

CO JE TO ČUNG-JÜAN ČCHI-KUNG?

Seznámíme se nyní se směrem čung-jüan čchi-kung.

Čung-jüan je rovina ve střední Číně – jedná se o geografický název oblasti, v níž před více než sedmi tisíci lety vznikl tento druh čchi-kungu. Kdysi se takto nazývala velká provincie ve střední Číně (dnes je rozdělena na tři části) v oblasti řeky Chuang-che, známé jako Žlutá řeka, protože její voda má žlutou barvu. Před tisíci lety se podél jejích břehů rozprostíraly vesnice starých Číňanů. Tato oblast se mezi jiným považuje za kolébkou čínské národnosti a kultury. Rovinu lemují vysoké hory s množstvím jeskyní. Osady v horách jsou staré více než sedm tisíc let. Na obtížně přístupných místech se stavěly kultovní stavby a v neposlední řadě i chrámy a kláštery.

Předpokládá se, že především v této oblasti vznikl i systém čung-jüan čchi-kung. Přesné datum je však obtížné určit. Víme pouze, že tento systém existoval už před sedmi tisíci lety, tedy dlouho před vznikem světových náboženství a ostatních směrů čchi-kungu. V té době ale ještě neměl své jméno – nebylo nutné odlišit jej od jiného systému, protože v té době žádný jiný neexistoval. Svůj název získal čung-jüan čchi-kung až v současnosti z důvodů zachování původnosti historických pramenů.

Systém čung-jüan čchi-kung je velice rozsáhlý a po právu je považován za celistvý. V současné době neexistují žádná svědectví o podobném systému, který by takovou měrou zasahoval do všech oblastí lidského bytí - vzdělávání, rozvoje, autoregulace, ozdravení, léčení, do filozofické koncepce struktury a evoluce vesmíru a člověka jako jeho základní součásti. Právě z důvodu jeho celistvosti, univerzálnosti a využití specifických metod vzdělávání a praxe jsou mnohé jeho části dosud považovány

za „tajné“, a tím pádem nedostupné širokým vrstvám obyvatel. Svými „veřejně přístupnými“ poznatky napomáhá tento systém k pochopení úlohy člověka v tomto světě.

Jednotný systém *čung-jüan čchi-kung* se skládá ze tří bloků, přičemž každý z nich je samostatným, autonomním systémem:

1. *Rozvojový systém*
2. *Terapie založená na změně způsobu myšlení*
3. *Přenos informací*

ad 1) S touto částí systému jsme se seznámili v zemích Společenství nezávislých států ještě v roce 1991. Je rozdělena konvenčně do pěti stupňů. V současné době probíhají přednášky a praktické semináře v desítkách měst Ukrajiny, Běloruska, Ruska, Moldavska a také v cizích zemích – USA, Německu, Španělsku, Maďarsku, Izraeli atd.

Těchto pět stupňů vyučuje učitel obvyklým způsobem. Výuka prvních tří stupňů probíhá prostřednictvím seminářů, na nichž se žáci učí základním prvkům a metodologickým přístupům umožňujícím normalizaci zdravotního stavu a zabrousí i do oblasti zvláštních schopností.

Na čtvrtém stupni si posluchači osvojují metodiku vztahu ke všem živým bytostem na Zemi (k představitelům flóry i fauny).

První čtyři stupně jsou dostupné všem zájemcům. Pro výuku pátého stupně se koná speciální výběr. Zde se žáci seznamují s kauzálními vztahy, jež determinují stav člověka, společnosti, určité události v okolním prostředí, a také s jinými dimenzemi, které někdy ani nesouvisí s pozemskými plány.

ad 2) Představuje neobyčejně efektivní směr léčebného čchi-kungu, který se do léta roku 1997 považoval za „tajné učení“. Tento blok je konvenčně rozdělen na několik stupňů. Semináře vztahující se k prvním stupňům již proběhly ve městech Společenství nezávislých států. Posluchači se seznamují s představami o prostoru, jeho různých úrovních a principech přemístění z našeho troj-

rozměrného světa. V této části jsou prezentovány metody obnovy zdraví a životních schopností člověka a metody léčení různých druhů onemocnění (i s využitím symbolů a vibrací manter).

