy. Pokiaľ je vaša myseľ spravodlivá a veci, ktoré robíte spĺňajú naše požiadavky, s vašim xinxingom nebude žiaden problém.

Ot.: Akým spôsobom pocítíme vývoj našich nadprirodzených schopností?

Odp.: Počas úvodnej etapy kultivácie, ak ste si vypestovali nadprirodzené schopnosti, budete to schopní cítiť. Ak ste si ešte nevypestovali nadprirodzené schopnosti, ale vaše telo je citlivé, mohli by ste to byť schopní cítiť. Ak sa nič z toho nestalo, nemôžete žiadnym spôsobom vedieť, čo sa deje. Jediná vec, ktorú môžete robiť, je pokračovať v kultivácii bez uvedomovania si ich. Asi 60 až 70 percent našich študentov má otvorené svoje Tretie Oko. Viem, že môžu vidieť. Aj keď nič nehovoríte, pozorujete so široko otvorenými očami. Prečo vás žiadam, aby ste praktizovali spoločne? Chceme, aby ste si vymieňali skúsenosti a diskutovali vnútri vašich skupín. Ale aby ste boli zodpovední tejto kultivačnej metóde, nemali by ste hovoriť bez zábran mimo skupiny. Vnútoraná výmena skúseností a zlepšovanie jeden druhého je prijateľné.

Ot.: Ako vyzerá Telo Zákona? Mám ja Telá Zákona?

Odp.: Telo Zákona človeka vyzerá rovnako ako ten človek. Vy teraz nemáte Telo Zákona. Keď vaša kultivácia dosiahne určitú úroveň, ukončíte kultiváciu Zákona Trojitého Sveta a vstúpite do mimoriadne vysokej úrovne. Iba potom si vypestujete Telá Zákona.

Ot.: Ako dlho po skončení seminára nás budú nasledovať Učiteľove Telá Zákona?

Odp.: Keď žiak náhle začne kultivovať veci vyšších úrovní, znamená to pre neho veľký bod obratu. Nevzťahuje sa to na zmenu jeho myslenia, ale na jeho celú osobnosť. Pretože ak svetský človek dostane to, čo ako svetský človek nemá dovolené mať, stane sa to nebezpečím, a jeho život bude ohrozený. Moje Telá Zákona mu musia poskytnúť ochranu. Ak by som to nedokázal, a napriek tomu by som šíril Fa, bolo by to to isté, ako ubližovanie ľuďom. Veľa majstrov qigongu sa obáva vyučovania kultivácie a robenia týchto vecí, pretože nedokážu zvládnuť tú zodpovednosť. Moje Telá Zákona vás budú ochraňovať stále, až kým nedosiahnete osvietenie. Ak sa zastavíte na polceste, Telá Zákona vás jednoducho samé od seba opustia.

Ot.: Učiteľ hovorí, "Ľudia s priemernými vrozenými vlastnosťami sa kultivujú nie cvičeniami, ale cez xinxing." Je správne tvrdenie, že pokiaľ je xinxing veľmi vysoký, človek môže dosiahnuť Pravé Ovocie bez praktizovania cvičení?

Odp.: Teoreticky je to správne. Pokiaľ zušľachtíte svoj xinxing, de môže byť premenená na gong. Musíte sa však považovať za kultivujúceho sa. Ak sa nebudete, jediná vec, ktorú môžete dosiahnuť, je ustavičné zhromažďovanie de. Mohli by ste byť schopný nazhromaždiť obrovské množstvo de, byť vytrvalo spravodlivým človekom, aby ste nazhromaždili de. V tom prípade, aj keď by ste sa považovali za kultivujúceho, neboli by ste schopný dostať sa ďalej, pretože by ste sa nenaučili Fa vyšších úrovní. Ako všetci viete, odhalil som veľa vecí. Bez Učiteľovej ochrany je veľmi ťažké kultivovať sa k vyšším úrovniam. Bolo by pre vás nemožné zušľachtovať sa k vyšším úrovniam – čo i len jeden deň. Preto, dosiahnutie osvietenia nie je také ľahké. Ale potom, čo sa váš xinxing zlepšil, sa môžete prispôbiť vlastnostiam vesmíru.

Ot.: Aký je princíp liečenia na diaľku?

