

ΦΑΛΟΥΝ ΓΚΟΝΓΚ

《法轮功》
(修订本)
李洪志著

ΛΙ ΧΟΝΓΚΤΖΙ

Αναθεωρημένη Ελληνική Έκδοση

ΠΑΝΩ ΣΤΟΝ ΝΤΑΦΑ (Lunyu)

Ο Ντάφα είναι η σοφία του Δημιουργού. Είναι το θεμέλιο της δημιουργίας, αυτό πάνω στο οποίο είναι χτισμένοι οι ουρανοί, η γη και το σύμπαν. Περικλείει τα πάντα, από το απόλυτα μικροσκοπικό έως το απόλυτα κολοσσιαίο, και εκδηλώνεται με διαφορετικό τρόπο σε κάθε ένα από τα διαφορετικά επίπεδα ύπαρξης των ουράνιων σωμάτων. Εντός των ουράνιων σωμάτων στα βάθη του μικρόκοσμου, εκεί που το πιο μικροσκοπικό σωματίδιο πρωτοεμφανίζεται, υπάρχουν στρώματα επί στρωμάτων αμέτρητων σωματιδίων, που κλιμακώνονται σε μέγεθος από μικρά σε μεγάλα, φτάνοντας έως και τα εξωτερικά επίπεδα που η ανθρωπότητα γνωρίζει – αυτά των ατόμων, μορίων, πλανητών και γαλαξιών – και πιο πέρα, σε αυτό που είναι ακόμα μεγαλύτερο. Σωματίδια διαφόρων μεγεθών συνθέτουν όντα διαφόρων μεγεθών, καθώς και τους διαφόρων μεγεθών κόσμους από άκρη σε άκρη σε ολόκληρο το Κοσμικό Σώμα. Τα όντα σε κάθε ένα από τα διάφορα επίπεδα σωματιδίων αντιλαμβάνονται τα σωματίδια τού αμέσως μεγαλύτερου επιπέδου ως πλανήτες στους ουρανούς τους, και αυτό είναι έτσι σε κάθε επίπεδο. Για τα όντα σε κάθε επίπεδο του σύμπαντος, αυτό φαίνεται να συνεχίζεται επ' άπειρον. Ήταν ο Ντάφα που δημιούργησε τον χρόνο και τον χώρο, το πλήθος των όντων, των ειδών και όλη τη δημιουργία. Οτιδήποτε υπάρχει οφείλεται σε Αυτόν, χωρίς τίποτα έξω από Αυτόν. Όλα αυτά είναι οι χειροπιαστές εκδηλώσεις, σε διαφορετικά επίπεδα, των ιδιοτήτων του Ντάφα: Τζεν, Σαν και Ρεν – Αλήθεια, Καλοσύνη, Ανεκτικότητα.

Όσο προηγμένα κι αν είναι τα ανθρώπινα μέσα εξερεύνησης του διαστήματος και της ζωής, η αποκτημένη γνώση περιορίζεται σε ορισμένα μόνο μέρη αυτής της μίας διάστασης, όπου τα ανθρώπινα όντα διαμένουν, σε ένα χαμηλό επίπεδο του σύμπαντος. Υπήρξαν πλανήτες που εξερευνήθηκαν παλαιότερα από ανθρώπους κατά τη διάρκεια προϊστορικών πολιτισμών. Και όμως, παρ' όλα τα ύψη και τις αποστάσεις που επιτεύχθηκαν, η ανθρωπότητα δεν κατάφερε ποτέ να απομακρυνθεί από τη διάσταση στην οποία υπάρχει και η αληθινή εικόνα του σύμπαντος πάντα θα της διαφεύγει. Εάν ένα ανθρώπινο ον θελήσει να κατανοήσει τα μυστήρια του σύμπαντος, του χωροχρόνου και το ανθρώπινο σώμα, πρέπει να ξεκινήσει την καλλιέργεια ενός αληθινού Τρόπου και να επιτύχει αληθινή φώτιση, αναβαθμίζοντας το επίπεδο της ύπαρξής του. Μέσω της καλλιέργειας ο ηθικός χαρακτήρας του θα εξυψωθεί, και αφότου μάθει να διακρίνει το πραγματικά καλό από το κακό και την αρετή από την κακία και πάει πέρα από το ανθρώπινο επίπεδο, θα δει και θα αποκτήσει πρόσβαση στις πραγματικότητες του σύμπαντος, καθώς και σε όντα άλλων επιπέδων και διαστάσεων.

Μολονότι οι άνθρωποι συχνά ισχυρίζονται ότι οι επιστημονικές επιδιώξεις τους έχουν σκοπό να «βελτιώσουν την ποιότητα της ζωής», είναι ο τεχνολογικός ανταγωνισμός που τις καθοδηγεί. Και στις περισσότερες περιπτώσεις, αυτές έχουν προκύψει μόνο αφότου οι άνθρωποι εξώθησαν το θείο και εγκατέλειψαν τους ηθικούς κώδικες οι οποίοι απέβλεπαν στη διασφάλιση της αυτοσυγκράτησης. Ήταν για αυτούς τους λόγους που πολιτισμοί του παρελθόντος πολλές φορές καταστράφηκαν. Οι εξερευνήσεις των ανθρώπων αναγκαστικά περιορίζονται σε αυτόν τον υλικό κόσμο, και οι μέθοδοι είναι τέτοιες που μόνο ό,τι έχει αναγνωριστεί μελετάται. Εν τω μεταξύ, πράγματα που είναι μη απτά ή αόρατα στην ανθρώπινη διάσταση, αλλά υπάρχουν αντικειμενικά και αποκαλύπτονται με πραγματικούς τρόπους σε αυτόν τον άμεσο κόσμο – όπως πνευματικότητα, πίστη, θείος λόγος και θαύματα – αντιμετωπίζονται ως πρόληψη, διότι οι άνθρωποι έχουν αποκηρύξει το θείο.

Αν η ανθρώπινη φυλή είναι σε θέση να βελτιώσει τον χαρακτήρα, τη συμπεριφορά και τη σκέψη της βασίζοντάς τα σε ηθικές αξίες, θα είναι δυνατόν ο πολιτισμός να επιζήσει και

ακόμα και θαύματα να συμβούν ξανά στον ανθρώπινο κόσμο. Πολλές φορές στο παρελθόν, πολιτισμοί που ήταν τόσο θεϊκοί όσο και ανθρώπινοι εμφανίστηκαν σε αυτόν τον κόσμο, και βοήθησαν τους ανθρώπους να φτάσουν σε μια πιο αληθινή κατανόηση της ζωής και του σύμπαντος. Όταν οι άνθρωποι δείχνουν τον κατάλληλο σεβασμό και ευλάβεια προς τον Ντάφα, όπως Αυτός εκδηλώνεται εδώ σε αυτόν τον κόσμο, αυτοί, η φυλή τους ή το έθνος τους θα απολαμβάνουν ευλογίες ή δόξα. Ήταν ο Ντάφα – ο Μέγας Τρόπος του σύμπαντος – που δημιούργησε τα ουράνια σώματα, το σύμπαν, τη ζωή και όλη τη δημιουργία. Κάθε ον που παρεκκλίνει από Αυτόν είναι πραγματικά διεφθαρμένο. Κάθε άτομο που μπορεί να ευθυγραμμιστεί με τον Ντάφα είναι πραγματικά ένα καλό άτομο και θα ανταμειφθεί και ευλογηθεί με υγεία και ευτυχία. Ως καλλιεργητής, αν γίνετε ένα με τον Ντάφα θα φωτιστείτε – θα είστε ένα θείο ον.

Λι Χονγκτζί,
24 Μαΐου 2015

Περιεχόμενα

Δήλωση (ΛΟΥΝ ΓΙΟΥ)

Κεφάλαιο I - Εισαγωγή

1. Προέλευση της Ενεργειακής Άσκησης (Τσίγκονγκ)
2. Ζωτική Ενέργεια (Τσι) και Ενέργεια Καλλιέργειας (Γκονγκ)
3. Ενεργειακό Δυναμικό και Εξαιρετικές Ικανότητες
 - (1) Το Ενεργειακό Δυναμικό προέρχεται από την καλλιέργεια του Σίνσινγκ [ήθους]
 - (2) Οι καλλιεργητές δεν επιδιώκουν τις Εξαιρετικές Ικανότητες
 - (3) Χειρισμός του ενεργειακού δυναμικού
4. Τρίτο Μάτι [Τιένμου]
 - (1) Άνοιγμα του Τρίτου Ματιού
 - (2) Επίπεδα του Τρίτου Ματιού
 - (3) Όραση από μακριά
 - (4) Διαστάσεις
5. Θεραπεία με Ενεργειακή Άσκηση και νοσοκομειακή περίθαλψη
6. Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο (Φωτισμένου) και Βουδισμού
 - (1) Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο
 - (2) Βουδισμός
7. Σωστές και Διαστρεβλωμένες μέθοδοι καλλιέργειας
 - (1) Παραπόρτι και Ανορθόδοξος Τρόπος
 - (2) Ενεργειακή Άσκηση των πολεμικών τεχνών
 - (3) Αντίστροφη καλλιέργεια και δανεισμός ενέργειας
 - (4) Συμπαντική γλώσσα
 - (5) Κατοχή από πνεύματα (Φούτι)
 - (6) Κακός τρόπος εξάσκησης μπορεί να παρουσιαστεί και κατά την ορθόδοξη μέθοδο καλλιέργειας

Κεφάλαιο II - Η Μέθοδος του Φάλουν Γκονγκ (Τροχού του Νόμου)

1. Ο Ρόλος του Φάλουν
2. Η διαμόρφωση του Φάλουν
3. Χαρακτηριστικά της καλλιέργειας Φάλουν Γκονγκ
 - (1) Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο
 - (2) Καλλιέργεια της Κύριας Συνείδησης
 - (3) Καλλιέργεια ανεξάρτητα από κατεύθυνση και χρόνο
4. Καλλιέργεια νου και σώματος
 - (1) Μεταμόρφωση του φυσικού σώματος και του σώματος σε άλλες διαστάσεις (Μπέντι)
 - (2) Ουράνιος Κύκλος Φάλουν
 - (3) Άνοιγμα των καναλιών
5. Νοητική παρέμβαση
6. Επίπεδα καλλιέργειας στο Φάλουν Γκονγκ
 - (1) Καλλιέργεια προς ψηλότερο επίπεδο
 - (2) Μορφές των εκδηλώσεων της Ενέργειας Καλλιέργειας
 - (3) Καλλιέργεια του Πέραν του Τριπλού Κόσμου Νόμου

Κεφάλαιο III - Καλλιέργεια του Σίνσινγκ (ήθους)

1. Το νόημα του Σίνσινγκ
2. Απώλεια και Κέρδος
3. Ταυτόχρονη καλλιέργεια «Αλήθειας, Καλοσύνης, Ανεκτικότητας» (Τζεν-Σαν-Ρεν)
4. Απαλλαγή από τη ζήλια
5. Αποβάλλοντας τις προσκολλήσεις
6. Κάρμα
 - (1) Προέλευση του κάρμα
 - (2) Εξάλειψη του κάρμα
7. Δαιμονική παρέμβαση
8. Εγγενής Ποιότητα και Ποιότητα Φώτισης
9. Διαυγής και καθαρός νους

Κεφάλαιο IV - Σύστημα ασκήσεων Φάλουν Γκονγκ

1. Η «Άσκηση ο Φο εμφανίζει Χίλια Χέρια»
2. Η «Άσκηση Φάλουν σε όρθια στάση»
3. Η «Άσκηση διαπερνώντας τις δύο άκρες του Σύμπαντος»
4. Η «Άσκηση ο Ουράνιος Κύκλος του Φάλουν»
5. Η «Άσκηση ενισχύοντας τις Θεϊκές Δυνάμεις»
6. Μερικές βασικές προϋποθέσεις και οδηγίες για την εξάσκηση του Φάλουν Γκονγκ

Κεφάλαιο V - Ερωτήσεις και απαντήσεις

1. Φάλουν και Φάλουν Γκονγκ
2. Βασικοί κανόνες και μέθοδοι εξάσκησης
3. Καλλιέργεια του Σίνσινγκ
4. Τρίτο Μάτι
5. Δοκιμασίες
6. Διαστάσεις και ανθρωπότητα
7. Λεξιλόγιο

Κεφάλαιο Ι

Εισαγωγή

Στη χώρα μας [Κίνα], η Ενεργειακή Άσκηση ανάγεται στους αρχαίους χρόνους και έχει μακρόχρονη ιστορία. Επομένως οι άνθρωποι μας έχουν φυσικό πλεονέκτημα στην εξάσκηση της Ενεργειακής Άσκησης. Ως καθιερωμένες μέθοδοι καλλιέργειας, οι δυο σχολές Ενεργειακής Άσκησης, του Φο (Φωτισμένος) και του Τάο (Δρόμος, Τρόπος), έχουν κάνει γνωστούς πολλούς υπέροχους τρόπους καλλιέργειας, που στο παρελθόν διδάσκονταν κρυφά. Ο τρόπος καλλιέργειας της Σχολής του Τάο είναι μοναδικός και η Σχολή του Φο έχει επίσης τη μέθοδο καλλιέργειάς της. Το Φάλουν Γκονγκ (Η Μέθοδος του Τροχού του Νόμου) είναι προηγμένη μέθοδος καλλιέργειας της Σχολής του Φο. Στο σεμινάριο, θα φέρω αρχικά το σώμα σας σε κατάσταση κατάλληλη για προηγμένη καλλιέργεια και κατόπιν θα εγκαταστήσω στο σώμα σας το Φάλουν (Τροχό του Νόμου) και τον Ενεργειακό Μηχανισμό. Θα σας διδάξω επίσης τις ασκήσεις. Εκτός από όλα αυτά, διαθέτω επίσης Σώματα του Νόμου (Φάσεν), που θα σας προστατεύουν. Αλλά η κατοχή αυτών μόνο, δεν είναι επαρκής. Ο στόχος τής ανάπτυξης της Ενέργειας Καλλιέργειας δεν θα επιτυγχανόταν. Απαιτείται ακόμα να καταλάβετε τις αρχές της καλλιέργειας προς ανώτερο επίπεδο. Γι' αυτό υπάρχει αυτό το βιβλίο.

Εγώ διδάσκω Ενεργειακή Άσκηση προς ανώτερο επίπεδο, έτσι δεν θα συζητήσω για την καλλιέργεια οποιουδήποτε ιδιαίτερου καναλιού, σημείου βελονισμού ή ενεργειακής διάβασης. Μιλώ για τους Νόμους της καλλιέργειας, για έναν Μεγάλο Νόμο (Ντάφα) που έχει ως στόχο την αληθινή καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Αρχικά μπορεί να ακούγεται δυσνόητο, εφόσον όμως οι αφοσιωμένοι ασκούμενοι στην Ενεργειακή Άσκηση τον δοκιμάσουν προσεκτικά και τον καταλάβουν, θα βρουν μέσα του απάντηση για όλα τα μυστικά.

1. Προέλευση της Ενεργειακής Άσκησης (Τσίγκονγκ) [Σύστημα ασκήσεων και διδασκαλίας από την Κίνα]

Η Ενεργειακή Άσκηση στην οποία αναφερόμαστε σήμερα, στην πραγματικότητα, δεν ονομάστηκε αρχικά «Τσίγκονγκ». Προέρχεται από την αρχαία κινέζικη, κατά ιδίαν καλλιέργεια, ή αλλιώς θρησκευτική καλλιέργεια. Μέσα στα κείμενα Νταν Τζινγκ, Τάο Τσανγκ και Τριπιτάκα, δεν βρίσκονται πουθενά τα δυο ιδεογράμματα του «Τσι Γκονγκ». Κατά τη διάρκεια του παρόντος σταδίου του σύγχρονου ανθρώπινου πολιτισμού μας, η Ενεργειακή Άσκηση πέρασε από την «παιδική ηλικία» της θρησκείας. Είχε υπάρξει ήδη προτού διαμορφωθεί η θρησκεία. Αφότου διαμορφώθηκε η θρησκεία, «μολύνθηκε» κάπως από αυτήν. Το αρχικό όνομά της ήταν «Ο Μεγάλος Νόμος Καλλιέργειας του Φο» ή «Ο Μεγάλος Νόμος Καλλιέργειας του Τάο». Επιπλέον, είχε ονόματα όπως «Η Εννεαπλή Εσωτερική Μετάλλαξη», «Ο Τρόπος του Άρχατ», «Το Ντάϊνα του Βάιρα» και άλλα τέτοια. Τώρα την αποκαλούμε «Ενεργειακή Άσκηση» (Τσίγκονγκ) και έτσι προσαρμόζεται καλύτερα στην σύγχρονη ιδεολογία μας και είναι ευκολότερο να διαδοθεί στην κοινωνία. Η Ενεργειακή Άσκηση είναι στην πραγματικότητα κάτι που υπάρχει στην Κίνα με αποκλειστικό σκοπό την καλλιέργεια του σώματος του ανθρώπου.