ad 3) Otevírá zvláštní cestu k získávání znalostí přímo od zdroje (tedy od učitele), tedy nikoli zprostředkovaně z okolního světa. Během osvojování metod tohoto bloku získává člověk odpověď na libovolnou otázku. Tato oblast patří dodnes k „utajeným znalostem“. K výuce systému čung-jüan čchi-kung se používá pouze 5 % jejího rozsahu. V poslední době se využívá i u některých běžných předmětů na mnoha čínských univerzitách a specializovaných školách k urychlení výuky a lepšímu osvojení velkého množství informací. Předpokládá se, že tento blok bude v celém rozsahu zpřístupněn začátkem dalšího století.

Původně se tedy označení čung-jüan vztahuje k oblasti, v níž se tento systém zrodil a v níž se nyní nachází provincie Che-nan, kde najdeme i světově proslulý klášter Šao-lin (obr.I str. 37).

Mistrův příběh

Díky filmu „Bojová umění Šao-lin“, který byl velice populární v osmdesátých letech v různých zemích, se mnozí domnívají, že klášter stál u zrodu wu-šu, tchaj-t'i-čchüanu a mnoha druhů čchi-kungu. Ve skutečnosti klášter vznikl o tisíce let později. Ve světě nepřístupných horských vesnicích se i dnes pěstují různé způsoby práce s tělem, duchem a vědomím, které zůstávají ostatním částem světa utajené. V této oblasti lidé praktikovali od dětství zvláštní druh kung-fu, jenž se stal základem dnes populárního wu-šu a tchaj-t'i-čchüanu.

Tato starodávná umění zůstala utajena do roku 1997. Posléze však došlo ke změnám, kdy byl umožněn přístup k jednomu ze starších systémů, který pochází rovněž z této oblasti.

Dosud existují na zeměpisných mapách „bílá místa“. V historii Země a historii národů jich však najdeme mnohem více. Je čínská kultura celistvým systémem? A odkud pochází? Na tyto otázky dosud neznáme jednoznačnou odpověď. Ale existuje legenda svědčící o tom, že první Číňané našli na břehu Žluté řeky velikánskou želvu. Na jejím krunýři byly nakresleny znaky, které hovořily o cestě rozvoje vesmíru a člověka, o praktických metodách a úspěších.

Právě proto se nacházejí před vchodem do každého chrámu velké želvy s nápisy o dávno minulých událostech. (obr.XV str. 117)

Existuje několik významů pojmu *čung* a *jüan*.

Čung znamená střed, prostředí. *Jüan* označuje počáteční, prapůvodní, výchozí, pramen, přirozené zdroje.

Čung ve vztahu k *čchi-kungu* představuje „střední cestu“, „respektování středu“.

V matematice tvoří úsečka čáru vymezenou dvěma body, přičemž tato čára má stále stejnou délku nezávisle na tom, z kterého bodu ji začneme měřit, z čehož můžeme odvodit ještě jeden význam pojmu *čung*, a tím je rovnováha.

V souvislosti s tímto významem uvedeme několik hledisek, která se k němu vztahují.

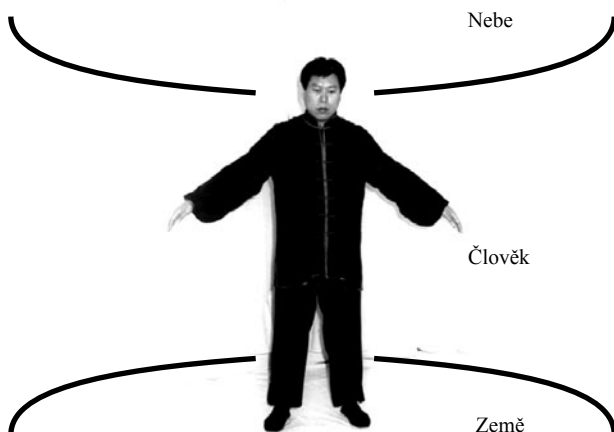
Z pohledu našeho zdraví vznikají nemoci v případě, že *jin* a *jang* nejsou v rovnováze. Ve světě musí být vše vyvážené.

