

„LECĄCY ŻURAW NA DRODZE ŻYCIA”

źródło nieznane, 1997r.

Profesor Liu Zhongczun jest żywym potwierdzeniem - niezwykłych efektów, jakie daje systematyczne uprawianie starochińskiej sztuki leczniczej czy-kung (Qi-gong).

Profesor jest niewysokim, starszym panem, wewnątrznie wyciszonym, a jednocześnie pełnym radości. Po kilku godzinach ćwiczeń nie widać po nim śladu zmęczenia. Sam o sobie mówi, że nie ma w nim nic niezwykłego, a jego życie jest bardzo proste - „od urodzin do szkoły, od szkoły do pracy, a teraz jestem na emeryturze. Tylko tyle”. Skąd więc tak dobra znajomość polskiego?

Początek

- O, to przypadek. W szkole średniej interesowały mnie nauki ścisłe i przyrodnicze. Wybierałem się na politechnikę lub medycynę. Ale okazało się w czasie badań kwalifikacyjnych, iż posiadam wadę wzroku. Wówczas mój nauczyciel zaproponował, abym się zajął naukami społecznymi. Wybrałem języki słowiańskie: przede wszystkim skoncentrowałem się na języku i kulturze rosyjskiej. Ale dwaj studenci, z którymi mieszkalem w akademiku, znali już język polski i zaczęli mnie przekonywać, iż literatura i poezja polska jest bardzo ciekawa. Zacząłem więc czytać - Mickiewicza, Żeromskiego, Prusa, Orzeszkową, Reymonta... Potem przez kilka lat pracowałem w Chińskiej Agencji Prasowej Sinhua, a potem przeniosłem się do Chińskiej Akademii Nauk. Tłumaczyłem i czytałem polskie książki i czasopisma. Po roku 60 zaczęła się „zimna wojna” ze Związkiem Radzieckim i całym „obozem socjalistycznym”, więc pracy było mniej. W czasie chińskiej „rewolucji kulturalnej” bardzo chorowałem...

Spotkanie ze sobą

Skierowano nas do pracy fizycznej na wsi. Po dziesięciu miesiącach wróciłem do Pekinu, ze zniszczonym żołądkiem, wątrobą, nerkami, kręgosłupem, Przez kilkanaście lat, mimo wysiłków lekarzy, pobytów w sanatorium, nie mogłem powrócić o zdrowia. Długo nie miałem kontaktu czy-kung. Za czasów „rewolucji kulturalnej” mało kto u nas praktykował. Tę umiejętność ćwiczone głównie w klasztorach, czasami przekazywano sobie w rodzinach. W sanatorium zacząłem ćwiczyć zdrowotną medytację w ruchu, czytać książki. Ale nadal byłem sceptykiem. Energia życia? - gdzie ona jest, skoro jej nic widać. Co to takiego? Gdy widziałem ćwiczących stałem z boku, przyglądałem się i próbowałem naśladować. Potem spotkałem mistrzów czy-kung - twórców stylu Lecącego Żurawia. Jeden z nich wcześniej był ciężko chory na płuca, drugi był lekarzem medycyny chińskiej. Zacząłem wtedy systematycznie ćwiczyć, a był to rok 1979 - 14 lat po wstąpieniu moich chorób. Przez pierwsze dwa tygodnie nic czułem podczas treningu żadnej energii. Potem coś się pojawiło i zacząłem się do tego przekonywać. Wkrótce zaczęły się dziać ze mną dziwne rzeczy. Podałem się swemu ciału, które zaczęło wykonywać różne ruchy, np. przez długi czas trząsałem głową. Gdy się ocknałem, było już rano. I ponownie ciało bez mej kontroli zaczęło wykonywać różne pląsy. W pewnej chwili mocno pochyliłem się, a potem dotknąłem dwóch punktów na głowie. A wtedy natychmiast - swobodnie i płynnie wyprostowałem się. Mogłem już stać - bez bólu i bez gorsetu, który wcześniej nosiłem. Zacząłem wierzyć w ćwiczenie, wierzyć w samoleczenie, wierzyć w energię i czy-kung.