Η Ενεργειακή Άσκηση δεν είναι κάτι που εφευρέθηκε από αυτόν τον πολιτισμό. Έχει εξαιρετικά μακρά ιστορία, από τα πολύ παλιά χρόνια. Τότε, τότε εμφανίστηκε η Ενεργειακή Άσκηση; Μερικοί λένε ότι η Ενεργειακή Άσκηση, που έγινε δημοφιλής κατά τη διάρκεια της δυναστείας Τανγκ, έχει ιστορία τριών χιλιάδων ετών. Μερικοί λένε ότι έχει ιστορία πέντε

χιλιάδων ετών, τόσο αρχαία όσο και ο κινεζικός πολιτισμός. Μερικοί, κρίνοντας από τα αρχαιολογικά ευρήματα, λένε ότι έχει ήδη επτά χιλιάδες χρόνια ιστορίας. Εγώ θεωρώ την Ενεργειακή Άσκηση ως κάτι που δεν εφευρέθηκε από την σύγχρονη ανθρωπότητα. Προέρχεται από προϊστορικό πολιτισμό. Σύμφωνα με την έρευνα ανθρώπων με Εξαιρετικές Ικανότητες, το Σύμπαν μέσα στο οποίο ζούμε είναι οντότητα που προέρχεται από σύνθεση, μετά από εννέα εκρήξεις. Ο πλανήτης που ζούμε έχει καταστραφεί πολλές φορές και μετά από κάθε ανασυγκρότησή του η ανθρωπότητα αρχίζει ξανά να πολλαπλασιάζεται. Αυτή τη στιγμή, έχουμε ήδη ανακαλύψει ότι πολλά από αυτά που υπάρχουν στον κόσμο, υπερβαίνουν τον σύγχρονο πολιτισμό. Με βάση τη θεωρία εξέλιξης του Δαρβίνου, οι άνθρωποι προήλθαν από τους πίθηκους και ο πολιτισμός μας δεν είναι γηραιότερος από 10.000 χρόνια. Η ανακάλυψη όμως αρχαιολογικών ευρημάτων δείχνει ότι στις σπηλιές των ευρωπαϊκών Άλπεων, υπάρχουν νωπογραφίες 250.000 ετών, οι οποίες παρουσιάζουν πολύ ψηλή καλλιτεχνική αξία, αξεπέραστη από όσα μπορούν να κάνουν οι σύγχρονοι άνθρωποι. Στο μουσείο του Εθνικού Πανεπιστημίου του Περού υπάρχει ένας μεγάλος βράχος στον οποίο είναι χαραγμένη μία μορφή, που κρατάει τηλεσκόπιο και παρατηρεί τα ουράνια σώματα. Αυτή η μορφή είναι πάνω από 30.000 ετών. Όπως ξέρετε, ο Γαλιλαίος εφηύρε το αστρονομικό τηλεσκόπιο 30X το 1609, το οποίο μόλις ξεπερνάει μέχρι σήμερα τα 300 χρόνια. Πώς θα μπορούσε να υπάρχει τηλεσκόπιο πριν από 30.000 χρόνια; Στην Ινδία, υπάρχει ράβδος σιδήρου της οποίας η περιεκτικότητα σε σίδηρο φτάνει πάνω από 99%. Η χρήση της σύγχρονης τεχνολογίας τήξεως των μετάλλων, ούτε που μπορεί ακόμα να παράγει σίδηρο τόσο μεγάλης καθαρότητας, καθώς αυτό ήδη ξεπερνάει το επίπεδο της σύγχρονης τεχνολογίας. Ποιος δημιούργησε εκείνους τους πολιτισμούς; Τα ανθρώπινα όντα πρέπει να ήταν μικροοργανισμοί εκείνη την περίοδο, οπότε, πώς θα μπορούσαν να δημιουργήσουν αυτά τα πράγματα; Η ανακάλυψη αυτών των αντικειμένων έχει προσελκύσει την προσοχή των επιστημόνων παγκοσμίως. Μια και είναι ανεξήγητο, οι άνθρωποι το ονομάζουν «προϊστορικό πολιτισμό».

Το επιστημονικό επίπεδο ήταν διαφορετικό σε κάθε χρονική περίοδο. Σε μερικές χρονικές περιόδους ήταν αρκετά ψηλό, ξεπερνώντας το επίπεδο της σύγχρονης ανθρωπότητάς μας. Ωστόσο εκείνοι οι πολιτισμοί καταστράφηκαν. Επομένως, εγώ λέω ότι η Ενεργειακή Άσκηση δεν εφευρέθηκε ούτε δημιουργήθηκε από τους σύγχρονους ανθρώπους, αλλά ανακαλύφθηκε και τελειοποιήθηκε από αυτούς. Η Ενεργειακή Άσκηση είναι πολιτισμός προϊστορικός.

Η Ενεργειακή Άσκηση δεν είναι στην πραγματικότητα μοναδικό προϊόν της χώρας μας. Υπάρχει και στις ξένες χώρες. Πάντως δεν την αποκαλούν Ενεργειακή Άσκηση. Δυτικές χώρες όπως οι Ηνωμένες Πολιτείες, η Μεγάλη Βρετανία και άλλες την ονομάζουν μαγεία. Υπάρχει στις Η. Π. Α. κάποιος μάγος που ονομάζεται Δαυίδ Κόππερφιλντ. Στην πραγματικότητα κατέχει Εξαιρετικές Ικανότητες, πράγμα το οποίο του έχει επιτρέψει να εκτελέσει το πέρασμα μέσα από το Σινικό Τείχος. Όταν ήταν έτοιμος να περάσει από το τείχος, χρησιμοποίησε άσπρο ύφασμα για να καλύψει τόσο τον εαυτό του όσο και το τείχος, και έπειτα πέρασε από μέσα του. Γιατί το έκανε αυτό; Με αυτόν τον τρόπο σε πολλούς ανθρώπους έδωσε την εντύπωση ότι έκανε μαγικά. Έπρεπε να γίνει με αυτόν τον τρόπο, επειδή ήξερε ότι στην Κίνα υπήρχαν πολλοί άνθρωποι με μεγάλες ικανότητες. Φοβόταν παρέμβαση από μέρους τους, έτσι καλύφθηκε πριν μπει μέσα. Καθώς έβγαινε, έβγαλε το χέρι έξω, σήκωσε το ύφασμα και βγήκε. Κάποια κινέζικη παροιμία λέει: «Οι ειδικοί ψάχνουν για τεχνάσματα, ενώ ο απλός λαός ψάχνει για κάτι που θα τον συναρπάσει». Με αυτόν τον τρόπο, τα ακροατήρια που παρακολούθησαν αποκόμισαν την εντύπωση ότι έγιναν μαγικά. Ο λόγος που αποκαλούν αυτές τις Εξαιρετικές Ικανότητες «μαγικές» είναι επειδή δεν τις χρησιμοποιούν για να καλλιεργήσουν το σώμα τους, αλλά για να κάνουν επίδειξη θαυμάτων και να διασκεδάσουν τον κόσμο, εκτελώντας τα πάνω στη σκηνή. Επομένως, μιλώντας σε

χαμηλότερο επίπεδο, η Ενεργειακή Άσκηση μπορεί να αλλάξει τη φυσική κατάσταση των ανθρώπων έτσι ώστε να επιτευχθεί ο στόχος της απαλλαγής από τις ασθένειες και της βελτίωσης της υγείας τους. Μιλώντας σε ψηλότερο επίπεδο, η Ενεργειακή Άσκηση αφορά την καλλιέργεια του ανθρώπινου σώματος.

2. Ζωτική Ενέργεια (Τσι) και Ενέργεια Καλλιέργειας (Γκονγκ)

Η Ζωτική Ενέργεια, Τσι (氣), για την οποία μιλάμε τώρα, στους αρχαίους λαούς ονομαζόταν Τσι (氣). Στην ουσία όμως πρόκειται για το ίδιο πράγμα μια και τα δύο αναφέρονται στην Ζωτική Ενέργεια του Σύμπαντος, μια και τα δύο αναφέρονται σε ένα είδος άμορφης ύλης μέσα στο Σύμπαν. Η Ζωτική Ενέργεια δεν αναφέρεται στον αέρα. Με την καλλιέργεια, οι κινήσεις της ενεργειακής ουσίας στο ανθρώπινο σώμα ενεργοποιούνται και μεταβάλλουν τη φυσική κατάσταση του σώματος, επιφέροντας, ως αποτέλεσμα, τη θεραπεία και την ευεξία. Αλλά, η Ζωτική Ενέργεια είναι απλώς Ζωτική Ενέργεια. Εσύ έχεις Ζωτική Ενέργεια, αλλά και αυτός επίσης έχει Ζωτική Ενέργεια. Το ένα δεν περιορίζει το άλλο. Μερικοί λένε ότι η Ζωτική Ενέργεια μπορεί να θεραπεύσει ασθένειες ή ότι μπορείς να εκπέμψεις Ζωτική Ενέργεια προς κάποιον για να θεραπεύσεις τις ασθένειές του. Αυτές οι παρατηρήσεις είναι πολύ αντιεπιστημονικές, επειδή η Ζωτική Ενέργεια δεν μπορεί καθόλου να θεραπεύει ασθένειες. Όταν κάποιος ασκούμενος εξακολουθεί να κατέχει Ζωτική Ενέργεια στο σώμα του, σημαίνει ότι το σώμα του δεν έχει γίνει ακόμα «Γαλακτώδες Λευκό Σώμα», και αυτό σημαίνει ότι εξακολουθεί να έχει ασθένειες.

Άτομο που με την άσκηση έχει εξελίξει την ικανότητά του, δεν εκπέμπει Ζωτική Ενέργεια. Αντί για αυτήν εκπέμπει δέσμη ψηλής ενέργειας, την ουσία ψηλής ενέργειας που εκδηλώνεται με μορφή φωτός, με λεπτά σωματίδια και ψηλή πυκνότητα. Αυτή είναι η Ενέργεια Καλλιέργειας. Μόνο τότε μπορεί να έχει περιοριστική επίδραση στους συνηθισμένους ανθρώπους και είναι σε θέση να θεραπεύσει τις ασθένειές τους. Υπάρχει κάποιο ρητό: «Το φως του Φο φωτίζει παντού και αποκαθιστά όλες τις ανωμαλίες». Σημαίνει ότι όσοι καλλιεργούνται σύμφωνα με τους Ορθόδοξους Νόμους μεταφέρουν απέραντη ενέργεια στο σώμα τους. Από οπουδήποτε περνά κάποιος από αυτούς, μπορεί να διορθώσει οποιαδήποτε ανώμαλη κατάσταση μέσα στην περιοχή που καλύπτεται από την ενέργειά του και να την επαναφέρει στο φυσιολογικό. Για παράδειγμα, το να υπάρχουν ασθένειες στο σώμα κάποιου είναι απλώς ανώμαλη κατάσταση που υπάρχει στο σώμα. Οι ασθένειες θα χαθούν όταν διορθωθεί αυτή η κατάσταση. Πιο απλά, η Ενέργεια Καλλιέργειας είναι ενέργεια. Η Ενέργεια Καλλιέργειας έχει φυσικά χαρακτηριστικά. Και με την καλλιέργεια, οι ασκούμενοι μπορούν να αντιληφθούν την ύπαρξή της.

3. Ενεργειακό Δυναμικό και Εξαιρετικές Ικανότητες

(1) Το Ενεργειακό Δυναμικό Προέρχεται από την Καλλιέργεια του Σίνσινγκ [ήθους]

Η Ενέργεια Καλλιέργειας που πραγματικά καθορίζει το επίπεδο του Ενεργειακού Δυναμικού κάποιου, δεν προέρχεται από εξάσκηση. Προέρχεται από μετασχηματισμό της ουσίας Αρετή (Ντε) και από καλλιέργεια του Σίνσινγκ. Αυτή η διαδικασία μετατροπής δεν γίνεται με τον τρόπο που οι συνηθισμένοι άνθρωποι φαντάζονται, δηλαδή στήνοντας χοάνη και φούρνο για να παρασκευασθεί το ελιξίριο από ιατρικά φάρμακα που έχουμε συγκεντρώσει («Άντινγκ Σέλου Κάϊγιαο Λιάν Νταν») [Αυτό είναι Ταοϊστική μεταφορά που αναφέρεται στην Εσωτερική Αλχημεία]. Η Ενέργεια Καλλιέργειας για την οποία μιλάμε, παράγεται έξω από το σώμα, ξεκινώντας από το κάτω μισό του σώματος. Ακολουθώντας τη βελτίωση του Σίνσινγκ, αυξάνεται προς τα πάνω με σπειροειδή μορφή και διαμορφώνεται εντελώς έξω από το σώμα

κάποιου. Κατόπιν εξελίσσεται σε Ενεργειακό Πόλο πάνω από την κορυφή του κεφαλιού. Το ύψος του Ενεργειακού Πόλου καθορίζει το επίπεδο της Ενέργειας Καλλιέργειας καθενός. Ο Ενεργειακός Πόλος υπάρχει σε βαθιά κρυμμένη διάσταση, για αυτό δυσκολεύεται να τον δει ο μέσος άνθρωπος.

Οι Εξαιρετικές Ικανότητες ενισχύονται από το Ενεργειακό Δυναμικό. Όσο ψηλότερο είναι το Ενεργειακό Δυναμικό και το επίπεδο του ατόμου, τόσο μεγαλύτερες είναι οι Εξαιρετικές Ικανότητες του και τόσο ευκολότερο είναι να τις χρησιμοποιήσει. Άνθρωποι με χαμηλότερο Ενεργειακό Δυναμικό έχουν μικρότερες Εξαιρετικές Ικανότητες και λιγότερη ευκολία στην εφαρμογή τους, φτάνοντας σε σημείο να μην μπορούν να χρησιμοποιήσουν καμιά από αυτές. Η ίδια η Εξαιρετική Ικανότητα δεν αντιπροσωπεύει το επίπεδο Ενεργειακού Δυναμικού κάποιου ή το επίπεδο καλλιέργειάς του. Το Ενεργειακό Δυναμικό είναι ο παράγοντας που καθορίζει το επίπεδο κάποιου, όχι οι Εξαιρετικές Ικανότητες. Μερικοί καλλιεργούνται έχοντας τις Εξαιρετικές Ικανότητές τους «κλειδωμένες». Το Ενεργειακό Δυναμικό τους είναι πολύ ψηλό, αλλά πιθανώς να μην έχουν πολλές Εξαιρετικές Ικανότητες. Το Ενεργειακό Δυναμικό προέρχεται από την καλλιέργεια του Σίνσινγκ [ήθους] κάποιου και αποτελεί τον προσδιοριστικό παράγοντα. Αυτό είναι το κρισιμότερο.

(2) Οι καλλιεργητές δεν επιδιώκουν τις Εξαιρετικές Ικανότητες

Όλοι οι ασκούμενοι ενδιαφέρονται για Εξαιρετικές Ικανότητες. Οι Εξαιρετικές Ικανότητες είναι επίσης δελεαστικές και μέσα στην κοινωνία και πολλοί άνθρωποι θέλουν να αποκτήσουν μερικές. Όμως, χωρίς καλό Σίνσινγκ δεν μπορεί κανένας να αποκτήσει αυτές τις Εξαιρετικές Ικανότητες.

Μερικές από αυτές μπορεί να τις κατέχουν άνθρωποι συνηθισμένοι, και περιλαμβάνονται το άνοιγμα του Τρίτου Ματιού, της ενακοής, της τηλεπάθειας, της πρόγνωσης και άλλες. Αλλά αυτές οι Εξαιρετικές Ικανότητες ποικίλλουν σε κάθε άτομο και δεν παρουσιάζονται όλες όταν ο ασκούμενος βρίσκεται στο στάδιο της βαθμιαίας φώτισης. Μερικές από αυτές είναι αδύνατο να τις έχουν άνθρωποι συνηθισμένοι, όπως το να μετασχηματίζεις, σε αυτήν εδώ την φυσική διάσταση, ένα είδος ουσίας σε κάποιο άλλο είδος ουσίας. Αυτό δεν είναι κάτι που μπορούν να το κατέχουν άνθρωποι συνηθισμένοι. Οι μεγάλες Εξαιρετικές Ικανότητες προέρχονται από μεταγεννητική καλλιέργεια. Το Φάλουν Γκονγκ αναπτύσσεται και εξελίσσεται σύμφωνα με τις Αρχές του Σύμπαντος, έτσι όλες οι ικανότητες που υπάρχουν στο Σύμπαν υπάρχουν και στο Φάλουν Γκονγκ. Όλα εξαρτώνται από τον τρόπο με τον οποίο καλλιεργούνται οι ασκούμενοι. Η σκέψη της απόκτησης κάποιων Εξαιρετικών Ικανοτήτων δεν θεωρείται λαθεμένη. Πάντως, η υπερβολικά έντονη επιδίωξη δεν ταυτίζεται με φυσιολογική σκέψη και θα παράγει αρνητικά αποτελέσματα. Δεν υπάρχουν πολλές χρήσεις για τις Εξαιρετικές Ικανότητες που έχουν αποκτηθεί σε χαμηλό επίπεδο, εκτός από την προσπάθεια εφαρμογής τους για να επιδείξει κάποιος την ικανότητά του μπροστά σε άλλους συνηθισμένους ανθρώπους και να γίνει ο ισχυρότερος ανάμεσά τους. Εάν αυτό συμβεί, δείχνει ακριβώς ότι το Σίνσινγκ του δεν είναι ψηλό και το σωστό είναι να μην του δοθούν Εξαιρετικές Ικανότητες. Εάν μερικές Εξαιρετικές Ικανότητες δοθούν σε ανθρώπους με κακό Σίνσινγκ, μπορεί να χρησιμοποιηθούν για να διαπραχθούν αδικίες. Επειδή το Σίνσινγκ τους δεν είναι σταθερό, δεν υπάρχει καμία εγγύηση ότι δεν θα κάνουν κάτι κακό.

Από άλλη άποψη, οποιαδήποτε Εξαιρετική Ικανότητα μπορεί να αποκαλυφθεί και να εκτελεσθεί, δεν έχει την δύναμη να αλλάξει την ανθρώπινη κοινωνία ή την συνηθισμένη κοινωνική ζωή. Αντιθέτως, Εξαιρετικές Ικανότητες δεν επιτρέπεται να γίνονται αντικείμενο θεάματος με δεδομένο τον αντίκτυπο και τον κίνδυνο που κάτι τέτοιο περιέχει. Αυτό μοιάζει

ακριβώς με το ότι δεν μπορεί κανένας να κατεδαφίσει ένα μεγάλο κτίριο για να απολαύσουν κάποιοι θέαμα. Εκτός από τους ανθρώπους που εκτελούν ειδικές αποστολές, οι μεγάλες Εξαιρετικές Ικανότητες δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιούνται ούτε είναι δυνατόν αυτές οι ικανότητες να αποκαλύπτονται, επειδή τα ψηλού επιπέδου όντα περιορίζουν αυτήν την αποκάλυψη.

Ωστόσο, μερικοί συνηθισμένοι άνθρωποι εξακολουθούν να πιέζουν δασκάλους της Ενεργειακής Άσκησης να επιδείξουν μπροστά σε κοινό τις Εξαιρετικές Ικανότητες τους. Άνθρωποι με Εξαιρετικές Ικανότητες είναι απρόθυμοι να τις χρησιμοποιήσουν με σκοπό την επίδειξη, επειδή δεν επιτρέπεται να τις αποκαλύπτουν. Η χρησιμοποίησή τους θα επηρεάσει ολόκληρη την κατάσταση της κοινωνίας. Οι άνθρωποι που πραγματικά κατέχουν την μεγάλη Αρετή, δεν έχουν άδεια να χρησιμοποιούν τις Εξαιρετικές Ικανότητές τους δημοσίως. Μερικοί δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης αισθάνονται άσχημα κατά τη διάρκεια της επίδειξης. Όταν επιστρέφουν στο σπίτι τους, θέλουν να κλάψουν. Μην τους αναγκάζετε να κάνουν επιδείξεις! Είναι αναστάτωση για αυτούς να αποκαλύπτουν αυτά τα πράγματα. Αισθάνθηκα αηδιασμένος κατά την ανάγνωση περιοδικού που κρατούσε κάποιος μαθητής. Ανέφερε ότι γινόταν διεθνής διάσκεψη Ενεργειακής Άσκησης. Άνθρωποι με Εξαιρετικές Ικανότητες μπορούσαν να συμμετάσχουν σε διαγωνισμό και όσοι είχαν τις ισχυρότερες ικανότητες μπορούσαν να πάνε σε εκείνη την διάσκεψη. Αφού τελείωσα την ανάγνωση, αισθανόμουν αναστατωμένος για ημέρες. Αυτό δεν είναι κάτι που μπορεί να αποκαλυφθεί δημοσίως με σκοπό τον ανταγωνισμό. Η δημόσια εμφάνιση τους θα ήταν θλιβερή. Οι συνηθισμένοι άνθρωποι επικεντρώνουν την προσοχή στα του κόσμου, αλλά οι δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης πρέπει να σέβονται τους εαυτούς τους.