Z hlediska filozofického chápání světa je člověk považován za součást vesmíru, se kterým je úzce spjat neustálým rozvojem, a zaujímá centrální postavení v systému Země-člověk-nebe (obr. 8 str. 64). Každý z nás je tedy středem vesmíru. Svým neustálým zdokonalováním a rozvojem jsme schopni pochopit uspořádání světa – Země i vesmíru, pochopit své místo, poslání.

Člověk je ale zároveň mikrokosmem, u něhož existuje také střed, „střední cesta“, čímž se rozumí energetické

dráhy, zejména přední střední dráha *žen-maj*, zadní střední kanál *tu-maj* a především ústřední dráha *čchung-maj*.

Kanál *čchung-maj* tvoří osu těla, která prochází body *paj-chuej* na temeni hlavy a *chuej-jin* v oblasti hráze*) (obr. 9 str. 66). Dá se říci, že středem našeho těla prochází cesta – tao. Musíme odhalit, vyšlapat tuto cestu ke svému duševnímu rozvoji. Téměř u každého člověka je duše schopna odcházet tudy z těla a zase se vracet zpět. Odhalení této dráhy znamená naznačit cestu přemístění a odchodu duše.



Obr. 8. Tři vnější jüan

Základním cílem praxe *čung-jüan čchi-kung* je otevření dráhy *čchung-maj*.

Ve vztahu k našemu současnému životu představuje pojem *čung* rovněž něco jako filozofie „zlaté střední cesty“. Náš emocionální stav by tedy neměl trpět ostrými výbuchy hněvu, radosti, nadšení nebo pocity křivdy... Všechno má mít svou míru.

*) neboli perineum = oblast na spodině trupu mezi zevními pohlavními orgány a řitním otvorem – pozn. red.

Emocionální rovnováha musí být doprovázena rovnováhou fyzického těla. Při chůzi má být tělo vzpřímené, zrak a vnímání se nesmí rozptylovat, abychom zbytečně neplýtvali energií. Je třeba soustředit se na své vlastní nitro a oprostit se od okolního prostředí.

Další význam pojmu *čung* se týká našeho vědomí. Mysl člověka by měla rovněž respektovat „zlatou střední cestu“ a vyvarovat se krajností.

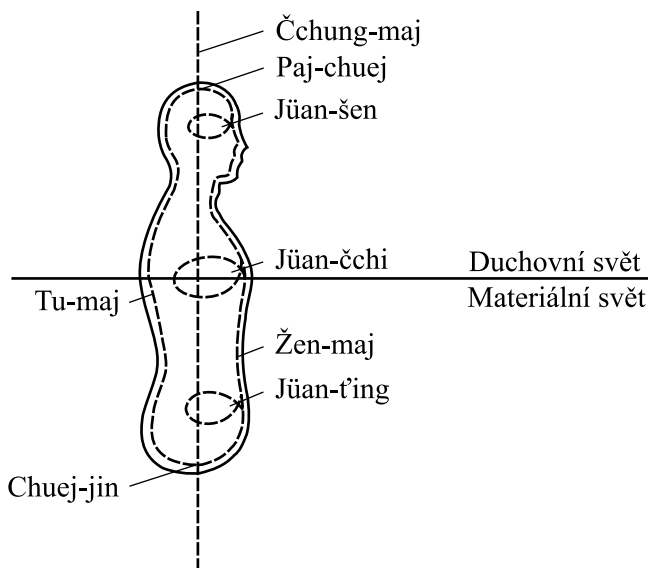
Pojem *jüan* se objevuje ve všech školách čchi-kungu, ale technika jejich činnosti a metodiky jsou různé. Jaký význam má pojem *jüan* v *čung-jüan* čchi-kungu? Lze říci, že *jüan* znamená nejdůležitější, rozhodující prvek v našem organismu. Co můžeme považovat v lidském těle za nejdůležitější?