Odp.: Je veľmi jednoduchý. Vesmír sa môže rozširovať alebo zmršťovať; rovnako aj nadprirodzené schopnosti. Ja ostanem na pôvodnom mieste, a nepohnem sa, ale nadprirodzené schopnosti, ktoré boli vyslané, môžu dosiahnuť pacientov až tak ďaleko ako v USA. [Kvôli liečeniu človeka], môžem buď vypustiť nadprirodzené schopnosti k jeho miestu alebo si priamo predvolať jeho hlavného ducha (*yuanshen*), aby prišiel sem. Toto je princíp liečenia na diaľku.

Ot.: Môžeme vedieť, koľko druhov nadprirodzených schopností sa vyvinie?

Odp.: Je viac ako desaťtisíc druhov nadprirodzených schopností. Nie je dôležité podrobne vedieť, koľko presne ich je. Stačí vedieť tento princíp a tento Fa. Zvyšok ostáva na vašej kultivácii. Vedieť priveľa nie je pre vás ani nutné, ani dobré. Majstri hľadajú žiakov a prijímajú žiakov. Títo žiaci nevedia vôbec nič, a ani ich majstri im nepovedia. Všetko je na nich, aby to sami pochopili.

Ot.: Počas seminára, keď zatvorím oči, môžem vidieť, ako prednášate na pódiu. Vaša horná časť tela je čierna. Stôl je tiež čierny. Plátno za vami je ružové. Niekedy ste obklopený zeleným svetlom. Čo sa deje?

Odp.: Je to otázka úrovne, na ktorej ste, pretože keď sa Tretie Oko práve otvorilo, budete vnímať biele ako čierne a čierne ako biele. Potom, ako sa vaša úroveň trochu zlepšila, všetko, čo vidíte bude biele. Po ešte ďalšom zdokonalení budete môcť rozlišovať všetky farby.

5. Utrpenia

Ot.: Sú skúšky utrpenia pripravené Majstrom pre žiakov?

Odp.: Mohli by ste to tak povedať. Sú naplánované zdokonaľiť váš xinxing. Predpokladajme, že váš xinxing nedosiahol požadovanú úroveň, bude vám dovolené dosiahnuť osvietenie a zavŕšiť vašu kultiváciu? Je to správne, ak pošleme žiaka základnej školy na univerzitu? Myslím, že nie! Ak vás necháme kultivovať sa na vyššiu úroveň, keď váš xinxing nebol opravdivo zlepšený, a vy stále nemôžete zľahčiť svoj názor na čokoľvek alebo sa vzdať čohokoľvek, mohli by ste sa hádať s osvietenými o bezvýznamných veciach. To je neprijateľné! Preto kladieme taký veľký dôraz na xinxing.

Ot: Aký je rozdiel medzi utrpeniami kultivujúcich a utrpeniami svetských ľudí?

Odp.: My, ktorí sa kultivujeme, nie sme veľmi odlišní od svetských ľudí. Vaše utrpenia sú pripravené podľa vašej cesty kultivujúcich. Keďže svetskí ľudia platia za karmu svetských ľudí, všetci z nich majú utrpenia. Neznamená to, že ak sa kultivujete, budete mať utrpenia, a keďže on je svetský človek, tak nebude. Je to rovnaké v oboch prípadoch. Je to práve tak, že vaše utrpenia sú naaranžované za účelom zdokonalenia vášho xinxingu, pričom jeho utrpenia boli naaranžované na splácanie jeho karmického dlhu. Pravda je, že utrpenia sú vašou vlastnou karmou, ktorú som použil na zdokonalenie xinxingu žiakov.

Ot: Sú utrpenia podobné tým 81 útrapám, ktoré sa prihodili na ceste na Západ za získaním svätých písniem?⁸²

Odp.: Je tam malá podobnosť. Životy kultivujúcich boli vopred pripravené. Nebudete mať príliš veľa alebo príliš málo ťažkostí, a nebude ich nevyhnutne 81. Závisí to od toho, ako vysoko sa dokážete kultivovať so svojimi vrozenými vlastnosťami; toto bolo naplánované podľa úrovne, ktorú by ste mohli dosiahnuť. Tí, ktorí praktizujú kultiváciu, budú mať vlastnú skúsenosť z procesu opúšťania všetkého, čo majú svetskí ľudia, ale kultivujúci by to mať nemali. Je to skutočne ťažké. Budeme premýšľať o spôsoboch, akými vás prinútime vzdať sa všetkých vecí, ktorých je vám ťažko sa zriecť, a tým si cez utrpenia zlepšíte svoj xinxing.

