

Frågor och svar om Yuan Gong och den 6-åriga lärarutbildningen i Ren Xue & Yuan Gong

1. Fråga: Hur kommer de nio metoderna i Yuan Gong läras ut?

Svar: Yuan Gong kommer formellt att läras ut till lärare i det sexåriga utbildningsprogrammet (2013-2018). Den första och andra metoden kommer att läras ut under 2013, den tredje och fjärde metoden 2014. Planen efter 2014 kommer att bero på utvecklingen av de som tränar och kommer att tillkännages vid en lämplig tidpunkt. När lärarstudenterna har certifierats, kommer de sedan att vara kvalificerade att undervisa Yuan Gong till allmänheten.

2. Fråga: Finns det något samband mellan Yuan Gong och Zhineng Qigong?

Svar: Till en del, kan du säga att det finns ett samband, men sambandet är varken betydande eller avgörande. Många faktorer har beaktats vid utformningen av Yuan Gong. En av dem är den nuvarande situationen i användandet av Zhineng Qigong. Att uppmärksamma:

- 1) Zhineng Qigong har varit en del av Ren Xue i tio år. Varje Ren Xue utövaren tränar Zhineng Qigong.
- 2) Vi har mer än 160 kvalificerade lärare och många av dem har undervisat Zhineng Qigong.

De vägledande principerna för skapandet av det nya systemet är:

- 1) Förändring är för innovation, innovation är för ständig utveckling, ständig utveckling är för framsteg, framsteg är till nytta för mänskligheten och samhället.
- 2) Det nya systemet bör bygga på en hög standard för att säkerställa att utövaren kan använda systemet för att förbättra sitt eget liv och hjälpa andra människor på ett säkert och effektivt sätt.
- 3) Det nya systemet bör underlätta en smidig övergång för att säkerställa att tidigare ansträngningar inte slösas bort, och att det som har uppnåtts kan föras över till det nya systemet.

För att vara säker på att ansträngningarna i det förflutna inte är bortkastade och att det blir en mjuk övergång från det gamla till det nya systemet är det nödvändigt med en viss koppling mellan dem. **De begränsade sambanden mellan Yuan Gong och Zhineng Qigong är:**

1) De bygger båda på holism och Hunyuan Qi (Yuan Qi) teori. Det har funnits många utmärkta Qigongsystem, både traditionella och moderna, som baserats på Hunyuan Qi teori, inklusive Zhineng Qigong. Hunyuan Qi är universums ursprungliga Qi, det mest grundläggande i universum. Detta stämmer väl med Ren Xue principen om "att känna till verklighetens lagar på den mest grundläggande nivån, och att följa lagarna för att arbeta

på och göra förändringar på den mest grundläggande nivån". Naturligtvis har Yuan Gong valt Hunyuan Qi som en del av den teoretiska grunden.

2) De tre första grundläggande metoderna för Yuan Gong (den första nivån) och de tre första metoderna för Zhineng Qigong (Lyft upp Qi, Tre Centrums Sammansmältning och Kropp, Medvetande) arbetar med Qi på liknande nivåer, även om dessa metoder inte är lika. Övergången kan därför göras enkel.

Yuan Gong är ett unikt system på samma sätt som är Zhineng Qigong. Dessa två system är fundamentalt olika. De verkliga skillnaderna kan bara förstås när man har övat Yuan Gong konsekvent och upplevt fördelarna.

3. Fråga: Jag är inte säker på vad jag ska träna. Ska jag träna Yuan Gong eller både Yuan Gong och Zhineng Qigong?

Svar: Svaret är bara ett förslag.

- 1) Om du har tränat Zhineng Qigong och inte haft en chans att lära Yuan Gong från en kvalificerad lärare ännu, bör du fortsätta att träna Zhineng Qigong. Zhineng Qigong är ett av de bästa Qigong systemen. (Detta är hur Yuan Tze alltid kommer att se på Zhineng Qigong). Din träning kommer definitivt att vara till nytta.
- 2) Om Qigong är nytt för dig och du är intresserad av Qigong eller Yuan Gong, skulle jag rekommendera att du lär Yuan Gong från en kvalificerad Yuan Gong lärare. I det här fallet tror jag inte att det är nödvändigt att lära sig Zhineng Qigong samtidigt, om det inte är av en mycket speciell anledning. Detta beror på att Yuan Gong skapas som ett komplett system med egen teoretisk bas och metoder. Det fungerar bra av sig själv utan stöd av andra system.
- 3) Om du har tränat Zhineng Qigong och också har börjat träna Yuan Gong, hur ska du organisera ditt tränande? Detta är en komplicerad fråga, eftersom alla är på olika nivåer av sitt tränande och även med olika behov. Jag tar upp några tänkbara scenarier:
 - A) Om du tränar de första tre metoderna av Yuan Gong, kan du även träna några av Zhineng Qigong metoderna. De båda systemen kan blandas i denna fas. När du har börjat träna den fjärde metoden av Yuan Gong och framåt rekommenderas att du endast tränar Yuan Gong. Orsaken är den att från och med den fjärde metoden, har Yuan Gong sitt unika sätt att tillämpa lagarna i Qi och arbeta på Qi. För att undvika problem är det bättre att inte blanda med andra system.
 - B) Om du har tränat i huvudsak Lyft upp Qi och tre centrums samman-smältning, kan du välja att träna den första och andra metoden av Yuan Gong istället. Detta gör att du bara behöver öva hälften eller ens en tredjedel av tiden för att uppnå samma effekt. Självklart, om du vill spendera längre tid på att träna Yuan Gong, kan du förvänta dig mer resultat.
 - C) Om du har tränat Body Mind och Five Qi Hunyuan Form, kan du fortsätta att träna dem om du tror att det kommer att hjälpa dig. 2014 kommer den tredje och

fjärde metoder av Yuan Gong finnas tillgängliga och du kan då göra ett val vad du vill träna.