V těle člověka se rozlišují tři aspekty: *jüan-t'ing*, *jüan-čchi* a *jüan-šen* (obr. 9 str. 66), které sjednocují tělesnou a duševní stránku. Jedná se vlastně o různé druhy, struktury a úrovně čchi.

T'ing je nejsilnější strukturou, překládá se jako životní síla, semeno (u muže sperma, u ženy vajíčko). Vědeckou terminologií lze vyjádřit souvislost *t'ingu* s DNK. U normálně vyvinutého člověka zůstává *t'ing* v kondenzovaném stavu a transformace v semeno probíhá v období pohlavního dozrávání.

T'ing je součástí materiálního světa. Spojí-li se sperma s vajíčkem, vzniká nový život. V *jüan-t'ingu* je tedy zakódována kompletní informace o člověku od momentu narození do smrti, jinými slovy životní kód. Člověk se rodí, dospívá, v určitém věku se u něho objevuje sperma, a získává tak schopnost k reprodukci svého druhu. Stárnutím svou schopnost ztrácí.

Jak můžeme využít tuto vlastnost, tuto schopnost pro práci s naším organismem a jak zpomalíme proces stárnutí?



Obr. 9. Tři vnitřní jüan

U člověka, který se zabývá technikou čchi-kungu nazývajícím se *vnitřní alchymie**), se ťing nezahušťuje. Existuje metoda, jež umožňuje získávat informaci a energii ze semena nebo DNK, přetvářet ji a opět využít, čímž sjednotíme jüan-ťing s jüan-čchi.

Druhým aspektem je *jüan-čchi*. Tento termín vyjadřuje prapůvodní energii, která od prvopočátku existuje v našem těle a ve vesmíru a kterou jsme schopni kontrolovat svým vědomím a ovládat myšlením. Tento druh čchi je uspořádán do různých úrovní. Jsme schopni zaznamenat její přesun uvnitř těla, vyzařovat ji, vysílat ji z těla ven. Mnozí jsou schopni ji vidět v podobě mraku. Při narůstání energetické úrovně ji lze spatřit jako světlo. Vztahuje se částečně k materiálnímu a částečně k duchovnímu světu a nachází se uprostřed mezi nimi. Někdy ji pocítujeme velmi zřetelně, jindy ji vůbec nezaznamenáme.

*) V taoizmu se této praxi věnuje zvláštní pozornost.

Tento druh čchi je schopen převést energii z materiálního světa do duchovního a naopak.

Třetím aspektem je *jüan-šen*. Tento termín se překládá jako duše nebo duch, záleží na jeho úrovni. Tato struktura čchi se vztahuje k duchovnímu světu. Jüan-šen lze obtížně spatřit třetím okem (pouze v určitém stavu nebo při cvičení čchi-kungu).

Jüan-t'ing, jüan-čchi a jüan-šen označujeme jako *vnitřní jüan*. Nazýváme je také různými úrovněmi jüan. Budeme se jimi zabývat a sjednocovat je s využitím kanálu čchung-maj. Rozdělujeme je na dvě skupiny: úsek *jüan-t'ing - jüan-čchi* náleží materiálnímu světu, úsek *jüan-čchi - jüan-šen* duchovnímu (obr. 9, str. 66). Za pomoci jejich postupného sjednocování při praktikování systému čung-jüan čchi-kung je člověk schopen porozumět duchovnímu i materiálnímu světu.

Přeměněný jüan-t'ing slouží jakožto potrava pro jüan-čchi, jež vyživuje duši a může být transformován v jüan-šen. Výsledek této praxe představuje „nesmrtelné embryo“ (obr. 10).