Ποιος είναι ο απώτερος σκοπός της επιθυμίας Εξαιρετικών Ικανοτήτων; Δείχνει τι έχει στο μυαλό του και τι επιδιώκει ο ασκούμενος. Με μυαλό ακάθαρμο και ασταθές, είναι απίθανο να έχει κάποιος σπουδαίες Εξαιρετικές Ικανότητες. Αυτό συμβαίνει επειδή πριν φωτιστείς πλήρως, το καλό ή το κακό που εσείς βλέπετε βασίζεται στα κριτήρια αυτού του κόσμου μόνο. Δεν μπορείτε να δείτε την αληθινή φύση των πραγμάτων, δεν μπορείτε να δείτε τις καρμικές σχέσεις ανάμεσα στα πράγματα. Η πάλη, οι προστριβές και η φοβέρα μεταξύ των ανθρώπων πρέπει να έχουν ως αιτία τις καρμικές σχέσεις. Εάν δε μπορείτε να δείτε μέσα από αυτές, μπορείτε να βοηθήσετε μόνο με λάθος τρόπο. Η ευγνωμοσύνη και η δυσαρέσκεια, το σωστό και το λάθος ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους διευθύνονται από τους Νόμους αυτού του κόσμου. Οι καλλιεργητές δεν πρέπει να ανακατεύονται. Προτού φθάσετε στο στάδιο της πλήρους φώτισης, αυτό που είδατε με τα μάτια σας μπορεί να μην είναι απαραίτητως η αλήθεια. Όταν κάποιος γρονθοκοπά κάποιον άλλο, ίσως να συμβαίνει επειδή τακτοποιούν καρμικά χρέη τους. Η ανάμιξή σας μπορεί να παρακωλύσει την τακτοποίησή τους. Το κάρμα είναι είδος μαύρης ουσίας που περιβάλλει το ανθρώπινο σώμα. Είναι φυσική ύπαρξη σε κάποια άλλη διάσταση, η οποία μπορεί να μετασχηματιστεί σε ασθένεια και κακοτυχία.

Ο καθένας κατέχει Εξαιρετικές Ικανότητες. Το ζήτημα είναι να τις ερευνήσει και να τις ενισχύσει με συνεχή καλλιέργεια. Ως ασκούμενος, εάν επιδιώκει μόνο την κατοχή των Εξαιρετικών Ικανοτήτων, είναι κοντόφθαλμος και το μυαλό του δεν είναι καθαρό. Για όποιο λόγο και να θέλει τις Εξαιρετικές Ικανότητες, αυτό το γεγονός περιέχει στοιχεία εγωισμού, τα οποία σίγουρα θα εμποδίσουν την καλλιέργειά του. Κατά συνέπεια, αυτό θα τον εμποδίσει να αποκτήσει οποιαδήποτε Εξαιρετική Ικανότητα.

(3) Χειρισμός του Ενεργειακού Δυναμικού

Μερικοί ασκούμενοι δεν έχουν ασκηθεί για πάρα πολύ καιρό, αλλά θέλουν να θεραπεύσουν ασθένειες των άλλων και να προσπαθήσουν να δουν εάν αυτό μπορεί να λειτουργήσει. Όταν, όσοι δεν έχετε ψηλό Ενεργειακό Δυναμικό, απλώνετε το χέρι σας και προσπαθείτε να θεραπεύσετε, απορροφάτε στο σώμα σας πολύ μαύρη, ανθυγιεινή και ακάθαρτη Ζωτική Ενέργεια που υπήρχε στο σώμα του ασθενούς. Δεδομένου ότι δεν έχετε την ικανότητα να αντιστέκεστε στην ανθυγιεινή Ζωτική Ενέργεια και επιπλέον το σώμα σας δεν έχει προστατευτική ασπίδα, όταν διαμορφώνετε το ίδιο πεδίο με τον ασθενή, χωρίς ψηλό Ενεργειακό Δυναμικό, δεν μπορείτε να αμυνθείτε εναντίον της. Με αποτέλεσμα οι ίδιοι να ταλαιπωρείστε πολύ. Εάν κανένας δεν σας φροντίσει, κατά την πορεία του χρόνου, θα έχετε ασθένειες σε όλο σας το σώμα. Επομένως, όσοι δεν έχουν ψηλό Ενεργειακό Δυναμικό δεν πρέπει να θεραπεύουν τις ασθένειες άλλων, εκτός αν έχουν αναπτύξει ήδη Εξαιρετικές Ικανότητες και κατέχουν Ενεργειακό Δυναμικό ορισμένου επιπέδου. Μόνο τότε μπορούν να θεραπεύουν ασθένειες χρησιμοποιώντας Ενεργειακή Άσκηση. Ακόμα κι αν μερικοί έχουν αναπτύξει Εξαιρετικές Ικανότητες και είναι σε θέση να παρέχουν θεραπείες, όταν βρίσκονται σε πολύ χαμηλό επίπεδο, χρησιμοποιούν στην πραγματικότητα συσσωρευμένο Ενεργειακό Δυναμικό, την δική τους ενέργεια, για να θεραπεύσουν τις ασθένειες. Αφού η Ενέργεια Καλλιέργειας είναι ενέργεια και ευφυής ύπαρξη που δεν συσσωρεύεται εύκολα, η εκπομπή της Ενέργειας Καλλιέργειας στην πραγματικότητα εξαντλεί τα αποθέματά σας από αυτή. Συνοδεύοντας την εκ μέρους σας απελευθέρωση Ενέργειας Καλλιέργειας, ο Ενεργειακός Πόλος που είναι πάνω από το κεφάλι σας κονταίνει και μειώνεται. Αυτό δεν αξίζει καθόλου. Έτσι, δεν εγκρίνω την θεραπεία ασθενειών άλλων όταν ακόμα δεν έχει αναπτυχθεί καλά το δικό σας Ενεργειακό Δυναμικό. Όποια μέθοδο και αν χρησιμοποιείτε, καταναλώνετε την ενέργειά σας.

Όταν το Ενεργειακό Δυναμικό φθάσει σε ορισμένο επίπεδο, όλα τα είδη Εξαιρετικών Ικανοτήτων θα εμφανιστούν ξαφνικά. Πρέπει να είστε πολύ προσεκτικοί στην χρησιμοποίηση αυτών των Εξαιρετικών Ικανοτήτων. Για παράδειγμα, πρέπει κανένας να χρησιμοποιεί το Τρίτο Μάτι του όταν αυτό ανοίξει, επειδή εάν δεν το χρησιμοποιήσει ποτέ, θα κλείσει. Ωστόσο, δεν πρέπει να κοιτάτε συχνά μέσα από αυτό. Εάν κοιτάτε μέσα από αυτό πάρα πολύ συχνά, θα εκφορτισθεί πολλή ενέργεια. Τότε, μήπως αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να το χρησιμοποιήσετε ποτέ; Φυσικά όχι. Εάν δεν μπορούμε ποτέ να το χρησιμοποιήσουμε, για ποιο σκοπό καλλιεργούμαστε; Το ζήτημα είναι πότε να το χρησιμοποιούμε. Μόνο όταν καλλιεργηθείτε και φθάσετε σε ορισμένο στάδιο που να κατέχετε τη δυνατότητα να επαναφορτίζετε μπορείτε να το χρησιμοποιείτε. Όταν κάποιος που καλλιεργεί με το Φάλουν Γκονγκ φτάσει σε ορισμένο στάδιο, το Φάλουν μπορεί αυτομάτως να μετασχηματιστεί και να τον επαναφορτίσει, όση Ενέργεια Καλλιέργειας και αν αυτός έχει χρησιμοποιήσει. Το Φάλουν διατηρεί αυτομάτως το επίπεδο ενεργειακού δυναμικού των ασκούμενων. Η Ενέργεια Καλλιέργειας ποτέ δεν ελαττώνεται. Αυτό είναι χαρακτηριστικό του Φάλουν Γκονγκ. Οι Εξαιρετικές Ικανότητες δεν μπορεί να χρησιμοποιούνται πριν από αυτό το σημείο.

4. Τρίτο Μάτι (Τιένμου)

(1) Άνοιγμα του Τρίτου Ματιού

Η βασική δίοδος του Τρίτου Ματιού βρίσκεται ανάμεσα στη μέση του μετώπου και το Σάνγκεν [εκεί που βρίσκεται η γέφυρα της μύτης]. Ο τρόπος με τον οποίο οι συνηθισμένοι άνθρωποι βλέπουν τα πράγματα με γυμνό μάτι, βασίζεται στον ίδιο κανόνα με το να τραβάς εικόνες με φωτογραφική μηχανή. Ανάλογα με την απόσταση του αντικειμένου και την ένταση του φωτός, με τη ρύθμιση του φακού ή του μεγέθους της κόρης του ματιού, οι εικόνες μορφοποιούνται, με τα οπτικά νεύρα, πάνω στην επίφυση που βρίσκεται στο πίσω μέρος του εγκεφάλου. Η Εξαιρετική Ικανότητα της διαπεραστικής όρασης είναι στην πραγματικότητα το

να κοιτάζει η επίφυση κατευθείαν έξω, με το Τρίτο Μάτι. Το Τρίτο Μάτι ενός μέσου ατόμου δεν είναι ανοικτό, καθώς η οπή της κυρίας διόδου είναι πολύ σφιχτή και σκοτεινή. Μέσα εκεί, δεν υπάρχει Ζωτική Ουσία ούτε λαμπερό φως. Οι δίοδοι μερικών ανθρώπων είναι μπλοκαρισμένες, επομένως αυτοί δεν μπορούν να δουν.

Για να ανοίξουμε το Τρίτο Μάτι, πρώτον, χρησιμοποιούμε είτε εξωτερική δύναμη είτε αυτοκαλλιέργεια για να ανοίξει η δίοδος. Το σχήμα της διόδου ποικίλει σε κάθε άτομο, και υπάρχουν ωοειδή, στρογγυλά, ρομβοειδή και τριγωνικά σχήματα. Όσο καλύτερα ασκείστε, τόσο πιο κυκλική μπορεί να γίνει η δίοδος. Δεύτερον, ο δάσκαλος σας παρέχει ένα μάτι. Εάν καλλιεργείστε από μόνοι σας, τότε πρέπει να φτιάξετε εσείς οι ίδιοι ένα. Τρίτον, πρέπει να υπάρχει Ζωτική Ουσία εκεί που βρίσκεται το Τρίτο Μάτι σας.

Συνήθως βλέπουμε τα πράγματα χρησιμοποιώντας τα δύο μας μάτια τα συνηθισμένα. Είναι ακριβώς αυτά τα δύο μάτια που έχουν μπλοκάρει το πέρασμά μας προς άλλες διαστάσεις. Αυτά λειτουργούν ως ασπίδα, έτσι μπορούμε να δούμε μόνο αντικείμενα που υπάρχουν στη δική μας φυσική διάσταση. Το άνοιγμα του Τρίτου Ματιού επιτρέπει σε κάποιον να δει χωρίς να χρησιμοποιήσει αυτά τα δύο μάτια. Όταν καλλιεργούμενοι φτάσετε σε ανώτερο επίπεδο, μπορείτε ακόμα να αποκτήσετε ένα Αληθινό Μάτι. Κατόπιν μπορείτε να χρησιμοποιείτε αυτό το Αληθινό Μάτι μαζί με το Αληθινό Μάτι που θα έχετε στο σημείο του Τρίτου Ματιού ή με το Αληθινό Μάτι του σημείου Σάνγκεν για να βλέπετε. Σύμφωνα με τη Σχολή του Φο: κάθε πόρος είναι μάτι. Υπάρχουν μάτια σε όλο το σώμα. Σύμφωνα με τη Σχολή του Τάο: κάθε σημείο βελονισμού είναι μάτι. Πάντως, η βασική δίοδος βρίσκεται στο Τρίτο Μάτι. Αυτή πρέπει να ανοίξει πρώτα. Στο σεμινάριο, φύτεψα μέσα στον καθένα ό,τι χρειάζεται για να μπορεί να ανοίξει το Τρίτο Μάτι του. Λόγω της διαφοράς στη σωματική ποιότητα των ανθρώπων, όμως, τα αποτελέσματα ήταν ποικίλα για τον καθένα, ανάλογα με την φυσική του κατάσταση. Μερικοί είδαν μαύρη τρύπα που έμοιαζε με βαθύ πηγάδι, το οποίο σημαίνει ότι η δίοδος του Τρίτου Ματιού είναι σκοτεινή. Άλλοι είδαν φωτεινό πέρασμα. Το Τρίτο Μάτι τους είναι έτοιμο να ανοίξει, εάν μπορέσουν και δουν κάποιο αντικείμενο μπροστά στο άνοιγμα. Μερικοί είδαν αντικείμενα να περιστρέφονται. Αυτά είναι εκείνα που τους φύτεψε ο δάσκαλος για να ανοίξει το Τρίτο Μάτι τους. Μόλις το Τρίτο Μάτι τρυπήσει κι ανοίξει θα μπορείτε να βλέπετε. Μερικοί, με το Τρίτο Μάτι τους, μπορούν να δουν ένα μεγάλο μάτι και νομίζουν ότι αυτό είναι το μάτι του Φο. Στην πραγματικότητα, είναι το δικό τους μάτι. Αυτοί είναι συνήθως άνθρωποι με σχετικά καλή εγγενή ποιότητα.

Σύμφωνα με τις στατιστικές μας, σε κάθε σεμινάριο σε περισσότερους από τους μισούς άνοιξε το Τρίτο Μάτι τους. Κάποιο πρόβλημα μπορεί να προκύψει αφότου ανοίξει το Τρίτο Μάτι. Αυτό είναι ότι οι άνθρωποι των οποίων το Σίνσινγκ δεν είναι ψηλό μπορεί εύκολα να χρησιμοποιήσουν το Τρίτο Μάτι τους για να κάνουν κακά πράγματα. Προκειμένου να αποτρέψω αυτό το πρόβλημα, ανοίγω το Τρίτο Μάτι σας απευθείας στο επίπεδο της Όρασης της Σοφίας, με άλλα λόγια σε προηγμένο επίπεδο. Αυτό θα σας επιτρέψει απευθείας, να δείτε σκηνές από άλλες διαστάσεις και να δείτε πράγματα που μπορεί να παρουσιαστούν κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας και αυτό θα σας κάνει να τα πιστέψετε. Αυτό το γεγονός, θα ενισχύσει την εμπιστοσύνη σας στην καλλιέργεια. Όσοι μόλις άρχισαν την άσκηση έχουν Σίνσινγκ που δεν έχει φθάσει ακόμα σε επίπεδο που να ξεπερνά το επίπεδο των συνηθισμένων ανθρώπων. Επομένως, μόλις αποκτήσουν Εξαιρετικές Ικανότητες, είναι εύκολο για αυτούς να τις χρησιμοποιήσουν λαθεμένα. Θα σας πω κάποιο παράδειγμα σαν αστείο, εάν περπατάτε στο δρόμο και βρεθείτε σε κάποιο πρακτορείο λαχείων, μπορεί να καταφέρετε να φύγετε από εκεί με τον πρώτο λαχνό. Αυτό εξηγεί τι εννοώ. Κάτι τέτοιο δεν επιτρέπεται να συμβεί. Άλλος ένας λόγος είναι ότι εμείς εδώ, ανοίγουμε το Τρίτο Μάτι σε μεγάλο πλήθος ανθρώπων. Υποθέτοντας ότι καθενός το Τρίτο Μάτι άνοιξε στο χαμηλότερο επίπεδο, φανταστείτε απλώς ότι εάν ο καθένας μπορούσε να δει διαπερνώντας το ανθρώπινο

σώμα ή μπορούσε να δει αντικείμενα πίσω από τους τοίχους, θα μπορούμε ακόμα να μιλάμε για ανθρώπινη κοινωνία; Αυτό θα είχε τεράστιο αντίκτυπο στις συνθήκες λειτουργίας της κοινωνίας των συνηθισμένων ανθρώπων, επομένως, αυτό ούτε επιτρεπτό είναι, ούτε εφικτό. Επιπλέον, δεν κάνει καθόλου καλό στους ασκούμενους και μόνο που θα ενθάρρυνε τις προσκολλήσεις τους. Επομένως, δεν μπορούμε να ανοίξουμε το Τρίτο Μάτι σας σε χαμηλότερο επίπεδο. Αντί για αυτό, το ανοίγουμε αμέσως σε ψηλότερο επίπεδο.

(2) Επίπεδα του Τρίτου Ματιού

Το Τρίτο Μάτι έχει διάφορα επίπεδα. Ανάλογα με το επίπεδο, βλέπει διαφορετικές διαστάσεις. Σύμφωνα με το Βουδισμό, υπάρχουν πέντε επίπεδα: η Βιολογική Όραση, η Ουράνια Όραση, η Όραση της Σοφίας, η Όραση του Νόμου και η Όραση του Φο. Κάθε επίπεδο υποδιαιρείται σε ανώτερο, μέσο και κατώτερο. Στα επίπεδα κάτω από την Ουράνια Όραση, μπορεί κανείς να παρατηρήσει μόνο τον υλικό μας κόσμο. Μόνο σε επίπεδα πάνω από την Όραση της Σοφίας θα είναι σε θέση να παρατηρήσει άλλες διαστάσεις. Μερικοί έχουν την Εξαιρετική Ικανότητα της διαπεραστικής όρασης, με ακρίβεια καλύτερη από αυτή της ανίχνευσης με αξονικό τομογράφο. Πάντως, όσα μπορούν να δουν είναι ακόμα μέσα σε αυτόν τον φυσικό κόσμο και δεν έχουν υπερβεί τη διάσταση στην οποία υπάρχουμε. Θεωρείται ότι δεν έχουν φτάσει στο εξελιγμένο επίπεδο του Τρίτου Ματιού.