Ot: Čo ak sa počas cvičenia objavia ľudia, ktorí to budú skúšať prekaziť?

Odp.: Falun Gong sa neobáva záškodníctva druhých ľudí. V úvodnej etape máte moje Telá Zákona, ktoré vás ochraňujú, nie je však isté, že sa s ničím nestretnete. Je nemožné vyvinúť gong celodenným sedením na gauči a popíjaním čaju. Niekedy, keď sa stretnete s utrpeniami, zavoláte moje meno a uvidíte ma priamo pred sebou. Možno vám nepomôžem, pretože to je to, čo potrebujete prekonať. Ak ste však naozaj v nebezpečenstve, pomôžem vám. Avšak, zvyčajne skutočné nebezpečenstvo nejestvuje, pretože vaša cesta bola zmenená a nič náhodné nemá dovolené zasahovať.

Ot.: Ako sa máme vysporiadať s utrpeniami?

Odp.: Zdôrazňoval som to opakovane: chráňte si svoj xinxing! Ak dokážete zaručiť, že neurobíte zlé veci, potom je to dobré. Je to obzvlášť dôležité, keď druhí narušia kvôli nejakým príčinám vaše osobné záujmy: ak proti tomu bojujete ako svetskí ľudia, stanete sa tiež svetskými ľuďmi. Pretože vy praktizujete kultiváciu, nemali by ste veci riešiť takýmto spôsobom. Veci, ktoré rušivo zasahujú do xinxingu, s ktorými sa stretnete, sú na zdokonalenie vášho xinxingu. Všetko závisí od toho, ako s nimi narábate, a či si v tejto záležitosti udržíte a zlepšíte svoj xinxing.

6. Dimenzie a ľudstvo

Ot.: Aké množstvo úrovní dimenzií je vo vesmíre?

Odp.: Podľa toho, čo viem, počet vrstiev dimenzií vo vesmíre je nespočítateľný. Čo sa týka existencie rôznych iných dimenzií, čo v týchto dimenziách existuje, a kto tam žije, je to veľmi ťažko zistiť použitím súčasných vedeckých metód. Moderná veda ešte len má predložiť materiálny dôkaz. Avšak, niektorí z našich majstrov qigongu a ľudia, ktorí vlastnia

⁸² Príbeh v klasickom diele čínskej literatúry, Cesta na Západ.

nadprirodzené schopnosti, môžu vidieť iné dimenzie. Je to preto, že iné dimenzie sa dajú vidieť iba cez Tretie Oko, a nie ľudskými fyzickými očami.

Ot.: Zahŕňa každá dimenzia vlastnosti Zhen, Shan, a Ren?

Odp.: Áno, každá dimenzia zahŕňa vlastnosti Zhen, Shan, a Ren. Ľudia, ktorí sú v súlade s týmito vlastnosťami, sú dobrí ľudia, pričom tí, ktorí idú proti nim, sú nedobří. Tí, ktorí sú im prispôsobení, sú osvietení.

Ot.: Odkiaľ prišlo pôvodné ľudstvo?

Odp.: Pôvodný vesmír nemal až toľko veľa vertikálnych alebo horizontálnych úrovní. Bol pomerne čistý. Počas jeho vývoja a pohybu bol vytvorený život. To bolo to, čo nazývame prapôvodný život. Bol v súlade s vesmírom, a nejestvovalo nič zlé. Byť v súlade s vesmírom znamená, že bol rovnaký ako vesmír a mal všetky schopnosti, ktoré mal vesmír. Ako sa vesmír postupne vyvíjal a rozvíjal, objavili sa niektoré nebeské raje. Neskôr sa objavilo viac a viac životov. Povedané pojmy na našej nízkej úrovni, začali sa vytvárať sociálne skupiny, v ktorých sa vyvinuli vzájomné pôsobenia. Počas tohto vývojového procesu sa niektorí ľudia zmenili, odkloniac sa ďalej od povahových vlastností vesmíru. Stali sa nie tak dobrými, takže ich nebeské sily sa oslabili. Preto kultivujúci zdôrazňujú “návrat k pravdivosti,” čo znamená návrat do pôvodného stavu. Čím vyššia úroveň, tým viac je prispôbena vesmíru, a tým mocnejšie sú schopnosti. V tom čase sa niektoré životy počas vývoja vesmíru stali zlými, jednako však nemohli byť zničené. Preto boli vypracované plány, aby sa mohli zlepšiť a opäť sa prispôsobiť vesmíru. Boli poslaní do nižšej úrovne znášať nejaké utrpenia a zlepšovať sa. Neskôr ľudia postupne prišli na túto úroveň. Potom na tejto úrovni nastalo rozdelenie. Ľudia, ktorých xinxing sa zhoršil, už nemohli ďalej ostať na tejto úrovni. Preto bola vytvorená ďalšia, ešte nižšia úroveň. Takto to pokračovalo, s postupným delením na nižšie a nižšie úrovne, až bola vytvorená úroveň, ktorú obýva dnešné ľudstvo. Takýto je pôvod dnešného ľudstva.