ÚROVNĚ JÜAN-ŠENU

První úroveň je *jin-šen* neboli *jinová duše*. Tuto duši lze srovnat s duší běžného člověka, který se nezabývá žádným speciálním cvičením. Takovýto člověk se narodí, žije a umírá přirozenou smrtí. Jeho duše se po smrti ubírá přirozenou cestou, která je předem vymezena. V rámci tradic křesťanské kultury se odlétající duše ocitá v ráji nebo v pekle v závislosti na svých skutečích. Podle východního světového názoru se tato duše převtěluje v člověka nebo zvíře. Jinou možnost nemá, protože v ní převládá jin. Totéž probíhá po její další smrti a tento cyklus se stále opakuje. Aby se duše zbavila nekonečného procesu a dostala se do jiného prostoru, je třeba mohutného impulsu, podobného raketě nebo překonání zemské přitažlivosti. Praktikování čchi-kungu může takovýto impuls vyvolat.

V tomto světě se obecně vyskytují dvě cesty bytí člověka na Zemi: jedna obvyklá – narození, dospělost, zplodění potomstva, stáří a smrt; druhá – zplodění neobvyklého dítěte, „nesmrtelného embrya“. Při práci s vnitřní energií dochází za pomoci speciálních metod v organizmu praktikanta ke změnám na molekulární úrovni. Jüan-ťing nepřispívá ke zvýšené tvorbě pohlavních buněk, ale transformuje se v pevně danou strukturu čchi a sjednocuje se



Obr. 10a

s jinými strukturami čchi, což vede ke vzniku kvalitativní substance s názvem „nesmrtelné embryo“. (obr. 10a). Postupem doby sílí a získává schopnost opustit tělo drahou čchung-maj (obr. 10b). Člověk přitom získává schopnost „slyšení budoucnosti“ – otevírá se *třetí ucho* (obr. 11).

Zde se už nejedná o prvotní *jinovou duši*, která existuje u každého člověka od počátku. K dosažení výše zmíněné duševní úrovně je třeba pracovat s drahou čchung-maj a přetvořit strukturu naší čchi.



Obr. 10b

Z tohoto důvodu se v systému čung-jüan čchi-kung praktikují další dvě etapy neboli duševní úrovně. Duše druhé úrovně se nazývá *jüan-šen*, *původní duch* a třetí úrovně *jang-šen*, *jangový duch*.

Jüan-šen, tedy náš *původní duch*, se zdokonaluje, protože získává dostatečné množství energie ke svému rozvoji. Tato duše, která obsahuje malé množství jinu, ale mnoho jangu, získává jisté schop-

nosti, jako například schopnost se dále dělit, a může ovládat vědomí člověka.

Druhá úroveň šenu je schopna tvořit velké množství jednotlivých duší (obr. 12), které se mohou současně nacházet v různých bodech prostoru.

Umí vykonávat i určitou práci, například učit žáky získávat nutné informace a mnohé další.

Určitě mnozí znají hologram, jenž vzniká jako výsledek speciálního otisku nějakého objektu. Objekt může být následně rozbit nebo roztrhán na malé kousky, ale na základě každého z nich lze vytvořit hologram neboli celý obrázek objektu. Získává-li člověk duši jüan-šen, lze ji rovněž rozdělit na spoustu duší existujících na různých místech a poté, je-li to zapotřebí, může být znova transformována do jednotného celku. Její energie ale ještě nedosahuje požadované velikosti.



Obr. 11



Obr. 12

V některých systémech je veškerý čas věnován jüan-šenu. Duše tak získává schopnost dělení (na stovky částí), například na všech kontinentech známá bohyně milosrdenství Kuan-jin byla schopna dělit se na tisíce kousků neboli duší.

Systém čung-jüan čchi-kung má ale jiné cíle a úkoly. Jüan-šen se zde proto dělí na desítky nebo stovky částí (je možné i dělení na tisíce) a mezitím se pokračuje v praxi. Znovu se zabýváme zvyšováním energetické úrovně a zlepšením kvality duše jüan, jež se transformuje do třetí úrovně duše, a to do *jangového ducha*.