Spotkanie z Droga

Aby zrozumieć czy-kung, trzeba najpierw zrozumieć pojęcie „czy”. Jest to energia wypełniająca wszechświat. Każda osoba, a także zwierzę lub roślina posiada swoje własne pole czy, dążące do stanu stabilności, równowagi zarówno wewnątrz organizmu, jak i w jego relacjach ze światem

zewnątrznym. Utrata tej własności prowadzi do powstania wszelkich chorób, śmierci i rozkładu. Słowo „kung” oddać można jako energię i czas, które poświęcamy osiągnięciu celu. Określenie czy-kung można więc zrozumieć jako dowolną naukę czy trening związany czy, którego opanowanie wymaga wysiłku i długiego czasu. W tym rozumieniu czy-kung to nic tylko ćwiczenia i medytacje, ale też akupunktura, astrologia, ziołolecznictwo, kung-fu czy też feng-szui. Wszystkie te dziedziny wychodzą z założenia, iż energia jest źródłem życia, zatem zrozumienie czy - jej działania i sposobów wpływania na nią, umożliwia prowadzenie długiego i zdrowego życia. Będąc częścią Natury i jej energii powinniśmy być w zgodzie i w harmonii z jej prawami i zasadami. Czy-kung to Droga Życia i Cnoty - tłumaczy profesor. - Samo dążenie do energii i jej pozyskiwanie niczemu nie służy i nic nie daje. Ważne jest, abyśmy rozwijali naszą Cnotę, którą profesor określa jako właściwe mówienie, czynienie i myślenie. Czy-kung ma również swoje węższe, ale o wiele bardziej popularne znaczenie. Jest to - opowiada profesor - mająca ponad tysiącletnią tradycję starochińska metoda uzdrawiania. Polega na wykonywaniu ćwiczeń odwzorowujących ruchy zwierząt, ptaków. Jednym z nich jest żuraw. W kulturze chińskiej jest to symbol długiego życia, spokoju i unikania walki z innymi. Ruchy jego są płynne i swobodne, a stojąc na jednej nodze jest piękny i niewzruszony. „Lecący żuraw” to symbol energii życiowej. Co daje więc ćwiczenie czy-kung? - Wyciszenie umysłu, wewnętrzny spokój, obniżenie poziomu stresu. Podnosi odporność, wzmacnia witalność i daje trwałą poprawę stanu zdrowia. Skuteczny jest również wobec chorób uznawanych za nieuleczalne - jak np. SM czy nowotwory - twierdzi profesor Liu. - Praktykować może każdy. Ćwiczenia są delikatne i płynne, nie wymagają szczególnej sprawności fizycznej, dlatego mogą być praktykowane przez osoby chore i w podeszłym wieku. Styl ten - przez swoją prostotę - zyskał wielką popularność w Chinach. Ćwiczących (oblicza się ich na ok. 8 mln. osób) można spotkać w parkach, na ulicach, a nawet w kawiarenkach. W Polsce ćwiczy go już ok. 1000 osób i wiele z nich już wyzdrowiało, często będąc już w sytuacjach, w których lekarze nie dawali nadziei.

Spotkanie z Polską

- Dość często odwiedzałem Polskę. Byłem tłumaczem w czasie rozmów handlowych. Przełożyłem kilka podręczników ekonomii m.in. Oskara Langa na język chiński. Interesowały mnie przemiany gospodarcze i ekonomiczne w Polsce lat osiemdziesiątych i starałem się, aby stały się one znane w moim kraju. A po przejściu na emeryturę osiadłem w Olsztynie. Stworzyliśmy tam Ośrodek Kultury Dalekowschodniej „Tai-an”. Prowadzimy kursy, organizujemy kilkudniowe obozy. W całości oddałem się popularyzowaniu czy-kungu w Polsce. I bardzo mi się tutaj podoba. Górki, lasy i dobry, łagodny klimat. Swojego czasu dziwiłem się, czemu w tak dobrym klimacie pracujecie tak powoli, jak u nas pod gorącym niebem. Dziwiły mnie również zamknięte sklepy w niedziele i święta w dni, w których u nas jest na większy ruch i najwięcej klientów. Ale podobają mi się Polacy - są bardzo grzeczni, uprzejmi i otwarci, no może za dużo jest tych, którzy piją. Lubię waszą literaturę, może coś przetłumaczyć. Interesuje mnie Kotarbiński - to jedyny, który tak mógł pisać o pracy. Interesuje mnie też wasza matematyka. Ale szczególnie odpowiadają mi parki, gdzie w przeciwieństwie do Chin jest tyle miejsca do ćwiczenia - profesor pięknie i ciepło się uśmiecha. Kończy się nasze spotkanie. Profesor po raz kolejny nalegał, aby nie pisać o nim, gdyż nie jest nikim ważnym i interesującym. - Niech pan pisze o czy-kung, niech ludzie o nim wiedzą i zaczną ćwiczyć, to takie ważne - twierdzi żegnając się.

Tomasz Piotr Burek