Register

A

Ah-Q (A-kju) – hlúpa postava z čínskeho románu.

B

baihui (bai-hui) – akupunktúrny bod nachádzajúci sa na temene hlavy.

benti – jedincovo fyzické telo a telá v ostatných dimenziách; “pravá bytosť”.

Bian Que (bian-čue) – veľmi známy doktor z histórie čínskej medicíny.

bigu – “žiadne zrno”; starodávny pojem pre abstinenciu od jedla a vody.

Bodhisattva – osvietená bytosť s Úrovňou Ovocia v Buddhovskej Škole, ktorá je vyššie ako Arhat, ale nižšie ako Tathagáta.

Bodhisattva Avalokitéšvara – známa pre svoj súcit, je jedna z dvoch najvyšších Bodhisattiev v Raji Najvyššej Blaženosti.

Buddhovský Fa – Buddhovský Zákon; univerzálne princípy a zákon; podstata vesmíru.

C

Cao Cao – vládca v jednom z troch kráľovstiev (220 – 265 n.l.).

“Cesta na Západ za získaním svätých písíem” – príbeh v klasickom diele čínskej literatúry, Cesta na Západ.

Č

Čisté Biele Telo – priehľadné telo na najvyššej úrovni kultivácie Zákona Trojitého Sveta.

D

Dafa – “Veľká Cesta,” alebo “Veľký Zákon”; skrátenejší tvar mena Falun Dafa, “Veľká (Kultivačná) Cesta Kolesa Zákona.”

dan – vnútorný elixír v žiakovom tele, energetický zhluk nazbieraný z iných dimenzií.

Dan Jing (dan dzing) – klasické čínske dielo o kultivačnej praxi.

dantian – “pole danu”; elixírové pole v oblasti spodnej časti brucha.

de – “cnosť” alebo “zásluha”; biela látka.

Dharma – učenia Buddhu Šakjamúniho.

ding – pokojný ale vedomý stav mysle.

Dynastia Tang – jedno z najprosperujúcejších období čínskej histórie (618 – 907 n.l.).

F

Fa – Zákon; zákon a princípy Buddhovskej Školy.

Falun – Koleso Zákona.

fashen (fašen) – “Telo Zákona”; telo vytvorené z gongu (kultivačnej energie) a Fa (Zákona).

Fo Tuo – Buddha.

futi – duch alebo zviera, ktoré posadlo ľudské telo; posadnutie duchom alebo zvierat'om.

G

gong (gong) – 1. kultivačná energia; 2. cvičenia, ktoré kultivujú túto energiu.

H

Han – národnostná príslušnosť väčšiny Číňanov.

Han Xin (han-šin) – hlavný generál pre Liu Banga v Dynastii Han (206 pr.n.l. – 23 n.l.).

Hinajána – “Malý voz buddhizmu”.

Hua Tuo (chua-tuo) – veľmi známy doktor z histórie čínskej medicíny.

Huichang (chui-čang) – obdobie cisára We Zonga za dynastie Tang (841 – 846 n.l.).

huiyin (chui-jin) – akupunktúrny bod v centre perinea (hrádze).

J

jin a **jang** – Škola Tao verí, že všetko obsahuje opačné sily jin a jang, ktoré sú vzájomne vylučné, avšak vzájomne závislé, napríklad ženský princíp (jin) verzus mužský princíp (jang).