Το επίπεδο του Τρίτου Ματιού εξαρτάται από την ποσότητα της Ζωτικής Ουσίας του ατόμου όπως και από το πλάτος, τη φωτεινότητα και το βαθμό μπλοκαρίσματος του κύριου περάσματος. Η εσωτερική Ζωτική Ουσία είναι κρίσιμη για το πόσο πολύ μπορεί να ανοίξει το Τρίτο Μάτι. Είναι ιδιαίτερα εύκολο να ανοιχτεί το Τρίτο Μάτι σε παιδιά κάτω από την ηλικία των έξι ετών. Δεν χρειάζεται να χρησιμοποιήσω ούτε και το χέρι μου. Ανοίγει μόλις αρχίσω να μιλάω, επειδή τα παιδιά έχουν υποστεί ελάχιστη αρνητική επιρροή από τον φυσικό μας κόσμο και δεν έχουν διαπράξει κανένα κακό. Η Ζωτική Ουσία τους είναι πολύ καλά διατηρημένη. Για τα παιδιά μετά την ηλικία των έξι ετών, το Τρίτο Μάτι τους θα γίνεται όλο και περισσότερο δύσκολο να ανοιχτεί λόγω της αυξανόμενης αρνητικής επιρροής από το εξωτερικό καθώς μεγαλώνουν. Ιδιαίτερα, καθώς με την νοσηρή ανατροφή γίνονται κακομαθημένα και χωρίς ήθος, όλα αυτά μπορούν να κατασπαταλήσουν τη Ζωτική Ουσία τους και μετά από κάποιο βαθμό, να την χάσουν τελείως. Όσοι χάνουν εντελώς τη Ζωτική Ουσία τους, μπορούν βαθμιαία να την ανακτήσουν με την καλλιέργεια. Ωστόσο, απαιτείται μακρά χρονική περίοδος και πολλή προσπάθεια. Συμπερασματικά, η Ζωτική Ουσία είναι εξαιρετικά πολύτιμη.

Δεν συνιστώ το Τρίτο Μάτι των ανθρώπων να ανοίγει στο επίπεδο της Ουράνιας Όρασης επειδή όταν το Ενεργειακό Δυναμικό του καλλιεργητή είναι χαμηλό, χάνει περισσότερη ενέργεια κοιτάζοντας τα αντικείμενα από όση συλλέγει με την καλλιέργεια. Εάν χαθεί πάρα πολλή ουσιαστική ενέργεια, το Τρίτο Μάτι μπορεί να κλείσει για άλλη μια φορά. Από την στιγμή που θα κλείσει, δεν θα είναι εύκολο να ξανανοίξει. Επομένως, όταν ανοίγω το Τρίτο Μάτι των ανθρώπων, το ανοίγω συνήθως στο επίπεδο της Όρασης της Σοφίας. Ανεξάρτητα από το πόσο καθαρή ή συγκεχυμένη είναι η όρασή τους, οι καλλιεργητές θα είναι σε θέση να δουν αντικείμενα σε άλλες διαστάσεις. Επηρεασμένοι από εγγενείς συνθήκες, μερικοί μπορούν να δουν ευκρινώς, ενώ κάποιοι άλλοι βλέπουν τα πράγματα με διαλείψεις και άλλοι τα βλέπουν συγκεχυμένα. Πάντως το λιγότερο, θα είστε σε θέση να δείτε φως. Κατά συνέπεια, είναι ευεργετικό σε όσους κάνουν καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Όσοι δεν μπορούν να δουν ευκρινώς, αυτό θα είναι σε θέση να το αντισταθμίσουν με την καλλιέργεια.

Όσοι στερούνται τη Ζωτική Ουσία, βλέπουν μόνο ασπρόμαυρες εικόνες με το Τρίτο Μάτι τους. Όσοι έχουν σχετικά περισσότερη Ζωτική Ουσία, το Τρίτο Μάτι τους θα είναι σε θέση να δει έγχρωμες σκηνές και σε ευκρινέστερη μορφή. Όσο περισσότερη είναι η Ζωτική

Ουσία, τόσο καλύτερη είναι η ευκρίνεια. Παρόλα αυτά, κάθε άτομο είναι διαφορετικό. Μερικοί γεννιούνται με ανοιχτό το Τρίτο Μάτι, ενώ σε κάποιους άλλους μπορεί να είναι φραγμένο γερά. Όταν το Τρίτο Μάτι ανοίγει, μοιάζει με λουλούδι που ανθίζει, στο οποίο ανοίγει το ένα πέταλο μετά το άλλο. Κατά τη διάρκεια του διαλογισμού, αρχικά θα ανακαλύψετε φωτισμό στην περιοχή του Τρίτου Ματιού. Στην αρχή, ο φωτισμός δεν είναι τόσο λαμπερός και αργότερα γίνεται κόκκινος. Το Τρίτο Μάτι μερικών ανθρώπων είναι κλειστό πολύ σφιχτά, έτσι η αρχική αντίδρασή τους μπορεί να είναι αρκετά ισχυρή. Θα αισθανθούν τους μυς γύρω από την πρωταρχική δίοδο και το Σάνγκεν να τεντώνουν σαν να συμπιέζονται και να σφίγγονται προς τα μέσα. Οι κρόταφοι και το μέτωπο αρχίζουν να δίνουν την αίσθηση πως πρήζονται και πονούν, και όλα αυτά είναι αντιδράσεις στο άνοιγμα του Τρίτου Ματιού. Οι άνθρωποι των οποίων το Τρίτο Μάτι ανοίγει εύκολα μπορούν περιστασιακά να δουν ορισμένα πράγματα. Στο σεμινάριο, υπήρξαν άνθρωποι που τυχαία είδαν το Σώμα Του Νόμου (Φάσεν) μου. Όταν προσπάθησαν να το κοιτάξουν σκόπιμα, εξαφανίστηκε. Στην πραγματικότητα, χρησιμοποίησαν τα βιολογικά μάτια τους. Πρέπει να παραμείνετε στην ίδια κατάσταση όταν βλέπετε πράγματα με τα μάτια κλειστά και βαθμιαία θα τα δείτε καλύτερα. Όταν προσπαθήσατε να τα παρατηρήσετε καλύτερα, στην πραγματικότητα περάσατε στη χρησιμοποίηση των βιολογικών σας ματιών και χρησιμοποίησατε το οπτικό νεύρο. Τότε, δεν είστε σε θέση να δείτε τίποτα.

Τρίτο Μάτι διαφορετικού επιπέδου μπορεί να αντιληφθεί διαφορετική διάσταση. Μερικά επιστημονικά ερευνητικά τμήματα δεν καταλαβαίνουν αυτόν τον βασικό κανόνα, με αποτέλεσμα σε πειράματα Ενεργειακής Άσκησης να μην επιτυγχάνουν να φθάσουν στην προσχεδιασμένη έκβαση. Κατά περιόδους, μερικά πειράματα οδήγησαν ακόμα και σε αντίθετα συμπεράσματα. Για παράδειγμα, κάποιο ίδρυμα σχεδίασε μια μέθοδο για να εξετάσει τις Εξαιρετικές Ικανότητες. Ζήτησαν από τους δασκάλους της Ενεργειακής Άσκησης να δουν τι περιείχε σφραγισμένο κιβώτιο. Επειδή τα επίπεδα του Τρίτου Ματιού τους ήταν διαφορετικά μεταξύ τους, οι απαντήσεις τους δεν ήταν όλες οι ίδιες. Από αυτό, το ερευνητικό προσωπικό θεώρησε το Τρίτο Μάτι ψεύτικο και παραπλανητικό. Συνήθως, άνθρωποι με Τρίτο Μάτι χαμηλού επιπέδου επιτυγχάνουν καλύτερα αποτελέσματα με αυτό το είδος πειράματος επειδή το Τρίτο Μάτι τους ανοίγει στο επίπεδο της Ουράνιας Όρασης, που είναι κατάλληλη μόνο για την παρατήρηση αντικειμένων σε αυτήν την φυσική διάσταση. Έτσι, όσοι δεν καταλαβαίνουν το Τρίτο Μάτι νομίζουν ότι αυτοί είναι που κατέχουν τις ανώτατες Εξαιρετικές Ικανότητες. Οποιοδήποτε αντικείμενο, είτε οργανικό είναι είτε ανόργανο, εμφανίζεται με διαφορετικά σχήματα και μορφές σε διαφορετικές διαστάσεις. Για παράδειγμα, αμέσως μόλις κατασκευάζεται κάποιο γυαλί, δημιουργείται μια ευφυής ύπαρξη σε κάποια διαφορετική διάσταση. Επιπλέον, ακόμα και πριν από τη δημιουργία αυτής της ύπαρξης, μπορεί να ήταν κάτι το διαφορετικό. Όταν το Τρίτο Μάτι είναι ανοιγμένο στο χαμηλότερο επίπεδο, βλέπει κανένας γυαλί. Σε ψηλότερο επίπεδο, φθάνει κανένας να βλέπει την ύπαρξη που υπάρχει στην άλλη διάσταση. Σε ακόμα ανώτερο επίπεδο, βλέπει κανένας τη μορφή της ουσίας, πριν από την γέννηση της ευφυούς εκείνης ύπαρξης.

(3) Όραση από μακριά

Αφού ανοίξει το Τρίτο Μάτι, για μερικούς, θα προκύψει η Εξαιρετική Ικανότητα της διόρασης. Θα είναι σε θέση να δουν αντικείμενα χιλιάδες μίλια μακριά. Κάθε άτομο καταλαμβάνει το δικό του χώρο που είναι ισομεγέθους με το Σύμπαν. Μέσα στον ιδιαίτερο χώρο του, έχει έναν καθρέφτη μπροστά στο μέτωπό του, αόρατο στη διάστασή μας. Ο καθένας έχει αυτόν τον καθρέφτη, απλώς σε όσους δεν ασκούνται αντανακλά προς τα μέσα. Στους καλλιεργητές, αυτός ο καθρέφτης σταδιακά αναστρέφεται. Μόλις αναστραφεί αυτός ο καθρέφτης μπορεί να απεικονίσει ό,τι ο καλλιεργητής θέλει να δει. Στον ιδιαίτερο χώρο του ο καθένας είναι εξαιρετικά μεγάλος, κολοσσιαίος. Το σώμα του είναι τεράστιο. Το ίδιο και ο

καθρέφτης του. Οτιδήποτε θέλει να δει ο καλλιεργητής μπορεί να απεικονιστεί πάνω στον καθρέφτη. Πάντως, μόλις η εικόνα συλληφθεί από τον καθρέφτη, αυτός δεν είναι ακόμα ικανός να τη δει. Η εικόνα θα παραμείνει στον καθρέφτη για κλάσμα δευτερολέπτου, κατόπιν ο καθρέφτης θα αναστραφεί, επιτρέποντας σας να δείτε την εικόνα των αντικειμένων που συνέλαβε. Θα ξαναγυρίσει έπειτα πίσω πολύ γρήγορα. Αναστρέφεται μπρος-πίσω ασταμάτητα. Οι κινηματογραφικές ταινίες για να δείξουν συνεχή κίνηση, κινούν 24 καρέ ανά δευτερόλεπτο. Η ταχύτητα με την οποία ο καθρέφτης αναστρέφεται είναι πολύ μεγαλύτερη από τις ταινίες, επομένως οι εικόνες φαίνονται συνεχείς και ευκρινείς. Αυτή είναι η διόραση και τόσο απλός είναι ο βασικός της κανόνας. Παλιά αυτός ήταν μυστικός, όμως εγώ τον αποκαλύπτω σε λίγες μόνο γραμμές.

(4) Διαστάσεις

Οι διαστάσεις, με βάση όσα έχουμε δει, είναι πολύ περίπλοκες. Η ανθρωπότητα γνωρίζει μόνο για τη διάσταση στην οποία τα ανθρώπινα όντα υπάρχουν αυτήν τη στιγμή, και οι άλλες διαστάσεις δεν έχουν ακόμα εξερευνηθεί ή ανιχνευθεί. Όταν πρόκειται για άλλες διαστάσεις, οι δάσκαλοί μας της Ενεργειακής Άσκησης έχουν δει ήδη δεκάδες επίπεδα διαστάσεων, που μπορεί ακόμα και να εξηγηθούν θεωρητικά, αλλά δεν μπορούν να αποδειχθούν από την επιστήμη. Ορισμένα πράγματα, ακόμα κι αν δεν παραδέχεστε την ύπαρξή τους, έχουν πραγματικά απεικονιστεί στη διάστασή μας. Για παράδειγμα, υπάρχει κάποια περιοχή που αποκαλείται Τρίγωνο των Βερμούδων ή αλλιώς «το τρίγωνο του διαβόλου». Μερικά πλοία έχουν εξαφανιστεί σε εκείνη την περιοχή. Μερικά αεροπλάνα έχουν επίσης εξαφανιστεί, και επανεμφανίστηκαν χρόνια αργότερα. Κανένας δεν μπορεί να εξηγήσει το γιατί. Κανένας δεν έχει υπερβεί τα όρια των διαδικασιών της ανθρώπινης σκέψης και των θεωριών. Στην πραγματικότητα, αυτή εκεί η ζώνη, αποτελεί πέρασμα που οδηγεί σε άλλη διάσταση. Αυτό το πέρασμα δεν έχει πόρτα όπως είναι συνήθως οι δικές μας, που έχουν καθορισμένη θέση, αντιθέτως παραμένει σε κατάσταση απρόβλεπτη. Εάν συμβεί το σκάφος να εισέλθει όταν ανοίγει τυχαία η πόρτα, εύκολα μπορεί να περάσει στην άλλη διάσταση. Τα ανθρώπινα όντα δεν μπορούν να αισθανθούν τη διαφορά ανάμεσα στις διαστάσεις, και εισέρχονται στην άλλη διάσταση αστραπιαία. Η απόσταση μεταξύ των διαστάσεων δεν μπορεί να εκφραστεί σε μίλια, όπως «χιλιάδες μίλια μακριά». Όλα συγκλίνουν εδώ, σε ένα σημείο. Οι διαφορετικές διαστάσεις υπάρχουν πραγματικά στην ίδια θέση ταυτόχρονα. Το σκάφος ταλαντεύεται εκεί μέσα για μια στιγμή και επιστρέφει έξω πάλι τυχαία. Πάντως, έχουν περάσει πολλά χρόνια σε αυτόν τον κόσμο, επειδή ο χρόνος σε αυτές τις δύο διαστάσεις είναι διαφορετικός. Επιπλέον μέσα σε κάθε διάσταση συνυπάρχουν κόσμοι των οποίων η συνολική δομή φαίνεται πολύ σύνθετη και προσομοιάζει με το πρότυπο της μοριακής δομής που εμείς έχουμε: σφαίρα που συνδέεται με δεσμούς με άλλες σφαίρες. Δηλαδή δομή πολύ σύνθετη στην οποία περιέχονται πολλοί δεσμοί και σφαίρες.

Τέσσερα χρόνια πριν από το Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, κάποιος βρετανός πιλότος πραγματοποιούσε αποστολή. Στη μέση της πτήσης του, έπεσε πάνω σε σφοδρή καταιγίδα. Χρησιμοποιώντας την πείρα του, βρήκε κάποιον εγκαταλειμμένο αερολιμένα. Τη στιγμή που ο αερολιμένας παρουσιάστηκε μπροστά στα μάτια του, εμφανίστηκε τελείως διαφορετική εικόνα: ξαφνικά ήταν λιακάδα και αιθρία σαν να είχε μόλις αναδυθεί από άλλο κόσμο. Τα αεροπλάνα στον αερολιμένα ήταν βαμμένα κίτρινα, και οι άνθρωποι στο έδαφος ήταν απασχολημένοι κάνοντας διάφορα πράγματα. Αισθάνθηκε πολύ περίεργα. Αφού προσεδαφίστηκε, κανένας δεν τον αναγνώρισε, ούτε ο πύργος ραντάρ ήρθε σε επαφή μαζί του. Ο πιλότος αποφάσισε να φύγει αφού άνοιξε ο καιρός. Πέταξε πάλι και στην ίδια απόσταση όπου είχε δει τον αερολιμένα μερικές στιγμές πριν, βρέθηκε πάλι σε καταιγίδα. Στο τέλος κατόρθωσε να επιστρέψει. Όταν ανέφερε την κατάσταση, την οποία κατέγραψε ακόμα και στο ημερολόγιο πτήσης, ο ανώτερός του δεν τον πίστεψε. Τέσσερα χρόνια αργότερα,

ξέσπασε ο Β΄ Παγκόσμιος Πόλεμος. Μετατέθηκε σε εκείνον τον εγκαταλειμμένο αερολιμένα. Αμέσως θυμήθηκε ότι ήταν ακριβώς η ίδια σκηνή που είχε δει τέσσερα χρόνια πριν. Οι δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης ξέρουν περί τίνος όλο αυτό επρόκειτο. Έκανε τέσσερα χρόνια νωρίτερα, αυτό που έπρεπε να κάνει αργότερα. Με άλλα λόγια, πριν αρχίσει το έργο, πήγε εκεί και έπαιξε εκείνη την σκηνή από πριν και στη συνέχεια επέστρεψε στην αρχική σκηνή και συνέχισε το παίξιμο με την σωστή χρονική σειρά.

5. Θεραπεία με Ενεργειακή Άσκηση και νοσοκομειακή περίθαλψη

Θεωρητικά, οι θεραπείες που γίνονται με Ενεργειακή Άσκηση είναι τελείως διαφορετικές από τις θεραπείες που γίνονται στα νοσοκομεία. Στον δυτικό κόσμο οι θεραπείες χρησιμοποιούν τις μεθόδους της συνηθισμένης ανθρώπινης κοινωνίας. Παρά τα μέσα διάγνωσης και εξέτασης με ακτίνες Χ, μπορεί να παρατηρηθούν μόνο οι περιοχές της ασθένειας που αντιστοιχούν σε αυτήν την διάσταση και όχι πληροφορίες που υπάρχουν σε άλλες διαστάσεις. Επομένως δεν γίνεται κατανοητή η αιτία της ασθένειας. Εάν ο ασθενής δεν είναι σοβαρά άρρωστος, τα φάρμακα μπορεί να περιορίσουν ή ακόμα και να διώξουν τις αιτίες της ασθένειας (κάποιος ιός για τους δυτικούς γιατρούς, καρμικό χρέος για την Ενεργειακή Άσκηση). Στις περιστάσεις όπου η ασθένεια είναι σοβαρή, το φάρμακο είναι ατελέσφορο. Εάν η χορήγηση φαρμάκων αυξηθεί, μπορεί κανένας να μην είναι σε θέση να το αντέξει. Επειδή όλες οι ασθένειες δεν υπόκεινται στους Νόμους αυτού του κόσμου, μερικές ασθένειες είναι πολύ σοβαρές, υπερβαίνοντας τα πλαίσια αυτού του κόσμου. Επομένως τα νοσοκομεία δεν είναι σε θέση να τις θεραπεύσουν.