Beroende på vad du vill uppnå behöver du tänka på vilket system du vill använda.

4. Fråga: Skapar Yuan Tze ett nytt Qigong-system för sin egen personliga vinnings skull? (Denna fråga är direkt besvarad av Yuan Tze.)

Svar: Det finns många orsaker bakom skapandet av Ren Xue och Yuan Gong, och personlig vinning är inte en av dem.

Om jag drevs av personlig vinning, såsom pengar och berömmelse, kunde jag ha introducerat det Qigong system som jag skapade för över tjugo år sedan. Mot slutet av dess fullbordan, kom jag i kontakt med Zhineng Qigong. Jag bestämde mig då att lära och främja Zhineng Qigong helhjärtat istället eftersom:

- De viktigaste principerna för Zhineng Qigong fungerade som mitt system eftersom de delar samma principer. Det system som jag skapade då hade inte nog med unika fördelar jämfört med Zhineng Qigong. Om det redan fanns ett system som var liknande eller bättre, var det meningslöst att introducera min metod.
- Zhineng Qigong hade använts under en tid och hade i viss utsträckning testats.

Dessutom har jag gjort det mycket klart att Ren Xue inte kommer att kommersialiseras och Ren Xue utveckling bör följa den icke-vinstdrivande, välgörenhetsmodell så länge den existerar.

Tack.

- Yuan Tze

5 Fråga: För att spara tid och bli mer effektiv, är det möjligt att lära sig alla Yuan Gong metoderna på ett eller två år, istället för på sex år?

Svar: Jag är rädd att denna önskan inte kan uppfyllas eftersom den inte gagnar utövarna. Den nya utbildningen är en möjlighet för fler människor att träna för att utveckla sina förmågor och uppnå de kvalifikationer som krävs för att bli kompetent att använda Ren Xue och Yuan Gong att förverkliga målet "Zi Du, Du Ren".

Detta kräver av deltagarna att

- 1) de gör förändringar i sina egna liv så att de blir friskare, lyckligare och utvecklas
- 2) lär sig och utvecklar färdigheter och förmågor att hjälpa andra människor att hantera problem av olika slag säkert och effektivt.

Inget av ovanstående kan uppnås inom en kort tid oavsett hur bra eller stödjande utbildningen är.

6 Fråga: Hur skiljer sig den nya 6-åriga lärarutbildningen från den tidigare 8-nivå utbildningen, bortsett från Qigong metoder?

Svar: Den nya utbildningen har annorlunda syfte, mål, djup och bredd. Låt oss titta på vad som kommer att ingå i den nya utbildningen:

- 1) Lära sig det nya Qigong systemet, dess teorier, de huvudsakliga Yuan Gong metoderna, hur de fungerar och deras tillämpningar, träning för att förvärva kunskap i metoderna och genomgå test för examination
- 2) Lära sig kompletterande övningar, praktisk kunskap för att förbättra qigongträningen, undervisning och helande
- 3) Grundläggande anatomi, fysiologi och traditionell kinesisk medicin
- 4) Lär sig mer om helande, praktisera healing och genomgå test för examination
- 5) Att lära sig teorier om speciella förmågor och utveckla speciella förmågor
- 6) Lära sig Ren Xue och använda sig av den för att förstå och förändra livet.

Denna nya utbildning bygger på en annan grund och har olika innehåll. Det är en annan process och resultatet av utbildningen förväntas också vara annorlunda. Det är därför den nya utbildningen kommer att ta sex år medan den gamla utbildningen bara tog mindre än tre år. Den gamla träningen du gjorde kommer att fungera som en bra grund för dig att gå framåt på ett smidigare sätt denna gång.

Målet med denna utbildning är att skapa kvalificerade lärare som är:

- 1) kompetenta att ständigt göra framsteg i livet
- 2) kvalificerade, professionella och avancerade och kan utföra Qigongarbete av hög kvalitet
- 3) kvalificerade terapeuter, som kan hjälpa människor att hantera sina problem på ett säkert och effektivt sätt på såväl fysisk, Qi som på medvetandenivå
- 4) Ren Xue lärare kvalificerade på elementär nivå, som kan använda grundläggande Ren Xue att hjälpa andra människor.

7 Fråga: Varför är det så att endast ett litet antal personer valdes för att pröva att träna Yuan Gong?

Svar: Det var några faktorer att ta hänsyn till:

- 1) Innan den formella lärarutbildningen i november i år (2013) är de nya metoderna ännu inte helt färdigställda. Det är ännu inte rätt tid att lära dem till alla.
- 2) Cirka 5% av våra kvalificerade lärare inbjöds att delta under försöksperioden. De valdes från olika delar av världen, för att nå en mängd olika länder och kulturer. Var och en av dem har en grupp med deltagare som är på olika nivåer och med olika erfarenheter av Qigong. Det är så att vi kommer att få feedback från ett brett spektrum av människor, som förhoppningsvis kommer att hjälpa Yuan Tze att förfinna metoderna. Det fanns inga andra speciella överväganden i valet av lärare.