Třetí úroveň je jang-šen. Po další praxi a transformaci představuje šen vysokou energetickou úroveň, vlastně už definitivně pracujeme s *jangovou duší*. Jestliže ji člověk nechá vystoupit z těla, mohou ji lidé v okolí spatřit ve formě světla, které z těla vychází – duše v této podobě ulétá (obr. VIII). Tuto duši charakterizuje intenzivní zlaté záření, i když v podstatě může produkovat světlo různé barvy. Je schopna přemístit se do libovolného prostoru a času, do libovolné oblasti vesmíru a porozumět jazyku libovolné mimozemské civilizace. Pro tento druh duše neexistuje smrt v obvyklém slova smyslu, řídí ji vlastní vědomí a jeho energie. Z tohoto důvodu je **cílem vyšších stupňů čung-jüan čchi-kungu cvičení třetí úrovně jang-šenu.**

Mistrův příběh

Na jednom mém semináři v Kyjevě se stala tato příhoda. Během první vyučovací hodiny vešel do sálu mladý člověk, který se opozdil. Sotva usedl na volné místo, ztratil vědomí. Řekl jsem, že se neudálo nic mimořádného, prostě jeho duše si vyšla na procházku. Přišel jsem k němu a provedl určité kroky. Ti, kteří stáli vedle mě a vedle něho, slyšeli, jak jsem pronesl určité zvuky – poté se duše vrátila zpět a vše bylo v pořádku. Celá událost se týkala jinové duše. K návratu do těla je nezbytné zvládnout vesmírný jazyk a zákony. Po absolvování určitého tréninku mohou naše ruce dosáhnout prostoru, kam jinová duše odchází. Myšlenkově vztahujeme ruce jakoby do nekonečna a duše je jimi vtahována zpět do těla. Kdybych neprovedl

tyto úkony, jeho duše by se vrátila za několik minut, ale praktikant by ještě chvíli spal, a promeškal tak část výuky.

Druhý den ke mně tento člověk přišel znovu a vyprávěl mi, že večer jeho duše opět opustila tělo, přemístila se do Číny a tam se seznámila se zvláštními cviky umožňujícími přechod do jiných světů. Věděl jsem o tom již dříve, bylo mi jasné, že k tomu dojde, protože jsem mu při manipulacích předal informaci, jak dále cvičit, aby jeho duše mohla znovu opustit tělo a bez problémů se vrátit zpět.

Pár let před touto příhodou se podobná událost stala v Jekatěrinburgu. Tehdy u jednoho z mých posluchačů duše opustila tělo a odebrala se do jiného světa. Z pohledu obyčejného člověka se jednalo o svět dávné minulosti – klášter Šao-lin v době Ta-ma před téměř jeden a půl tisíci lety.

Pro vstup do jiných světů) se vyžaduje zvláštní povolení (podobně jako pas nebo vízum). Když ho nemáte, speciální vrátní vám nedovolí vejít dovnitř, protože nevědí, co jste za bytost a proč jste se před nimi objevili. Nejedná se však o pas v pravém slova smyslu, ale spíše o heslo, jež je třeba vyslovit. Ptají se vás, od koho jste získali tyto znalosti, kdo je vaším učitelem. Pak se jeho jméno prověřuje v „bázi dat“. I v jiných světech platí tatáž pravidla jako u nás.*

Já jsem také potřeboval k návštěvě jiných světů heslo. Možná vám to zní jako pohádka. Je těžké dokázat, zda je to pravda, či nikoli.

Proto se vyšší úrovně čchi-kungu považovaly po tisíci-letí za záhadné. Tato tajemství se podhalovala postupně, po částech, a navíc výběrově – těm, kteří po mnohaleté usilovné práci dospěli k pochopení další etapy, dalšího stupínku. Tehdy bylo vše srozumitelné a jasné. Proč o tom dnes hovoříme? To je jiná kapitola.

**) v daném kontextu se tím myslí svět vyšší duchovní úrovně – pozn. red.*