**Qigong is het leven zelf, yiyuanti is het hart 4-5 oktober**

Zo eindigde de ochtendsessie van vanochtend die om 10:00 begon. Behalve de vier Westerlingen en Jianshe waren ook vier Chinese vrouwen aanwezig. De Mongoolse Wang, de nicht van Jianshe, Jenny en een vrouw van 71 uit Beijing die op bezoek is.

We beginnen met een meditatie, waarin we vaak een aantal keren de 8 verzen reciteren. Dat doen we steeds driemaal achter elkaar, vandaag met tussenpozen drie keer, dus in totaal 9 keer. We mediteren op yiyuanti. Op een gegeven moment brengen we de qi van de meditatie met behulp van La Qi in verbinding met mingmen, waarbij Jianshe openen en sluiten aangeeft: ‘Kai’ (openen) – ‘He’ (sluiten). Dat spreekt hij op een langzame, langgerekte manier uit. De meditatie eindigt met de handen op de navel, om het onderste dantian met qi te voeden.

Het gesprek ging daarna vooral over het belang van informatie, over dat alles in de sociale omgang draait om informatie. En dan wordt niet cognitieve informatie bedoeld, de met het verstand geformuleerde informatie, maar de onderliggende informatie die in sociale contacten altijd een rol speelt. Anne gaf – toen ik nog in Nederland was – een mooi voorbeeld van hoever Chinese leraren daarin gaan. Zij stond met het dochtertje van Yuantong Liu voor een drukke straat die ze moesten oversteken, en wilde dat het meisje haar een hand gaf. Liu zei toen tegen Anne: Geef haar niet de informatie dat ze niet in staat is de straat zelf over te steken, dat ondermijnt haar zelfvertrouwen. En dat is natuurlijk zo: de impliciete boodschap van beschermend opvoeden is dat een kind niet in staat is op eigen kracht te dealen met alles wat de wereld op het kinderlijke bord legt.

Jianshe gaf nog meer voorbeelden van dit soort informatie. Het krijgen van medicijnen bevat als impliciete informatie de bevestiging van ziekte, van het gegeven dat je een probleem hebt, en dat je bovendien niet in staat bent jezelf te genezen. Bij een andere qigong leraar, die ook genezer is, las ik dat hij nooit diagnoses stelt omdat hij de ervaring heeft dat mensen met een diagnose moeilijker genezen dan mensen zonder diagnose. De informatie van een diagnose bevestigt de ziekte, waardoor de mind de ziekte moeilijker los kan laten.

Ik herinner me hetzelfde toen ik afgelopen februari hartproblemen had en naar het ziekenhuis moest. Vrijwel iedereen was heel bezorgd, wat natuurlijk uit liefde voortkomt, maar wat tegelijkertijd de impliciete informatie herbergt dat er iets ergs aan de hand is. Als je vatbaar bent voor dat soort informatie, dan worden je problemen alleen maar erger. Na een dag in het ziekenhuis, herinner ik me, leek het voor mij eerder dat er iets open was gegaan. Wat dat iets was, wist ik niet, wel dat het positief was en dat het nodig was. Maar daar moet je in een ziekenhuis niet mee aankomen.

Inmiddels zijn we een dag verder. We doen dezelfde meditatie, in dezelfde groep. Vervolgens gaat hij verder over waar hij gisteren mee afsloot, met dat qigong het leven zelf is. Hij ziet dat veel beoefenaars van qigong zich blind staren op de methoden en de kennis, terwijl qigong in de kern gaat over het openen van jezelf voor het universum, zodat alle informatie altijd in het moment voor je beschikbaar is. Hij ziet ook dat binnen de qigong leraren veel leerlingen aantrekken met het steeds creëren en aanbieden van nieuwe methodes, omdat zij in hun levensonderhoud moeten voorzien en vaak ook aan geld en aanzien gehecht zijn. Jianshe was in Beijng omdat hij de groep ging ophalen, die hier was toen ik aankwam, maar voordat de groep arriveerde had hij veel contacten en ontmoetingen met andere qigong leraren. En ze hadden het allemaal over het openen van het hart, en niet over de methodes. Maar de vrouw uit Beijing geeft duidelijk aan dat zij veel gereisd heeft, veel centra binnen China bezocht heeft, maar dat dit de enige plek is waar daarop de nadruk gelegd wordt. Jianshe benadrukt dat het hart geopend moet worden, omdat je via het hart toegang kunt krijgen tot de informatie van het universum, die in het moment nodig is. In die zin is yiyuanti het hart van het leven.

Jianshe wil niet de methoden en de kennis wegdoen, later in het gesprek geeft hij aan dat beide nodig zijn. Ik zelf heb de methoden nodig om mij met de hunyuan qi van het universum te kunnen verbinden, dat breng ik in, maar ik snap ook heel goed wat Jianshe zegt. In veel van zijn verhalen geeft hij ook toe dat hij op dat moment niet wist wat hij moest doen, en dat hij nu kan zien dat het zijn yiyuanti geweest is die hem de informatie verschafte om te dealen met de situatie. Zo vertelt hij dat hij vaak meemaakt dat hij studenten ziet die hun leraar overstijgen. Hij heeft dat zelf ook meegemaakt. Hij werd door een vrouw, een student van hem, bij een bevalling geroepen die niet goed verliep. Het kind was er half uit, maar kwam niet verder. Als er niets gedaan werd, zou het de dood van het kind betekenen. Jianshe wist absoluut niet wat hij moest doen – terwijl hij een hele goede genezer is – maar wist dat de vrouw die hem kwam halen dat wel zou kunnen. Hij zei tegen de vrouw dat zij zelf moest gaan, en de vrouw heeft met vertrouwen in haar eigen kunnen de situatie gered.

Ook heeft hij vaak gezien hoe de hiërarchie werkt onder qigong leraren. In het Huaxia Center bestonden er allerlei kringen rondom Dr. Pang Ming, en wie het dichtst bij kwam kon beschikken over de nieuwste en de beste informatie. Zo werkte dat onderling. Nog een reden om jezelf te openen voor de informatie van het universum, dan beschik je altijd en rechtstreeks over de beste informatie…