

Helende Qi krachten in jezelf

Taiji en Qigong lessen door Robbert Mahler – www.helderbeeld.nl

‘Mystieke’ helende krachten al jaren voor iedereen toegankelijk.

Helende menselijke nonverbale informatie-transmissie wordt al jaren onderwezen door van 1986 tot 2011+ in Europa wonende Taiji- en Qigong grootmeester dr. Shen Hongxun. Hij onderwees een aantal standaard correctietechnieken voor leraren in de oorspronkelijke Zuidelijke Taiji en Qigong methodes. Om les in oorspronkelijke Taiji- en qigong technieken te mogen geven is het volgens hem een vereiste dat je je vaardigheid in deze informatie-transmissie hebt ontwikkeld.

‘Geheime’ technieken uit de Nei Ye.

Oorspronkelijk behoorde de ontwikkeling van deze vermogens tot de categorie van geheime technieken, slechts onderwezen door en aan een zeer select gezelschap. Reeds in de Nei Ye (± 500 b.c.) wordt verwezen naar deze vermogens en hoe ze te ontwikkelen. Dr. Shen heeft de opvatting dat deze methodes tot het erfgoed van de mensheid behoren en onderwijst deze daarom reeds vele decennia. Binnen de conventionele westerse Taijiquan wereld wordt hem dat niet overal in dank afgenomen. Het ontwikkelen van deze vermogens heeft een grote positieve invloed op het gezond functioneren, zowel van jezelf als wel van de mensen waaraan les wordt gegeven.

Essentiële sleutelprincipes

In het kort komt het erop neer dat je door fysieke en mentale aanwijzingen en door non-verbale informatieoverdracht invloed uitoefent om vitaliserende energieën (YuanQi) toe te laten nemen en om ziekte verwekkende energieën (BinQi) af te voeren. Het beheersen van de volgende sleutelprincipes is daarbij van essentieel belang.

– spontane beweging

een natuurlijk fenomeen dat zich kan manifesteren als trillen, schokbewegingen, beven, vibratie, geeuwen, huilen, winden, boeren, klankvormen, enz.. Deze veruitwendigingen ontstaan als ‘vanzelf’ op het middenvlak tussen regie en controleloosheid tijdens de uitvoering van houdings- of bewegingsoefeningen. In het begin kan dit heel vreemd overkomen, maar hierdoor geef je je lichaam de kans om de oorspronkelijke krachten toe te laten. Deze kunnen dan het intern zelfregulerend mechanisme weer ondersteunen. Naarmate je dit meer en meer kunt regisseren ontstaat er vibratie. Vibratie of trilling waarvan je de frequentie kunt veranderen.

– verlenging

kan het beste uitgelegd worden in fysieke aanwezigheid, zodat je dat zelf kunt ervaren. Door aandacht te geven aan een gebied in je lichaam, gaat dat gebied ontspannen, hier voeg je (mentaal) richting in de lengte van het betreffende gebied aan toe, m.a.w. je verplaatst steeds je aandacht in een naar buitengaande lengterichting. Dit zou je het ‘werken’ kunnen noemen, Met name ‘het verlengen’ van de wervelkolom heeft een zeer gunstige invloed op je totale functioneren en het faciliteert de spontane bewegingen.

– alerte ontspanning

lijkt voor de gemiddelde westerling een onmogelijkheid van elkaar uitsluitende tegengestelden. Met alerte ontspanning wordt een staat van geest en lichaam bedoeld. Je bent ontspannen aanwezig en bewust van de dingen om je heen. Je lichaam en geest zijn ontspannen, oftewel zonder stress. Door de te oefenen in de concrete en praktische toepassingen van de basisprincipes is deze staat van Zijn voor iedereen binnen afzienbare tijd te bereiken. Vaak wordt dit meditatie genoemd. Vanuit deze staat van Zijn worden de latente (afgeremde/geblokkeerde) vermogens geactiveerd, die vooral verbonden zijn met het goed functioneren van de drie hoofd energie-informatie centra (onderste, middelste en bovenste Dantian genaamd – tweede, vierde en zesde chakra).

Omdat ieder lijf anders is en iedereen een unieke historie heeft is het ondoenlijk om deze vaardigheden te leren vanuit een boek of video. Je dient namelijk gerichte terugkoppeling te krijgen over je fysiek- en mentaal functioneren in het moment. Traditioneel ambachtelijk onderwijs – één op één – waarin het verkrijgen van lichamelijke en mentale vrijheid het eerste oorspronkelijke doel is. En waarbij in de loop van de tijd als vanzelf je frequentie wordt verhoogd, zodat je minder vatbaar wordt voor de lagere (destructievere) frequenties.

In de Taiji & Qigong lessen wordt door Robbert Mahler ingegaan op bewustwording en hanteren van vitaliserende krachten door middel van oefeningen, correcties en informatie transmissie
info: helderbeeld@ontwerp.com tel.: 06.26250843 www.helderbeeld.nl