Η κινέζικη ιατρική είναι η παραδοσιακή ιατρική επιστήμη στη χώρα μας [Κίνα]. Είναι αδιαχώριστη από τις Εξαιρετικές Ικανότητες που αναπτύσσονται με την καλλιέργεια του ανθρώπου. Οι αρχαίοι έδωσαν ιδιαίτερη προσοχή στην καλλιέργεια του σώματος του ανθρώπου. Η Σχολή του Κομφούκιου, η Σχολή του Τάο και η Σχολή του Φο, συμπεριλαμβανομένων και των μαθητών του Κομφούκιου, όλοι μίλησαν για τον διαλογισμό. Ο διαλογισμός θεωρήθηκε ικανότητα. Ακόμα κι αν δεν εξάσκησαν την καλλιέργεια, στην πορεία του χρόνου, ανέπτυξαν ωστόσο Ενεργειακό Δυναμικό και Εξαιρετικές Ικανότητες. Γιατί ο κινέζικος βελονισμός ανίχνευσε με τόση σαφήνεια τα κανάλια στο σώμα του ανθρώπου; Γιατί τα σημεία βελονισμού δεν συνδέονται οριζόντια; Ούτε διασταυρώνονται; Ή γιατί συνδέονται κάθετα; Γιατί σχεδιάστηκαν με τέτοια ακρίβεια; Οι σύγχρονοι άνθρωποι που κατέχουν Εξαιρετικές Ικανότητες, μπορούν να δουν με τα μάτια τους, το ίδιο πράγμα που απεικονίστηκε από τους Κινέζους γιατρούς. Αυτό συμβαίνει επειδή οι αρχαίοι κινέζοι γιατροί γενικά κατείχαν Εξαιρετικές Ικανότητες. Στην κινέζικη ιστορία οι Λι Σιζεν, Σαν Σιμιαο, Μπιαν Τσουε, και Χουα Τουο στην πραγματικότητα ήταν όλοι τους δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης και κατείχαν Εξαιρετικές Ικανότητες. Η κινέζικη ιατρική, έχοντας φθάσει μέχρι το σήμερα, έχει χάσει το μέρος της που συνδέεται με τις Εξαιρετικές Ικανότητες και κράτησε μόνο την τεχνική. Στο παρελθόν, οι κινέζοι γιατροί χρησιμοποιούσαν μόνο τα μάτια τους (σε συνδυασμό με τις Εξαιρετικές Ικανότητες) για να εντοπίσουν τις ασθένειες. Αργότερα, ανέπτυξαν και την μέθοδο της μέτρησης των σφυγμών. Εάν οι Εξαιρετικές Ικανότητες προσθέτονταν ξανά στην κινέζικη μέθοδο θεραπείας, μπορεί να πει κανένας ότι η δυτική ιατρική δεν θα ήταν σε θέση να συναγωνισθεί τους Κινέζους γιατρούς για πολλά χρόνια μετά.

Η θεραπεία με την χρήση Ενεργειακής Άσκησης απαλλάσσει από την πρωταρχική αιτία της ασθένειας. Εγώ θεωρώ την ασθένεια ως είδος κάρμα. Η θεραπεία κάποιας ασθένειας βοηθάει ώστε να μικραίνει το κάρμα. Μερικοί δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης θεραπεύουν τις ασθένειες βοηθώντας τον ασθενή να αποβάλλει τη μαύρη Ζωτική Ενέργεια, χρησιμοποιώντας τη μέθοδο αποβολής και συμπλήρωσης της Ζωτικής Ενέργειας. Σε πολύ

χαμηλό επίπεδο, αποβάλλουν μαύρη Ζωτική Ενέργεια. Πάντως δεν ξέρουν την πρωταρχική αιτία της μαύρης Ζωτικής Ενέργειας. Όταν αυτή η μαύρη Ζωτική Ενέργεια επιστρέφει, η ασθένεια υποτροπιάζει. Όταν αυτή η μαύρη Ζωτική Ενέργεια επιστρέφει, η ασθένεια επιστρέφει. Η αλήθεια είναι ότι η μαύρη Ζωτική Ενέργεια δεν είναι η αιτία της ασθένειας - η ύπαρξη μαύρης Ζωτικής Ενέργειας μόνο ταλαιπωρία φέρνει στον ασθενή. Η πρωταρχική αιτία της ασθένειάς του είναι κάποια ευφυής ύπαρξη που υπάρχει σε κάποια άλλη διάσταση. Πολλοί δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης δεν το γνωρίζουν αυτό. Δεδομένου ότι εκείνη η ευφυής ύπαρξη είναι πολύ δυνατή, οι μέσοι άνθρωποι δεν μπορούν να την αγγίξουν, ούτε τολμούν κάτι τέτοιο. Η θεραπεία με το Φάλουν Γκονγκ επικεντρώνεται και αρχίζει με εκείνη την ευφυή ύπαρξη, απαλείφοντας έτσι την πρωταρχική αιτία της ασθένειας. Επιπλέον, σε εκείνη την περιοχή εγκαθίσταται ασπίδα έτσι ώστε η ασθένεια να μην είναι σε θέση στο μέλλον να ξαναπροσβάλλει.

Η Ενεργειακή Άσκηση μπορεί να θεραπεύσει τις ασθένειες αλλά δεν μπορεί να παρέμβει στις συνθήκες λειτουργίας της συνηθισμένης κοινωνίας. Εάν εφαρμοζόταν σε ευρεία κλίμακα, θα παρεμπόδιζε τις συνθήκες λειτουργίας της συνηθισμένης ανθρώπινης κοινωνίας, πράγμα το οποίο δεν επιτρέπεται. Ούτε το αποτέλεσμα θα ήταν καλό. Όπως όλοι ξέρετε, υπάρχουν άνθρωποι που έχουν ανοίξει διαγνωστικές κλινικές με Ενεργειακή Άσκηση, νοσοκομεία με Ενεργειακή Άσκηση και κέντρα αποκατάστασης με Ενεργειακή Άσκηση. Προτού να ανοίξουν αυτές τις επιχειρήσεις, η έκβαση των θεραπειών μπορεί να ήταν αποδεκτή. Μόλις όμως άνοιξαν επιχείρηση που θεραπεύει ασθένειες, η αποτελεσματικότητά τους έπεσε κατακόρυφα. Αυτό συμβαίνει για να απαγορευθεί στους ανθρώπους η χρησιμοποίηση του υπερφυσικού Νόμου για την εκπλήρωση των λειτουργιών της συνηθισμένης ανθρώπινης κοινωνίας. Κάτι τέτοιο αναμφίβολα θα υποβίβαζε τον Νόμο, σε Νόμο χαμηλού επιπέδου της συνηθισμένης ανθρώπινης κοινωνίας.

Η χρησιμοποίηση Εξαιρετικών Ικανοτήτων για να κοιτάξει κανένας μέσα από κάποιο ανθρώπινο σώμα, προσομοιάζει με την παρατήρηση με αξονικό τομογράφο. Μπορεί να φανούν οι μαλακοί ιστοί, όπως και οποιοδήποτε άλλο μέρος του σώματος. Αν και η σύγχρονη ανίχνευση με αξονικό τομογράφο είναι σε θέση να δει με μεγάλη ευκρίνεια, τελικά δεν πρόκειται παρά μόνο για μηχανή, πολύ χρονοβόρα, που χρησιμοποιεί πολύ φιλμ και είναι πολύ αργή και δαπανηρή. Δεν είναι τόσο ακριβής και κατάλληλη όσο οι Εξαιρετικές Ικανότητες του ανθρώπου. Κλείνοντας τα μάτια για γρήγορη ανασκόπηση, οι δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης είναι σε θέση να βλέπουν οποιοδήποτε σημείο στον ασθενή αμέσως και ευκρινώς. Αυτό δεν είναι ψηλή τεχνολογία; Αυτή η ψηλή τεχνολογία είναι ακόμα πιο προηγμένη από την σύγχρονη ψηλή τεχνολογία. Πάντως, αυτό το είδος ικανότητας υπήρχε ήδη στην αρχαία Κίνα. Ήταν η ψηλή τεχνολογία των αρχαίων χρόνων. Ο Χούα Τούο ανακάλυψε την ανάπτυξη όγκων στον εγκέφαλο του Τσάο Τσάο και θέλησε να εκτελέσει χειρουργική επέμβαση σε αυτόν. Ο Τσάο Τσάο δεν μπορούσε να το δεχθεί αυτό και θεώρησε ότι είχε πρόθεση να τον βλάψει. Έβαλε να συλλάβουν τον Χούα Τούο. Στο τέλος, ο Τσάο Τσάο πέθανε από τον όγκο του εγκεφάλου του. Υπήρξαν πολλοί γνωστοί κινέζοι γιατροί στην ιστορία που κατείχαν στην πραγματικότητα Εξαιρετικές Ικανότητες. Απλώς οι άνθρωποι σε αυτήν την σύγχρονη κοινωνία ακολουθούν με ζήλο πράγματα που τους εξυπηρετούν άμεσα και ξεχνούν τις αρχαίες παραδόσεις.

Η ψηλού επιπέδου καλλιέργεια της Ενεργειακής Άσκησής μας, πρόκειται να επανεξετάσει τα παραδοσιακά πράγματα, να τα συνεχίσει και να τα αναπτύξει με την εξάσκηση και να τα ξαναχρησιμοποιήσει προς όφελος της ανθρώπινης κοινωνίας.

6. Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο και Βουδισμός

Από τη στιγμή που αναφερόμαστε στην Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο, πολλοί σκέφτονται κάποιο ζήτημα: εφόσον ο στόχος της Σχολής του Φο είναι το να γίνεις Φο (Φωτισμένος) με την καλλιέργεια, αρχίζουν να συσχετίζουν μερικά πράγματα με το Βουδισμό. Με το παρόν έγγραφο επισήμως διευκρινίζω ότι το Φάλουν Γκονγκ είναι Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο. Είναι Ορθόδοξος, Μεγάλος Νόμος, Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο, και δεν έχει καμία σχέση με το Βουδισμό. Η Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο είναι Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο, ενώ ο Βουδισμός είναι Βουδισμός. Αν και έχουν τον ίδιο στόχο στην καλλιέργεια, παίρνουν διαφορετικά μονοπάτια. Είναι διαφορετικές υποδιαιρέσεις με διαφορετικές απαιτήσεις. Ανέφερα τη λέξη «Φο». Θα την αναφέρω πάλι αργότερα όταν μιλήσω για την καλλιέργεια ψηλότερου επιπέδου. Η ίδια η λέξη δεν μεταφέρει καμία χροιά μυστικιστική. Μερικοί τρελαίνονται όταν ακούν τη λέξη «Φο», ισχυριζόμενοι ότι διαδίδουμε προλήψεις. Δεν είναι έτσι. Η λέξη «Φο» είναι στην πραγματικότητα σανσκριτική λέξη από την Ινδία. Μεταφρασμένη σύμφωνα με την προφορά της, ονομάστηκε «Φο Τούο» [στην Κίνα]. Οι άνθρωποι παρέλειψαν το «Τούο» κρατώντας τη λέξη «Φο». Αυτό, μεταφρασμένο στα κινέζικα, σημαίνει «Ο Φωτισμένος» άτομο φωτισμένο.

(1) Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο

Αυτή τη στιγμή, δύο τύποι Ενεργειακής Άσκησης της Σχολής του Φο έχουν δοθεί στο κοινό. Ο ένας διαχωρίστηκε από το Βουδισμό. Παρήγαγε πολλούς διακεκριμένους μοναχούς μέσα στα χιλιάδες χρόνια ανάπτυξής του. Κατά τη διάρκεια της καλλιέργειάς τους, όταν καλλιεργούμενοι έφθασαν σε πολύ προηγμένο επίπεδο, υπήρξε κάποιος δάσκαλος που τους δίδαξε, έτσι ώστε μπόρεσαν και έλαβαν προσωπικές διδασκαλίες ψηλότερου επιπέδου. Στο παρελθόν, όλα αυτά μεταδίδονταν σε ένα άτομο κάθε φορά. Μόνο όταν ήταν κοντά στο τέλος της ζωής του ο διακεκριμένος μοναχός τα μετέδιδε αυτά σε έναν μαθητή ο οποίος στη συνέχεια καλλιεργούταν σύμφωνα με τη θεωρία του Βουδισμού και βελτιωνόταν ολοκληρωμένα. Αυτός ο τύπος Ενεργειακής Άσκησης φαίνεται να συνδέεται στενά με το Βουδισμό. Αργότερα, δηλαδή στην περίοδο της «Μεγάλης Πολιτιστικής Επανάστασης», οι μοναχοί εκδιώχθηκαν από τους ναούς. Αυτές οι ασκήσεις διαδόθηκαν στις δημόσιες κοινότητες όπου αναπτύχθηκαν μαζικά.

Άλλος τύπος Ενεργειακής Άσκησης είναι επίσης της Σχολής του Φο. Σε ολόκληρη τη διάρκεια της ιστορίας, αυτός ο τύπος ποτέ δεν υπήρξε μέρος του Βουδισμού. Η άσκηση γινόταν πάντα κατά ιδίαν είτε ανάμεσα στους ανθρώπους είτε βαθιά μέσα στα βουνά. Αυτές οι μέθοδοι έχουν όλες τη μοναδικότητά τους. Απαιτούν κάποιον καλό μαθητή, με τεράστια Αρετή που να είναι πραγματικά σε θέση να κάνει καλλιέργεια προηγμένου επιπέδου. Αυτό το είδος ατόμων εμφανίζεται σε αυτόν τον κόσμο μόνο μια φορά σε πολλά-πολλά χρόνια. Αυτές οι μέθοδοι δεν μπορούν να κοινοποιηθούν και απαιτούν πολύ ψηλό Σίνσινγκ. Η Ενέργεια Καλλιέργειας αναπτύσσεται επίσης πολύ γρήγορα. Αυτά τα είδη μεθόδων δεν είναι λίγα. Το ίδιο συμβαίνει και με τη Σχολή του Τάο. Αν και όλες ανήκουν στη Σχολή του Τάο, διαφοροποιούνται και διαχωρίζονται στα τμήματα Κούνλουν, Ερ Μει, Βου Ντανγκ και άλλα. Υπάρχουν διαφορετικές υποδιαιρέσεις μέσα στο κάθε τμήμα. Οι υποδιαιρέσεις έχουν πολλές διαφορές μεταξύ τους. Δεν μπορεί να αναμειγνύονται και να εξασκούνται από κοινού.

(2) Βουδισμός

Ο Βουδισμός είναι σειρά συστημάτων καλλιέργειας του ανθρώπου, που ιδρύθηκε από τον ίδιο τον Σακιαμούνι πριν περισσότερα από δύο χιλιάδες χρόνια. Προέρχεται από την εμπειρία της δικής του φώτισης και βασίστηκε στην καλλιέργεια και τις πρακτικές που

υπήρχαν ήδη στην Ινδία. Το δόγμα του συνοψίζεται σε τρεις λέξεις: «Κανόνα, Σαμάντι [διαλογισμός σε κατάσταση έκστασης], Σοφία». Ο «Κανόνας» εξυπηρετεί το «Σαμάντι». Αν και ο Βουδισμός δεν ενδιαφέρεται για ασκήσεις, στην πραγματικότητα περιέχει ασκήσεις. Οι Βουδιστές όντως εκτελούν ασκήσεις όταν κάθονται κάτω και εισέρχονται σε κατάσταση ηρεμίας. Αυτό συμβαίνει γιατί όταν κάποιος ηρεμεί και τακτοποιεί το νου του, αρχίζει να συλλέγεται στο σώμα του ενέργεια από το Σύμπαν, και με αυτόν τον τρόπο επιτυγχάνεται η εκτέλεση των ασκήσεων. Ο «Κανόνας» στον Βουδισμό αποσκοπεί στο να αφήσει όλες τις επιθυμίες που έχει κάποιο συνηθισμένο άτομο, εγκαταλείποντας όλα αυτά στα οποία είναι προσκολλημένος. Κατά συνέπεια μπορεί να φθάσει στην κατάσταση της ηρεμίας και της γαλήνης, που του επιτρέπει να εισέλθει στο «Σαμάντι». Μέσα στο «Σαμάντι», ο καθένας βελτιώνεται συνεχώς και στην συνέχεια μετατρέπεται σε άτομο Φωτισμένο και αποκτά «Σοφία». Τότε μαθαίνει για το Σύμπαν και βλέπει την αλήθεια του.

Κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας του για το Ντάρμα (Νόμο), ο Σακιαμούνι καθημερινά έκανε τρία πράγματα μόνο: δίδασκε το Ντάρμα (αρχικά, το Ντάρμα του Άρχατε) το οποίο άκουγαν οι μαθητές του, κατόπιν έπαιρνε μπόλ για να συλλέξει ελεημοσύνες (ικεσία για τρόφιμα), στη συνέχεια καλλιεργούσε τον εαυτό του καθισμένος σε διαλογισμό. Όταν ο Σακιαμούνι άφησε αυτόν τον κόσμο, ο Βραχμανισμός και ο Βουδισμός ήρθαν σε αντιπαράθεση. Μετέπειτα, αυτές οι δύο θρησκείες συγχωνεύτηκαν σε μία, και αυτό εξηγεί γιατί σήμερα ο Βουδισμός δεν υπάρχει πλέον στην Ινδία. Με τις πιο πρόσφατες εξελίξεις και δρώμενα, εμφανίστηκε ο Βουδισμός Μαχαγιάνα (Το Μεγάλο Όχημα) που διαδόθηκε στο εσωτερικό της Κίνας και έγινε ο σημερινός Βουδισμός. Ο Βουδισμός Μαχαγιάνα δεν λατρεύει τον Σακιαμούνι ως το μόνο ιδρυτή. Είναι πίστη με πολλούς Βούδες. Πιστεύει σε πολλούς Ταθαγκάτα όπως ο Βούδας Αμιτάμπα, Μπαϊσάτζαγκούρου και άλλοι. Υπάρχουν επίσης περισσότεροι κανόνες και στόχος της καλλιέργειας ήταν ανώτερος. Εκείνο τον καιρό, ο Σακιαμούνι δίδαξε το Ντάρμα του Μποντισάτβα σε λίγους μαθητές του. Αργότερα, αυτές οι διδασκαλίες αναδιοργανώθηκαν και αναπτύχθηκαν έως τον σημερινό Βουδισμό Μαχαγιάνα, ώστε να καλλιεργηθεί ο άνθρωπος μέχρι να φθάσει στο βασίλειο των Μποντισάτβα. Σήμερα, στη Νοτιοανατολική Ασία έχει διατηρηθεί, η παράδοση του Βουδισμού Χιναγιάνα (Το Μικρό Όχημα). Οι ιεροτελεστίες πραγματοποιούνται με την χρήση εξαιρετικών δυνάμεων. Στην εξελικτική διεργασία του Βουδισμού, ένα τμήμα του διαδόθηκε στο Θιβέτ, στη χώρα μας και ονομάστηκε Θιβετανικός Ταντρισμός. Ένα άλλο τμήμα του διαδόθηκε στην περιοχή Χαν [Κίνα] στο Σίνζιανγκ και ονομάστηκε Ταντρισμός Τανγκ (ο οποίος εξαφανίστηκε μετά την καταστολή του Βουδισμού κατά τη διάρκεια των χρόνων του Χουίτσανγκ). Υπήρξε κάποιο επιπρόσθετο τμήμα που γέννησε τη Γιόγκα στην Ινδία.