L

Li Shizhen – veľmi známy doktor z histórie čínskej medicíny.

Lotosová pozícia – pozícia ruky, v ktorej je prostredník vysunutý jemne dovnútra, pričom ostáva takmer vystretý.

Lunyu (luň-ju) – prehlásenie; komentár.

M

Mahajána – “Veľký voz buddhizmu”.

Majster – (nazývaný aj Učiteľ) úctivé oslovenie učiteľa v Číne.

maoyou – hranica medzi jinovou a jangovou stranou tela.

meridián – energetický kanál v ľudskom tele.

Mliečno-Biele Telo – očistené telo bez qi.

N

“**Nebeský Obeh Qiankun**” – Nebeský Obeh Neba a Zeme.

P

palác niwan – taoistický pojem pre epifýzu.

“**Pridávanie vzduchu a živenie ohňa**” – taoistická metafora pre proces vnútornej alchémie.

“**Pripravenie téglíka a pece ku kultivovaniu danu z nazbieraných liečiv**” – taoistická metafora pre proces vnútornej alchémie.

Q

qi (či) – v čínskej kultúre sa verí, že je to “vitálna energia”; ale v porovnaní s gongom je to nižšia forma energie.

qigong (či-gong) – tradičné čínske cvičenia, ktoré pestujú qi alebo “vitálnu energiu”.

“**qigong cestou danu**” – qigongové systémy, ktoré zušľachtujú dan.

Qimen (čimen) – “nekonvenčná Škola”.

R

Ren (ren) – znášateľnosť, trpezlivosť, tolerancia, vytrvalosť, sebaovládanie, zdržanlivosť, schopnosť znášať utrpenia, odolnosť, statočnosť.

S

samadhi – “meditácia v tranze” (v buddhizme).

sarira – špeciálne pozostatky zložené z danu, ktoré ostali po mníchovom spolení.

Shan (šan) – dobrota, súcit, zhovievavosť, dobrosrdečnosť, láskavosť, zľutovanie, milosrdenstvo
shangen (šan-gen) – akupunktúrny bod nachádzajúci sa medzi obočím.

Sun Simiao – veľmi známy doktor z histórie čínskej medicíny.

Š

Šakjamúni – historický Buddha, Gautama Siddhártha.

šrivatsa (šrivatsa) – “koleso svetla” zo sanskritu, symbol, ktorý sa datuje späť 2500 rokmi a bol objavený v kultúrnych pozostatkoch v Grécku, Peru, Indii a Číne. Po stáročia znamenal veľké šťastie, reprezentoval slnko, a bol chápaný v kladnom zmysle.

T

taiji (taj-či) – symbol Školy Tao

Tao – 1. tiež “Dao”, taoistický výraz pre “Cestu prírody a vesmíru,” spôsob, zákon, ktorým sa riadi príroda a vesmír; 2. osvietená, prebudená bytosť, ktorá dosiahla Tao.

Tao-Te-Ťing – klasické čínske dielo o kultivačnej praxi.

Tao Tsang (tao cang) – klasické čínske dielo o kultivačnej praxi.

Tathagáta – osvietená bytosť v Buddhovskej Škole, ktorá je nad úrovňami Arhata a Bodhisattvy.

téglik – žiaruvzdorná nádoba na tavenie.

Tretie Oko – nazývané aj “nebeské oko”; tento pojem (*tianmu*) sa môže vzťahovať na systém Tretieho Oka alebo na určitú časť tohto systému, ako je napríklad epifýza.

Tripitaka – buddhistický text.

V

“Veľká kultúrna revolúcia” – komunistické hnutie v Číne, ktoré odsudzovalo tradičné hodnoty a kultúru (1966 - 1976).

W

wuwei – “ne-činnosť”; “bez zámeru”.

X

Xinjiang (šin-ciang) – provincia v severovýchodnej Číne.

xinxing (šin-šing) – povaha mysle alebo srdca; morálny charakter.

Xiulian (šu-lyen) – kultivačná prax.

Y

Yan Xin (jan-šin) – veľmi známy majster qigongu v Číne.

Z

Zhen (žen) – pravda, pravdivosť, pravdovravnosť.

“Znalci sledujú triky, laici sledujú vzrušenie.” – čínske príslovie.