Ο Βουδισμός δεν σχετίζεται με ασκήσεις ή με εκτέλεση Ενεργειακής Άσκησης. Αυτό έγινε για να διατηρηθεί ο παραδοσιακός τρόπος της βουδιστικής καλλιέργειας. Αυτός είναι επίσης ο κύριος λόγος για τον οποίο ο βουδισμός έχει διαρκέσει περισσότερο από δύο χιλιάδες χρόνια και δεν απέτυχε. Είναι ακριβώς επειδή δεν αποδέχθηκε τίποτα από έξω, έτσι ώστε να είναι εύκολο να διατηρηθεί η παράδοσή του. Υπάρχουν διάφοροι τρόποι καλλιέργειας στο Βουδισμό. Ο Βουδισμός Χιναγιάνα επικεντρώνεται στην αυτοσωτηρία και στην αυτοκαλλιέργεια. Ο Βουδισμός Μαχαγιάνα έχει αναπτυχθεί ήδη έως την σωτηρία των άλλων και του εαυτού, έως την γενική σωτηρία όλων των ζώντων.

7. Σωστές και Διαστρεβλωμένες μέθοδοι καλλιέργειας

(1) Παραπόρτι και Ανορθόδοξος Τρόπος

Το Παραπόρτι και Ανορθόδοξος Τρόπος αποκαλείται επίσης και Μη-συμβατική Μέθοδος Καλλιέργειας. Πριν από την καθιέρωση της θρησκείας, υπήρξαν διάφοροι τρόποι

καλλιέργειας μέσω Ενεργειακής Άσκησης. Υπήρξαν πολλές μέθοδοι έξω από τα πλαίσια της θρησκείας που διαδίδονταν ανάμεσα στους ανθρώπους. Στην πλειονότητά τους δεν κατόρθωσαν να αποτελέσουν πλήρες σύστημα καλλιέργειας, ούτε κατείχαν ολοκληρωμένη θεωρία. Πάντως, η Μη-Συμβατική Μέθοδος Καλλιέργειας έχει τη δικιά της συστηματική, πλήρη, και μοναδικά εντατική μέθοδο καλλιέργειας, και ακόμα διαδίδεται ανάμεσα στους ανθρώπους. Αυτές οι ασκήσεις συχνά αποκαλούνται Πάνγκμεν Τσούοταο. Γιατί αποκαλούνται έτσι; Στην κυριολεξία, «Πάνγκμεν» σημαίνει «Παραπόρτι». «Τσούοταο» σημαίνει «Ανορθόδοξος Τρόπος». Οι άνθρωποι θεωρούν και τη Σχολή του Φο και τη Σχολή του Τάο Ορθόδοξους Τρόπους Καλλιέργειας και όλους τους άλλους Πάνγκμεν Τσούοταο ή Διαστρεβλωμένους Τρόπους Καλλιέργειας. Στην πραγματικότητα, δεν είναι έτσι. Το Πάνγκμεν Τσούοταο ιστορικά γινόταν στα κρυφά και διδάσκονταν σε έναν μαθητή κάθε φορά. Δεν ήταν επιτρεπτό να αποκαλύπτεται στο κοινό. Από την στιγμή που δημοσιοποιείται, οι άνθρωποι δεν το καταλαβαίνουν πολύ καλά. Επιπλέον, διακήρυσσαν ότι αυτός ο τύπος καλλιέργειας δεν ανήκει ούτε στη Σχολή του Φο ούτε στη Σχολή του Τάο. Οι αρχές καλλιέργειάς του έχουν ακριβείς απαιτήσεις όσον αφορά το Σίνσινγκ. Η καλλιέργεια γίνεται σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά του Σύμπαντος, και υποστηρίζει τις καλές πράξεις και την προστασία του Σίνσινγκ. Από τους ανθρώπους που εξασκούνται σε αυτό, οι ιδιαίτερα τελειοποιημένοι δάσκαλοι έχουν όλοι μοναδικές δεξιότητες, και μερικές από τις μοναδικές τεχνικές τους είναι επίσης ισχυρές. Έχω συναντήσει τρεις ιδιαίτερα τελειοποιημένους δασκάλους από την Μη-Συμβατική Μέθοδο Καλλιέργειας που μου δίδαξαν μερικά πράγματα που δεν μπορεί κανείς να τα βρει ούτε στη Σχολή του Φο ούτε στη Σχολή του Τάο. Αυτά ήταν όλα αρκετά δύσκολα κατά τη διαδικασία της καλλιέργειας. Κατά συνέπεια, η Ενέργεια Καλλιέργειας ήταν εξαιρετικά μοναδική. Αντιθέτως, ανάμεσα στις αποκαλούμενες σχολές καλλιέργειας του Φο και του Τάο, σε μερικές λείπουν οι ακριβείς απαιτήσεις όσον αφορά το Σίνσινγκ και επομένως η καλλιέργειά τους δεν μπορεί να οδηγήσει σε προηγμένο επίπεδο. Για αυτό, οφείλουμε να εξετάσουμε κάθε σχολή καλλιέργειας αντικειμενικά.

(2) Ενεργειακή Άσκηση των πολεμικών τεχνών

Η Ενεργειακή Άσκηση των πολεμικών τεχνών δημιουργήθηκε μετά από μακροχρόνια ιστορία. Με το δικό της ολοκληρωμένο σύστημα θεωρίας και μεθόδων καλλιέργειας, έχει διαμορφώσει ανεξάρτητο σύστημα. Αλλά για να κυριολεκτήσουμε, απεικονίζει μόνο τις Εξαιρετικές Ικανότητες που μπορούν να παρουσιαστούν από εσωτερική καλλιέργεια χαμηλότερου επιπέδου. Οι Εξαιρετικές Ικανότητες που εμφανίζονται στην καλλιέργεια των πολεμικών τεχνών θα εμφανιστούν όλες στην εσωτερική καλλιέργεια. Η καλλιέργεια των πολεμικών τεχνών αρχίζει επίσης και με εξάσκηση της Ζωτικής Ενέργειας. Για παράδειγμα, όταν χτυπούν κάποια πέτρα, στην αρχή, πρέπει να ταλαντεύουν τα χέρια τους για να μεταφέρουν σε αυτά Ζωτική Ενέργεια. Καθώς περνάει ο καιρός, η Ζωτική Ενέργεια υφίσταται αλλαγή στη φύση της και γίνεται ενεργειακή μάζα που φαίνεται σαν ένα είδος φωτός. Όταν φτάσουν σε αυτό το στάδιο, αρχίζει να λειτουργεί η Ενέργεια Καλλιέργειας. Επειδή η Ενέργεια Καλλιέργειας είναι εξελιγμένη ύλη, είναι ευφυής. Υπάρχει σε άλλη διάσταση και ελέγχεται με σκέψεις που προέρχονται από το νου. Όταν επιτίθενται, δεν χρειάζεται αυτοί να μεταφέρουν τη Ζωτική Ενέργεια. Η Ενέργεια Καλλιέργειας ενεργοποιείται με απλή σκέψη. Κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας, η Ενέργεια Καλλιέργειας ενισχύεται συνεχώς και τα σωματίδιά της γίνονται όλο και λεπτότερα και η ενέργεια αυξάνεται. Τότε εμφανίζονται οι επιδεξιότητες «Παλάμη από Ατσάλι» και «Παλάμη από Κιννάβαρι». Στις ταινίες, στην τηλεόραση και στα σύγχρονα περιοδικά, εμφανίζονται και οι επιδεξιότητες «Ασπίδα της Χρυσής Καμπάνας» και «Σιδερένιο Πουκάμισο». Αυτά τα επιτεύγματα συμβαίνουν όταν καλλιεργούμε εσωτερικά και ταυτόχρονα εξασκούμε στις πολεμικές τέχνες. Προέρχονται δηλαδή από την ταυτόχρονη καλλιέργεια εσωτερικού και εξωτερικού. Για να καλλιεργηθεί κανένας εσωτερικά, πρέπει να καλλιεργήσει την Αρετή (Ντε) και το Σίνσινγκ του. Μιλώντας θεωρητικά, όταν η ικανότητά του

φθάσει σε ορισμένο επίπεδο, η Ενέργεια Καλλιέργειας εκπέμπεται από το εσωτερικό στο εξωτερικό του σώματος. Εξ αιτίας της μεγάλης πυκνότητάς της, γίνεται προστατευτική ασπίδα. Μιλώντας θεωρητικά, η μεγαλύτερη διαφορά ανάμεσα στις πολεμικές τέχνες και στη εσωτερική μας καλλιέργεια, βρίσκεται στο γεγονός ότι η εξάσκηση στις πολεμικές τέχνες γίνεται με ζωηρές κινήσεις και οι ασκούμενοι δεν εισέρχονται σε κατάσταση ηρεμίας. Η μη ηρεμία κάνει την Ζωτική Ενέργεια να ρέει υποδερμικά και να περνά μέσα από τους μυς αντί να ρέει μέσα στο Ντάντιεν [κάτω κοιλιακή χώρα]. Επομένως, δεν καλλιεργεί τη ζωή. Πραγματικά αυτό δεν το μπορεί.

(3) Αντίστροφη καλλιέργεια και δανεισμός ενέργειας

Μερικοί άνθρωποι δεν έχουν κάνει ποτέ Ενεργειακή Άσκηση. Ξαφνικά, αποκτούν Ενέργεια Καλλιέργειας από τη μια μέρα στην άλλη, αρκετά ισχυρή ενέργεια. Επιπλέον είναι ικανοί να διδάξουν και να θεραπεύσουν ασθένειες των άλλων. Επίσης, οι άνθρωποι τους αποκαλούν δασκάλους της Ενεργειακής Άσκησης. Μερικοί από αυτούς, παρά το γεγονός ότι δεν έχουν μάθει ποτέ κάποια Ενεργειακή Άσκηση ή έχουν μάθει μόνο μερικές κινήσεις, διδάσκουν επίσης σε ανθρώπους πράγματα που τα έχουν ελαφρώς τροποποιήσει. Αυτό το είδος ατόμου δεν είναι κατάλληλο για δάσκαλος Ενεργειακής Άσκησης. Δεν έχει τίποτα να δώσει στους άλλους. Ό, τι διδάσκει, βεβαίως, δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί για καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Κυρίως, μπορεί να βοηθήσει στην απαλλαγή από ασθένειες και στην βελτίωση της υγείας. Πώς εμφανίζεται αυτό το είδος Ενέργειας Καλλιέργειας; Πρώτα ας μιλήσουμε για την αντίστροφη καλλιέργεια. Η αποκαλούμενη αντίστροφη καλλιέργεια αναφέρεται σε εκείνους τους καλούς ανθρώπους που έχουν εξαιρετικά ψηλό Σίνσινγκ. Συνήθως είναι άνθρωποι ηλικιωμένοι, πάνω από 50 ετών. Δεν τους έχει μείνει αρκετός χρόνος ώστε να καλλιεργηθούν από την αρχή, δεδομένου ότι δεν είναι εύκολο να συναντήσεις άριστους δασκάλους που διδάσκουν ασκήσεις που καλλιεργούν και νου και σώμα. Τη στιγμή που θέλει να καλλιεργηθεί, οι ψηλού επιπέδου δάσκαλοι του φορτώνουν μεγάλο ποσό ενέργειας βασιζόμενοι στο Σίνσινγκ του, έτσι αυτός έχει την δυνατότητα να καλλιεργηθεί αντίστροφα, από πάνω προς τα κάτω. Αυτός ο τρόπος είναι κατά πολύ ταχύτερος. Οι ψηλού επιπέδου δάσκαλοι πραγματοποιούν το μετασχηματισμό της ενέργειας στο δικό τους χώρο, και με αυτή, γεμίζουν συνεχώς αυτό το άτομο, από έξω από το σώμα του, ιδιαίτερα όταν αυτός θεραπεύει ασθενείς ή διαμορφώνει ενεργειακό πεδίο. Η ενέργεια που του δίνεται από τους δασκάλους ρέει στο σώμα περνώντας μέσα από σωλήνα. Μερικοί δεν γνωρίζουν καν, ούτε από που έρχεται η ενέργεια. Αυτό είναι η αντίστροφη καλλιέργεια.

Κάποια άλλη περίπτωση αποκαλείται «δανεισμός ενέργειας» και αυτή δεν περιορίζεται σε συγκεκριμένη ηλικία. Εκτός από τη κύρια συνείδηση, ο άνθρωπος έχει επίσης την παρα-συνείδηση, η οποία γενικά είναι επιπέδου ψηλότερου από τη κύρια συνείδηση. Η παρα-συνείδηση μερικών ανθρώπων έχει φθάσει σε ανώτερο επίπεδο που της επιτρέπει να συνδεθεί με φωτισμένους ανθρώπους. Όταν οι άνθρωποι αυτού του είδους θέλουν να καλλιεργηθούν, η παρα-συνείδησή τους θέλει επίσης να βελτιώσει το επίπεδό της. Αμέσως, έρχεται σε επαφή με φωτισμένους ανθρώπους από τους οποίους μπορεί να δανειστεί ενέργεια. Αφού δανειστεί ενέργεια, το άτομο παίρνει επίσης Ενέργεια Καλλιέργειας από τη μια μέρα στην άλλη. Αφού αποκτήσει Ενέργεια Καλλιέργειας, το άτομο μπορεί επίσης να θεραπεύσει ανθρώπους για να ανακουφίσει τον πόνο τους. Γενικά χρησιμοποιεί τη μέθοδο σχηματισμού ενεργειακού πεδίου. Επιπλέον, μπορεί να εκπέμψει ενέργεια σε κάθε άτομο χωριστά όπως και να διδάξει κάποιες τεχνικές.

Γενικά, τέτοιοι άνθρωποι ξεκινούν αρκετά καλά στην αρχή. Κατέχοντας Ενέργεια Καλλιέργειας και γινόμενοι γνωστοί, αποκομίζουν και φήμη και προσωπικό όφελος. Η φήμη και το προσωπικό κέρδος καταλαμβάνουν ουσιαστική μερίδα του νου τους, περισσότερο από

αυτή της καλλιέργειας. Από εκείνο το σημείο και μετά, η Ενέργεια Καλλιέργειας αρχίζει να μειώνεται και γίνεται μικρότερη και μικρότερη, έως ότου χαθεί όλη στο τέλος.

(4) Συμπαντική γλώσσα

Μερικοί άνθρωποι μιλούν ξαφνικά κάποιο ιδιαίτερο είδος γλώσσας. Όταν κάποιος την μιλάει, ακούγεται να την μιλάει με αρκετή ευφράδεια, όμως αυτή δεν είναι γλώσσα της ανθρώπινης κοινωνίας. Πώς ονομάζεται; Ονομάζεται συμπαντική γλώσσα. Η αποκαλούμενη συμπαντική γλώσσα, στην πραγματικότητα, είναι απλώς γλώσσα όντων όχι ιδιαίτερα ψηλού επιπέδου. Αυτήν την περίοδο στη χώρα μας, αυτό το φαινόμενο έχει εμφανιστεί σε κάμποσους ανθρώπους που κάνουν Ενεργειακή Άσκηση, μερικοί από τους οποίους μπορούν ακόμα και να μιλήσουν πολλές διαφορετικές γλώσσες. Φυσικά, οι γλώσσες της ανθρωπότητάς μας είναι επίσης πολύ περίπλοκες και είναι περισσότερες από χίλιες. Η συμπαντική γλώσσα θεωρείται Εξαιρετική Ικανότητα; Εγώ δεν την υπολογίζω σαν τέτοια. Δεν είναι Εξαιρετική Ικανότητα που προέρχεται από εσάς τους ίδιους, ούτε κάποιο είδος ικανότητας που σας δίνεται από έξω. Την χειρίζονται, μάλλον, ξένες υπάρξεις. Αυτές οι υπάρξεις προέρχονται από κάπως ψηλότερο επίπεδο, τουλάχιστον ψηλότερο από αυτό της ανθρωπότητας. Μια από αυτές τις υπάρξεις είναι που μιλάει τη γλώσσα. Το άτομο που μιλάει συμπαντική γλώσσα χρησιμεύει μόνο ως διάμεσος ομιλητής. Οι περισσότεροι δεν ξέρουν ούτε ακόμα τι λένε οι ίδιοι. Μόνο όσοι έχουν την ικανότητα να διαβάζουν τη σκέψη μπορούν γενικά να εννοήσουν, τι σημαίνουν οι λέξεις. Δεν είναι Εξαιρετική Ικανότητα, όμως πολλοί άνθρωποι που έχουν μιλήσει αυτή τη γλώσσα αισθάνονται ανώτεροι και ικανοποιημένοι επειδή νομίζουν ότι αυτό αποτελεί Εξαιρετική Ικανότητα. Στην πραγματικότητα, άνθρωποι που το Τρίτο Μάτι τους είναι αναπτυγμένο σε ψηλό επίπεδο μπορούν να παρατηρήσουν ότι, στα σίγουρα, κάποιο έμβιο ον μιλάει από πάνω διαγώνια θέση, με το στόμα του ατόμου.

Αυτό το ον διδάσκει στο άτομο την συμπαντική γλώσσα μεταφέροντάς του λίγη από την δική του Ενέργεια Καλλιέργειας. Στη συνέχεια όμως, ελέγχει το άτομο. Επομένως, αυτό δεν αποτελεί ορθόδοξη μέθοδο καλλιέργειας. Ακόμα κι αν ανήκει σε ψηλότερη διάσταση, η ύπαρξη δεν καλλιεργείται με ορθόδοξο τρόπο. Επομένως δεν γνωρίζει πώς να διδάξει τους καλλιεργητές να κρατούνται υγιείς και να θεραπεύουν ασθένειες. Συνεπώς χρησιμοποιεί αυτήν την μέθοδο για να εκπέμπει την δική της ενέργεια, με την ομιλία. Μια και αυτή η ενέργεια διασκορπίζεται, έχει πολύ λίγη ισχύ. Είναι αποτελεσματική στη θεραπεία ασήμαντων ασθενειών, αλλά αποτυγχάνει στις σοβαρές. Ο Βουδισμός αναφέρει ότι οι άνθρωποι στον ουρανό δεν υποφέρουν και δεν συγκρούονται και επομένως δεν μπορούν να καλλιεργηθούν. Επιπλέον, δεν μπορούν να συγκρατηθούν και είναι ανίκανοι να βελτιώσουν το επίπεδό τους. Για αυτό ψάχνουν τρόπους να βοηθήσουν τους ανθρώπους να αποκτήσουν καλύτερη υγεία ώστε να βελτιωθούν και οι ίδιοι. Αυτά για ότι αφορά την συμπαντική γλώσσα. Η συμπαντική γλώσσα δεν είναι εξαιρετική ικανότητα, ούτε είναι Ενεργειακή Άσκηση.

(5) Κατοχή από πνεύματα (Φούτι)

Ο επιβλαβέστερος τύπος κατοχής από μηνύματα είναι αυτός κατά τον οποίο κάποιος κατέχεται από όντα χαμηλού επιπέδου. Αυτό είναι δυνατόν να προκληθεί και από καλλιέργεια με κάποια διαστρεβλωμένη μέθοδο. Είναι πολύ επιβλαβής για τον άνθρωπο και οι συνέπειές του είναι πολύ τρομακτικές. Μερικοί, παρά το ότι καλλιεργούνται για πολύ μικρή χρονική περίοδο, λαχταρούν να θεραπεύουν ανθρώπους και να πλουτίζουν. Σκέφτονται αυτά τα πράγματα, όλη την ώρα. Αρχικά, μπορεί να είναι αρκετά σεμνοί ή να έχουν ήδη κάποιον δάσκαλο που τους φροντίζει. Πάντως, τα πράγματα γίνονται δυσάρεστα όταν αρχίζουν να σκέφτονται να θεραπεύουν και να πλουτίζουν. Προσελκύουν όντα που πραγματικά υπάρχουν, αν και όχι στη δική μας υλική διάσταση.

Αυτός ο καλλιεργητής νιώθει ξαφνικά ότι το Τρίτο Μάτι του έχει ανοίξει και ότι τώρα έχει Ενέργεια Καλλιέργειας. Στην πραγματικότητα όμως, το Φούτι έχει τον έλεγχο του εγκεφάλου του. Πάνω στον εγκέφαλο του ανθρώπου αυτού, απεικονίζει την εικόνα που αυτό έχει δει και έτσι τον κάνει να θεωρεί ότι έχει ανοίξει το Τρίτο Μάτι του. Στην πραγματικότητα, δεν έχει καθόλου ανοίξει. Γιατί το Φούτι θέλει να του δώσει Ενέργεια Καλλιέργειας; Γιατί θέλει να τον βοηθήσει; Αυτό συμβαίνει επειδή στο Σύμπαν μας, τα ζώα δεν επιτρέπεται να καλλιεργηθούν. Δεδομένου ότι τα ζώα δεν γνωρίζουν πώς να καλλιεργήσουν το Σίνσινγκ τους και δεν μπορούν να αυτοβελτιωθούν. Δεν τους είναι επιτρεπτό να λάβουν τον ορθόδοξο τρόπο καλλιέργειας. Κατά συνέπεια, θέλουν να προσκολληθούν στο σώμα των ανθρώπων και να αποκτήσουν την ουσία του ανθρώπου. Υπάρχει επίσης κάποιος άλλος κανόνας σε αυτό το Σύμπαν, και αυτός είναι: “καμιά απώλεια, κανένα κέρδος”. Επομένως, επιθυμούν να ικανοποιήσουν την επιθυμία σας για φήμη και προσωπικό κέρδος. Σας κάνουν πλούσιους και διάσημους, αλλά δεν σας βοηθούν χωρίς αντάλλαγμα. Θέλουν και αυτά να κερδίσουν κάτι, την ουσία που εσείς έχετε. Όταν σας αφήσουν, δεν θα σας έχει απομείνει τίποτα. Θα γίνετε πολύ αδύναμοι ή θα γίνετε φυτά. Αυτό είναι αποτέλεσμα διεστραμμένου Σίνσινγκ. Ο δίκαιος νους αναχαιτίζει εκατό κακά. Όταν είσαι δίκαιος, δεν προσελκύεις το κακό. Με άλλα λόγια, να είστε αφοσιωμένοι καλλιεργητές, διώξτε όλες τις ανοησίες και καλλιεργηθείτε μόνο σύμφωνα με τη ορθόδοξη μέθοδο.

(6) Κακός τρόπος εξάσκησης μπορεί να παρουσιαστεί και κατά την ορθόδοξη μέθοδο καλλιέργειας

Αν και η άσκηση που μερικοί άνθρωποι έμαθαν προέρχεται από ορθόδοξες μεθόδους καλλιέργειας, στην πραγματικότητα είναι δυνατόν, ακούσια, αυτοί να ασκούνται με κακό τρόπο, επειδή δεν μπορούν να επιβάλουν στον εαυτό τους ακριβώς όσα απαιτούνται, δεν καλλιεργούν το Σίνσινγκ τους και κάνουν αρνητικές σκέψεις κατά τη διάρκεια της άσκησης. Να για παράδειγμα αυτό που συμβαίνει κατά τη διάρκεια της εξάσκησης στην όρθια ή στην καθιστή άσκηση: ακόμα κι αν το σώμα κάποιου βρίσκεται εκεί και ασκείται, στην πραγματικότητα οι σκέψεις του βρίσκονται είτε στα χρήματα και στο προσωπικό κέρδος – «αυτός με έχει βλάψει, και θα τον κανονίσω όταν αποκτήσω Εξαιρετικές Ικανότητες»- είτε σε τούτες ή εκείνες τις Εξαιρετικές Ικανότητες και άλλα τέτοια. Με αυτόν τον τρόπο, στην Ενέργεια Καλλιέργειάς του προστίθενται μερικά πολύ κακά πράγματα. Στην πραγματικότητα, το άτομο αυτό ασκείται με κακό τρόπο. Αυτό είναι πολύ επικίνδυνο δεδομένου ότι μπορεί να προσελκύσει μερικά πολύ αρνητικά πράγματα, όπως όντα χαμηλού επιπέδου. Ίσως ο ίδιος, ούτε που γνωρίζει ότι τα προσκαλεί. Εάν κάποιος καλλιεργείται με σκοπό να εκπληρώσει τις επιθυμίες του, η κατάσταση δεν προχωράει, λόγω της ισχυρής προσκόλλησής του. Αυτός δεν είναι σωστός, ούτε και ο δάσκαλός του είναι σε θέση να τον προστατεύσει. Επομένως, οι καλλιεργητές πρέπει να διαφυλάττουν αυστηρά το Σίνσινγκ τους, διατηρώντας δίκαιο νου και μην ποθώντας τίποτα. Διαφορετικά, μπορεί να προκύψουν προβλήματα.

Κεφάλαιο II

Η Μέθοδος του Φάλουν Γκονγκ (Τροχού του Νόμου)

Το Φάλουν Γκονγκ προέρχεται από το Φάλουν Σιούλιαν Ντάφα (Ο Μεγάλος Νόμος Καλλιέργειας του Τροχού του Νόμου) της Σχολής του Φο. Είναι μοναδική μέθοδος καλλιέργειας μέσω Ενεργειακής Άσκησης και ανήκει στη Σχολή του Φο. Έχει όμως τις δικές της διακεκριμένες ιδιότητες που την ξεχωρίζουν από τις άλλες μεθόδους καλλιέργειας μέσα στη Σχολή του Φο. Αυτό το σύστημα καλλιέργειας είναι ξεχωριστή και εντατική μέθοδος καλλιέργειας που συνήθως απαιτούσε καλλιεργητές με εξαιρετικά ψηλό Σίνσινγκ και με μεγάλη εγγενή ποιότητα. Προκειμένου να κάνω περισσότερους καλλιεργητές ικανούς να βελτιωθούν ικανοποιώντας ταυτόχρονα τις ανάγκες υπέρογκου αριθμού αφοσιωμένων καλλιεργητών, ξανασχεδίασα και παρουσίασα αυτή τη σειρά ασκήσεων καλλιέργειας που προσφέρονται για χρήση από το ευρύ κοινό. Παρά τις τροποποιήσεις, η εξάσκηση αυτή εξακολουθεί να υπερβαίνει κατά πολύ ό,τι προσφέρουν άλλες, καθώς και τα επίπεδα στα οποία εκείνες γίνονται.

1. Ο Ρόλος του Φάλουν

Το Φάλουν του Φάλουν Γκονγκ είναι μικρογραφία του Σύμπαντος και διατηρεί τα ίδια χαρακτηριστικά με το Σύμπαν. Οι καλλιεργητές του Φάλουν Γκονγκ όχι μόνο είναι σε θέση να αποκτήσουν γρήγορα Εξαιρετικές Ικανότητες και Ενεργειακό Δυναμικό αλλά αναπτύσσουν επίσης ασύγκριτα ισχυρό Φάλουν σε πολύ μικρή χρονική περίοδο. Αφού αναπτυχθεί το Φάλουν, υπάρχει με την μορφή ευφυούς ύπαρξης. Περιστρέφεται αυτόματα χωρίς σταμάτημα στην κάτω κοιλιακή χώρα του καλλιεργητή, συνεχώς απορροφώντας και μετασχηματίζοντας ενέργεια από το Σύμπαν και στο τέλος μετατρέποντάς την σε Ενέργεια Καλλιέργειας στο φυσικό σώμα καθώς και στο σώμα σε άλλες διαστάσεις [Μπέντι] του καλλιεργητή. Επομένως, έχει επιτευχθεί «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο». Με άλλα λόγια, αν και το άτομο δεν ασκείται κάθε στιγμή, το Φάλουν τον βελτιώνει ασταμάτητα. Εσωτερικά, στον ίδιο τον ασκούμενο το Φάλουν προσφέρει την σωτηρία, τον καθιστά ισχυρότερο και υγιέστερο, ευφυέστερο και σοφό και τον προστατεύει από παραστρατήματα. Επίσης, μπορεί να τον προστατεύσει από παρεμβάσεις ανθρώπων με κατώτερο Σίνσινγκ. Εξωτερικά, το Φάλουν μπορεί να θεραπεύσει ασθένειες και να διώξει το κακό, αποκαθιστώντας όλες τις ανώμαλες καταστάσεις. Το Φάλουν περιστρέφεται χωρίς σταμάτημα στην κάτω κοιλιακή χώρα, κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού εννέα φορές και έπειτα αντιθέτως προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού εννέα φορές. Όταν περιστρέφεται κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού, απορροφά δυναμικά ενέργεια από το Σύμπαν. Η ενέργεια είναι πολύ ισχυρή. Όσο αναπτύσσεται το Ενεργειακό Δυναμικό, η ισχύς της περιστροφής γίνεται ισχυρότερη, φαινόμενο που δεν μπορεί να επιτευχθεί όταν προσπαθείς σκόπιμα να γεμίσεις με Ζωτική Ενέργεια από την κορυφή του κεφαλιού. Όταν περιστρέφεται αντιθέτως προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού, αποδίδει την ενέργεια και παρέχει τη σωτηρία σε όλα τα όντα, αποκαθιστώντας τις ανώμαλες καταστάσεις τους. Καθένας που βρίσκεται κοντά στον ασκούμενο ωφελείται. Από όλες τις μεθόδους Ενεργειακής Άσκησης που διδάσκονται στη χώρα μας, το Φάλουν Γκονγκ είναι η πρώτη και μόνη μέθοδος καλλιέργειας που έχει πετύχει το «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο».

Το Φάλουν είναι πολυτιμότεο και δεν ανταλλάσσεται με οποιοδήποτε χρηματικό ποσό. Δίνοντάς μου το Φάλουν, ο δάσκαλός μου μου είπε ότι το Φάλουν δεν θα μπορούσε να μεταβιβασθεί σε κανέναν. Όλοι όσοι έχουν καλλιεργηθεί επί χιλιάδες χρόνια θέλουν να το

έχουν, όμως δεν μπορούν. Αυτό μπορεί να μεταβιβασθεί μόνο σε κάποιον που ακολουθεί την δική μας μέθοδο καλλιέργειας μετά από πολύ, πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα, σε αντίθεση με εκείνα που μεταβιβάζονται σε κάποιον κάθε λίγες δεκαετίες. Έτσι το Φάλουν είναι εξαιρετικά πολύτιμο. Τώρα, αν και το γνωστοποιήσαμε στο κοινό και το μετασχημάτισαμε ώστε να γίνει λιγότερο ισχυρό, εξακολουθεί να είναι εξαιρετικά πολύτιμο. Οι καλλιεργητές που το έχουν αποκτήσει, βρίσκονται ήδη στο μισό δρόμο της καλλιέργειάς τους. Αυτό που τους απομένει είναι μόνο να αναβαθμίσουν το Σίνσινγκ τους και αρκετά προηγμένο επίπεδο τους περιμένει. Φυσικά, οι άνθρωποι για τους οποίους δεν είναι πεπρωμένο μπορεί να σταματήσουν αργότερα, αφού θα έχουν καλλιεργηθεί για λίγο και τότε το Φάλουν θα πάψει να υπάρχει μέσα τους.

Το Φάλουν Γκονγκ αν και ανήκει στη Σχολή του Φο, υπερβαίνει εντελώς τα όρια της Σχολής του Φο και καλλιεργεί ολόκληρο το Σύμπαν. Στο παρελθόν, η καλλιέργεια της Σχολής του Φο μιλούσε μόνο για τις αρχές της Σχολής του Φο, ενώ η καλλιέργεια της Σχολής του Τάο εξέταζε μόνο τις αρχές της Σχολής του Τάο. Καμιά δεν εξήγησε λεπτομερώς το Σύμπαν αρχίζοντας από τις ρίζες του. Όπως συμβαίνει και με τους ανθρώπους, το Σύμπαν, εκτός από την υλική του σύνθεση, έχει επίσης και τα δικά του χαρακτηριστικά. Με λίγα λόγια, αυτά μπορεί να συνοψιστούν σε τρεις λέξεις, Τζεν, Σαν και Ρεν (Αλήθεια, Καλοσύνη, Ανεκτικότητα). Η καλλιέργεια της Σχολής του Τάο επικεντρώνεται στο Τζεν (Αλήθεια), το να λες την αλήθεια, να κάνεις έντιμες πράξεις, να επιστρέφεις στον αρχικό αληθινό εαυτό σου και τελικά να γίνεσαι «αληθινό άτομο». Η καλλιέργεια της Σχολής του Φο επικεντρώνεται στο Σαν (Καλοσύνη), να είσαι πολύ ευσπλαχνικός και να προσφέρεις σωτηρία σε όλα τα όντα. Στον δικό μας τρόπο καλλιέργειας, καλλιεργούμαστε στα Τζεν, Σαν και Ρεν ταυτόχρονα. Έτσι, καλλιεργούμαστε άμεσα σύμφωνα με τα θεμελιώδη χαρακτηριστικά του Σύνπαντος, και τελικά εξομοιωνόμαστε με το Σύμπαν.

Το Φάλουν Γκονγκ καλλιεργεί και το νου και το σώμα. Όταν το Ενεργειακό Δυναμικό και το Σίνσινγκ κάποιου φθάσουν σε ορισμένο επίπεδο, αυτό έχει σαν αποτέλεσμα την επίτευξη της φώτισης σε αυτόν εδώ τον κόσμο και την απόκτηση άφθартου σώματος. Το Φάλουν Γκονγκ, γενικά, διαιρείται στον Νόμο του Τριπλού Κόσμου και στον Πέραν του Τριπλού Κόσμου Νόμο με πολλά επίπεδα ο καθένας. Ελπίζω ότι όλοι οι αφοσιωμένοι ασκούμενοι θα καλλιεργούνται επιμελώς και θα βελτιώνουν συνεχώς το Σίνσινγκ τους έτσι ώστε να μπορέσουν να φθάσουν στη φώτιση και να ολοκληρώσουν επιτυχώς την καλλιέργειά τους.

2. Η Διαμόρφωση του Φάλουν

Το Φάλουν του Φάλουν Γκονγκ είναι ευφυές και περιστρεφόμενο σώμα, φτιαγμένο από ουσία ψηλής ενέργειας. Περιστρέφεται σύμφωνα με τους κανόνες που ρυθμίζουν την κίνηση ολόκληρου του ουράνιου Κόσμου. Το Φάλουν είναι μικρογραφία του Σύνπαντος, μέχρι κάποιο σημείο. Στο μέσον του Φάλουν υπάρχει το σύμβολο της Σχολής του Φο, Σρίβατσα «卐». Στα σανσκριτικά, «Σρίβατσα» σημαίνει «συγκέντρωση όλης της καλής τύχης». Αυτό είναι το κέντρο του Φάλουν. Το χρώμα του είναι προς το χρυσοκίτρινο με φόντο πολύ έντονο κόκκινο. Το φόντο του εξωτερικού δακτυλίου είναι πορτοκαλί. Τέσσερα σύμβολα του Τάιτσι και τέσσερα Σρίβατσα της Σχολής του Φο είναι τοποθετημένα εναλλασσόμενα στις οκτώ κατευθύνσεις. Το Τάιτσι που αποτελείται από κόκκινο και μαύρο χρώμα ανήκει στη Σχολή του Τάο, ενώ το Τάιτσι που αποτελείται από κόκκινο και μπλε είναι της Σχολής του Μεγάλου Δρόμου, της Προ-Ταοϊστικής περιόδου. Τα τέσσερα μικρά Σρίβατσα είναι επίσης χρυσοκίτρινα. Το χρώμα του φόντου του Φάλουν αλλάζει περιοδικά μεταξύ κόκκινου, πορτοκαλί, κίτρινου, πράσινου, μπλε, λουλακί, και βιολετί. Αυτά είναι πολύ όμορφα χρώματα. Τα χρώματα του κεντρικού Σρίβατσα «卐» και του Τάιτσι δεν αλλάζουν. Αυτά τα διαφορετικού

μεγέθους Φάλουν αυτό-περιστρέφονται, όπως το Σρίβατσα «卐». Το Φάλουν είναι ριζωμένο στο Σύμπαν. Το Σύμπαν περιστρέφεται, όλοι οι γαλαξίες περιστρέφονται, επομένως, και το Φάλουν περιστρέφεται. Εκείνοι των οποίων το Τρίτο Μάτι είναι ανοιγμένο σε χαμηλό επίπεδο, μπορούν να δουν το Φάλουν να περιστρέφεται όπως ανεμιστήρας. Εκείνοι των οποίων το Τρίτο Μάτι είναι ανοιγμένο σε ανώτερο επίπεδο, μπορούν να δουν ολόκληρη την εικόνα του Φάλουν, η οποία είναι πολύ όμορφη και λαμπρή και ενθαρρύνει τους ασκούμενους να προχωρήσουν δυναμικά προς τα εμπρός.

3. Χαρακτηριστικά της Καλλιέργειας Φάλουν Γκονγκ

(1) Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο

Όσοι μελετούν το Φάλουν Γκονγκ είναι σε θέση όχι μόνο να αποκτήσουν γρήγορα Ενεργειακό Δυναμικό και Εξαιρετικές Ικανότητες, αλλά ακόμα και να διαμορφώσουν ένα Φάλουν. Το Φάλουν μπορεί να διαμορφωθεί σε πολύ μικρή χρονική περίοδο, και από την στιγμή που διαμορφώνεται, είναι πολύ ισχυρό. Μπορεί να προστατεύσει τους ασκούμενους από παραστρατήματα. Επιπλέον, μπορεί να προστατεύσει το άτομο από παρεμβάσεις ανθρώπων με κατώτερο Σίνσινγκ. Είναι επίσης μέθοδος καλλιέργειας που στη θεωρία της είναι τελείως διαφορετική από τις παραδοσιακές μεθόδους καλλιέργειας. Δεδομένου ότι το Φάλουν περιστρέφεται ασταμάτητα μετά την διαμόρφωσή του, υφίσταται με την μορφή ευφυούς ύπαρξης, που συνεχώς και σε τακτά διαστήματα συλλέγει ενέργεια στη κάτω κοιλιακή χώρα του καλλιεργητή. Το Φάλουν απορροφά αυτομάτως ενέργεια από το Σύμπαν με την περιστροφή του. Ακριβώς επειδή περιστρέφεται ασταμάτητα, επιτυγχάνει το στόχο «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο» πράγμα το οποίο αναφέρεται στο γεγονός ότι το Φάλουν καλλιεργεί τον άνθρωπο ασταμάτητα ακόμα κι αν αυτός δεν ασκείται όλες τις ώρες. Όπως όλοι γνωρίζουν, οι συνηθισμένοι άνθρωποι πρέπει να εργάζονται κατά τη διάρκεια της ημέρας και να ξεκουράζονται τη νύχτα, και έτσι τους μένει πολύ περιορισμένος χρόνος για εξάσκηση. Για να επιτευχθεί συνεχής εξάσκηση επί 24 ώρες την ημέρα, δεν «πιάνει» ο τρόπος που λέγεται «έχουμε συνεχώς την σκέψη μας στην εξάσκηση», και η χρησιμοποίηση άλλων μεθόδων μετά βίας επίσης επιτυγχάνει το στόχο των 24 ωρών πραγματικής καλλιέργειας. Πάντως, το Φάλουν περιστρέφεται ασταμάτητα, συλλέγοντας και μετασχηματίζοντας Ζωτική Ενέργεια [αρχική μορφή της ενεργειακής ύπαρξης] που απορροφιάται από το Σύμπαν. Αυτό πραγματοποιείται σε όλα τα σημεία του Φάλουν, μέρα και νύχτα, ασταμάτητα. Το Φάλουν μετατρέπει την Ζωτική Ενέργεια σε ουσία ψηλότερου επιπέδου, μετασχηματίζοντάς την τελικά, μέσα στο σώμα του καλλιεργητή, σε Ενέργεια Καλλιέργειας. Αυτό είναι που λέμε «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο». Η καλλιέργεια του Φάλουν Γκονγκ είναι τελείως διαφορετική από την καλλιέργεια οποιασδήποτε άλλης σχολής ή μέθοδο καλλιέργειας με Ενεργειακή Άσκηση που ασχολείται με την καλλιέργεια του Ελιξίριου (Νταν).

Το κυριότερο χαρακτηριστικό γνώρισμα του Φάλουν Γκονγκ είναι η καλλιέργεια του Φάλουν μάλλον παρά του Ελιξίριου. Μέχρι τώρα, από τις μεθόδους καλλιέργειας που έχουν παρουσιαστεί στο κοινό, ανεξάρτητα από το από ποια σχολή ή τρόπο καλλιέργειας προήλθαν αυτές, είτε είναι κλάδοι του Βουδισμού, του Ταοϊσμού, των Σχολών του Φο ή του Τάο, είτε είναι κλάδοι που διαδίδονται ανάμεσα στους ανθρώπους, όλες καλλιεργούν το Ελιξίριο. Αυτό κάνουν πολλές παραπορτιανές μέθοδοι καλλιέργειας. Τις ονομάζουν Ενεργειακές Ασκήσεις που καλλιεργούν το Ελιξίριο (Ντάνταο). Η καλλιέργεια των μοναχών, των καλογριών και των Ταοϊστών, όλων αυτών, έχει πάρει το μονοπάτι της καλλιέργειας του Ελιξίριου. Όταν μετά το θάνατό τους αποτεφρώνονται, παράγονται λείψανα (σαρίρα), η σύνθεση των οποίων δεν έχει εξακριβωθεί από την σύγχρονη επιστήμη με τον εξοπλισμό που αυτή διαθέτει. Είναι πολύ στερεό, σταθερό και όμορφο. Βασικά, είναι ουσία ψηλής ενέργειας που μαζεύτηκε από άλλες διαστάσεις, όχι από τη δική μας διάσταση. Αυτό είναι το Ελιξίριο. Είναι πολύ δύσκολο

κάνοντας Ενεργειακή Άσκηση Ντάνταο να φτάσει κανένας στην κατάσταση της φώτισης κατά τη διάρκεια της ζωής του. Παλιά, πολλοί άνθρωποι που έκαναν Ενεργειακή Άσκηση Ντάνταο προσπάθησαν να ανυψώσουν το Ελιξίριο. Μόλις αυτό ανυψώθηκε έως το Παλάτι Νίβαν [περιοχή της επίφυσης, στον εγκέφαλο], δεν μπορούσε να αποσπαστεί και να ανυψωθεί περισσότερο, έτσι αυτοί οι άνθρωποι παρέμεναν κολλημένοι εδώ. Μερικοί θέλησαν να το διασπάσουν σκόπιμα, αλλά δεν ήξεραν κάποιο τρόπο για να το κάνουν. Μερικοί εργάστηκαν ως εξής: ο παππούς κάποιου δεν καλλιεργήθηκε επιτυχώς. Μετά το θάνατό του, ο παππούς το έφτυσε στον πατέρα του ατόμου αυτού. Ούτε ο πατέρας του καλλιεργήθηκε επιτυχώς. Μετά το θάνατό του, και ο δικός του πατέρας το έφτυσε σε αυτόν. Μέχρι τώρα, αυτό το άτομο δεν έχει πετύχει ακόμα τίποτα. Αυτός ο τρόπος είναι πολύ δύσκολος! Φυσικά, υπάρχουν πολλές έντιμες μέθοδοι καλλιέργειας. Είναι πολύ καλό εάν μπορείτε να λάβετε αυθεντική διδασκαλία από κάποιον. Ωστόσο, υπάρχει περίπτωση η διδασκαλία του να μην είναι ψηλού επιπέδου.

(2) Καλλιέργεια της Κύριας Συνείδησης

Ο καθένας έχει Κύρια Συνείδηση. Κάποιος συνήθως εξαρτάται από την Κύρια Συνείδηση όταν εκτελεί στοιχειώδεις εργασίες και σκέπτεται για να επιλύσει κάποια προβλήματα. Εκτός από την Κύρια Συνείδηση, υπάρχουν επίσης στο σώμα κάποιου μια ή περισσότερες Παρασυνειδήσεις όπως και πνεύματα των προγόνων του. Η Παρασυνείδηση έχει το ίδιο όνομα με τη κύρια συνείδηση, αλλά γενικά είναι ικανότερη και ψηλότερου επιπέδου. Δεν χάνεται στο λαβύρινθο της συνηθισμένης κοινωνίας μας και μπορεί να δει τις ιδιαίτερες διαστάσεις του ανθρώπου. Πολλές μέθοδοι καλλιέργειας ακολουθούν τον δρόμο της καλλιέργειας της Παρασυνείδησης, στον οποίο το φυσικό σώμα και η Κύρια Συνείδηση κάποιου λειτουργούν μόνο σαν μεταφορικό μέσο. Αυτά τα πράγματα είναι γενικά άγνωστα στους καλλιεργητές και μπορεί να εξακολουθούν να αισθάνονται πολύ καλά για τον εαυτό τους. Ενώ, ζώντας μέσα στην κοινωνία, είναι πάρα πολύ δύσκολο για κάποιον να παραιτηθεί από βασικά πράγματα, ιδιαίτερα από εκείνα στα οποία είναι προσκολλημένος. Για αυτό, πολλές μέθοδοι καλλιέργειας δίνουν έμφαση στην εξάσκηση σε κατάσταση γαλήνης – σε απόλυτη κατάσταση γαλήνης. Όταν κατά τη διάρκεια της κατάστασης γαλήνης συμβαίνει μετασχηματισμός, είναι η Παρασυνείδηση που υφίσταται μετασχηματισμό μέσα σε εκείνη την κοινωνία και που βελτιώνεται κατά τη διάρκεια του μετασχηματισμού. Κάποια στιγμή, η Παρασυνείδηση ολοκληρώνει την καλλιέργειά της και απομακρύνει την Ενέργεια Καλλιέργειάς σας. Τίποτα δεν μένει στη Κύρια Συνείδηση και το φυσικό σας σώμα, το σώμα σας σε άλλες διαστάσεις, και η ισόβια καλλιέργειά σας υπάρχει μάταια. Αυτό είναι μεγάλο κρίμα. Μερικοί περίφημοι δάσκαλοι της Ενεργειακής Άσκησης κατέχουν και διαχειρίζονται σπουδαίες Εξαιρετικές Ικανότητες όλων των ειδών και, μαζί με αυτές, φήμη και σεβασμό. Ωστόσο, δεν συνειδητοποιούν ακόμα, ότι η Ενέργεια Καλλιέργειάς τους στην πραγματικότητα δεν αναπτύσσεται σε αυτούς τους ίδιους.

Το Φάλουν Γκονγκ μας καλλιεργεί άμεσα τη κύρια συνείδηση, απαιτώντας η Ενέργεια Καλλιέργειας να αναπτύσσεται πραγματικά στο ίδιο σας το σώμα. Φυσικά, η Παρασυνείδηση θα πάρει επίσης κάποιο μερίδιο από αυτή την αναβάθμιση, επειδή όντας σε δευτερεύουσα θέση, βελτιώνεται επίσης. Η μέθοδος καλλιέργειάς μας έχει αυστηρές απαιτήσεις όσον αφορά το Σίνσινγκ, αφήνοντάς σας να το δουλέψετε, και να βελτιωθείτε μέσα στη συνηθισμένη κοινωνία στις πιο περίπλοκες περιστάσεις, σαν το λωτό που αναδύεται μέσα από βρομερή λάσπη. Επομένως, είστε ελεύθεροι να πετύχετε στην καλλιέργειά σας. Για αυτό το Φάλουν Γκονγκ είναι τόσο πολύτιμο. Είναι πολύτιμο επειδή είστε εσείς οι ίδιοι που κατορθώνετε να αποκτήσετε την Ενέργεια Καλλιέργειας. Αλλά, και αυτό είναι πολύ δύσκολο. Η δυσκολία βρίσκεται στο γεγονός ότι έχετε επιλέξει μονοπάτι που θα σας επιτρέψει να καλλιεργηθείτε κάτω από τις πιο περίπλοκες περιστάσεις.

Δεδομένου ότι στόχος της εξάσκησης είναι να καλλιεργηθεί η κύρια συνείδηση, η Κύρια Συνείδηση πρέπει να χρησιμοποιηθεί για να κατευθύνει την καλλιέργειά κάποιου. Η Κύρια Συνείδηση είναι αυτή που πρέπει να αποφασίζει και δεν πρέπει να το αφήνει αυτό στην Παρασυνείδηση. Διαφορετικά, θα υπάρξει μέρα που η Παρασυνείδηση θα ολοκληρώσει την καλλιέργειά της προς ψηλότερο επίπεδο και θα πάρει την Ενέργεια Καλλιέργειας μαζί της. Δεν θα σας απομείνει τίποτα ως βασικό σώμα και συνείδηση. Όταν κάνετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο, δεν είναι επιτρεπτό η Κύρια Συνείδησή σας, σαν να κοιμάται, να μην γνωρίζει ούτε καν ότι ασκείστε. Πρέπει να έχετε ξεκαθαρίσει ότι ασκείστε, ότι κάνετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο και ότι βελτιώνετε το Σίνσινγκ σας. Μόνο τότε θα ελέγχετε τις πρωτοβουλίες σας και θα είστε σε θέση να αποκτήσετε Ενέργεια Καλλιέργειας. Κατά περιόδους, όταν ήσαστε αφηρημένοι, μπορεί να ολοκληρώσατε κάτι χωρίς να ξέρετε ακόμα και πως έγινε αυτό. Στην πραγματικότητα, ήταν η Παρασυνείδηση που έπαιξε κάποιο ρόλο σε αυτό. Η Παρασυνείδηση είχε τον έλεγχο. Εάν βρισκόμενοι σε διαλογισμό ανοίξετε τα μάτια σας και κοιτάξετε μπροστά σας, βλέπετε ότι υπάρχει κάποιος άλλος εαυτός σας από την άλλη μεριά. Αυτό είναι η Παρασυνείδησή σας. Εάν βρίσκεστε σε διαλογισμό κοιτάζοντας προς το Βορρά, αλλά ξαφνικά, ανακαλύπτετε ότι κάθεστε στο Βορρά και αρχίσετε να σκέφτεστε: «Πώς βγήκα έξω;» Τότε αυτός που βγαίνει έξω είναι ο αληθινός σας εαυτός. Αυτό που κάθεται εκεί είναι το φυσικό σας σώμα και η Παρασυνείδησή σας. Έτσι μπορείτε να ξεχωρίσετε το ένα από το άλλο. Κατά την εξάσκηση του Φάλουν Γκονγκ, δεν πρέπει να ξεχνάτε εντελώς τον εαυτό σας. Το να ξεχνάς τον εαυτό σου δεν είναι σύμφωνο με τον Μεγάλο Νόμο της καλλιέργειας του Φάλουν Γκονγκ. Πρέπει να κρατάτε το μυαλό σας καθαρό κατά την άσκηση. Εάν η Κύρια Συνείδησή σας είναι ισχυρή κατά τη διάρκεια της εξάσκησης δεν θα παραστρατήσετε και πράγματα συνηθισμένα δεν θα μπορούν να σας βλάψουν. Εάν η Κύρια Συνείδηση είναι αδύναμη, κάποια πράγματα μπορούν να έρθουν και να κυριεύσουν το σώμα σας.

(3) Καλλιέργεια ανεξάρτητα από κατεύθυνση και χρόνο

Πολλές μέθοδοι καλλιέργειας είναι σχολαστικές σχετικά με την κατεύθυνση και το χρόνο που είναι καλύτερα για να γίνει η εξάσκηση. Εμείς δεν ανησυχούμε για αυτά καθόλου. Η καλλιέργεια του Φάλουν Γκονγκ γίνεται σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά και τις αρχές εξέλιξης του Σύμπαντος. Επομένως, δεν ενδιαφερόμαστε για κατευθύνσεις ή για χρόνο. Η άσκησή μας ισοδυναμεί με το να ασκείσαι στεκούμενος πάνω σε Φάλουν, που περιστρέφεται συνεχώς και προς όλες τις κατευθύνσεις. Το Φάλουν μας είναι συγχρονισμένο με το Σύμπαν. Το Σύμπαν βρίσκεται σε κίνηση, ο Γαλαξίας βρίσκεται σε κίνηση, οι εννέα πλανήτες περιφέρονται γύρω από τον ήλιο και ίδια η γη περιστρέφεται. Προς τα πού είναι η Ανατολή, ο Νότος, η Δύση ή ο Βορράς; Αυτές οι κατευθύνσεις επινοήθηκαν από ανθρώπους που ζουν στη γη. Επομένως, προς οποιαδήποτε κατεύθυνση και αν κοιτάζετε, κοιτάζετε προς όλες τις κατευθύνσεις. Μερικοί λένε ότι είναι καλύτερα να ασκείσαι τα μεσάνυχτα, άλλοι λένε το μεσημέρι ή κάποια άλλη ώρα. Δεν ανησυχούμε ούτε για αυτό επειδή το Φάλουν σας καλλιεργεί και όταν δεν ασκείστε. Το Φάλουν σας βοηθά να καλλιεργείστε κάθε στιγμή, πράγμα το οποίο ανταποκρίνεται στο «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο». Στη μέθοδο Ενεργειακής Άσκησης του Ελιξίριου, οι άνθρωποι καλλιεργούν το Ελιξίριο. Στο Φάλουν Γκονγκ, ο Νόμος καλλιεργεί τους ανθρώπους. Ασκηθείτε περισσότερο όταν έχετε χρόνο. Ασκηθείτε λιγότερο όταν δεν έχετε. Υπάρχει πολύ ελαστικότητα.

4. Καλλιέργεια νου και σώματος

Το Φάλουν Γκονγκ καλλιεργεί και το νου και το σώμα. Με την εξάσκηση πρώτα αλλάζει το φυσικό σώμα και το σώμα σε άλλες διαστάσεις. Χωρίς να χάσουμε το φυσικό σώμα και το

σώμα σε άλλες διαστάσεις, η Κύρια Συνείδηση συγχωνεύεται με το φυσικό σώμα και αποτελούν ένα, ολοκληρώνοντας έτσι την καλλιέργεια σε όλη της την ύπαρξη.

(1) Μεταμόρφωση του φυσικού σώματος και του σώματος σε άλλες διαστάσεις (Μπέντι)

Το ανθρώπινο σώμα αποτελείται από σάρκα, αίμα και οστά, με διαφορετικές μοριακές δομές και συστατικά. Με την καλλιέργεια, τα μοριακά συστατικά του ανθρώπινου σώματος μετασχηματίζονται σε ουσία υψηλής ενέργειας. Κατά συνέπεια, τα συστατικά του ανθρώπινου σώματος δεν είναι πλέον η αρχική ουσία, αλλά αντί για αυτό υφίστανται θεμελιώδη αλλαγή στην ποιότητα της ουσίας τους. Πάντως, οι καλλιεργητές καλλιεργούνται και ζουν ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους, και δεν μπορούν να παραβιάσουν τους όρους της ανθρώπινης κοινωνίας. Έτσι, αυτό το είδος αλλαγής δεν αλλάζει τη αρχική μοριακή δομή, ούτε αλλάζει την σειρά με την οποία τακτοποιούνται τα μόρια. Αλλάζει απλώς τα αρχικά μοριακά συστατικά. Η σάρκα του σώματος παραμένει μαλακή, τα κόκαλα σκληρά και το αίμα ρευστό. Όταν κόβεται κάποιος, εξακολουθεί να αιμορραγεί. Σύμφωνα με τη κινέζικη «Θεωρία των Πέντε Στοιχείων», το μέταλλο, το ξύλο, το νερό, η φωτιά και η γη συνθέτουν τα πάντα. Το ίδιο συμβαίνει και με το ανθρώπινο σώμα. Όταν κάποιος καλλιεργητής υποστεί τις αλλαγές στο Φυσικό του σώμα και στο σώμα του σε άλλες διαστάσεις, και οι υψηλής ενέργειας ουσίες αντικαταστήσουν τα αρχικά μοριακά συστατικά του, τότε το ανθρώπινο σώμα σε εκείνο το σημείο δεν αποτελείται πλέον από την αρχική του ουσία. Αυτή είναι ακριβώς η σημασία του «ξεπερνώντας τα Πέντε Στοιχεία».

Το πιο αξιοσημείωτο χαρακτηριστικό γνώρισμα των μεθόδων καλλιέργειας που καλλιεργούν και νου και σώμα είναι ότι παρατείνουν τη ζωή και αποτρέπουν τη γήρανση. Το Φάλουν Γκονγκ μας έχει πράγματι αυτό το αξιοπρόσεχτο χαρακτηριστικό γνώρισμα. Το Φάλουν Γκονγκ λειτουργεί με αυτόν τον τρόπο: αλλάζει ριζικά τα μοριακά συστατικά στο ανθρώπινο σώμα, αποθηκεύει σε κάθε κύτταρο ουσία υψηλής ενέργειας που έχει συλλέξει, και στο τέλος αφήνει την ουσία υψηλής ενέργειας να αντικαταστήσει τα συστατικά του κυττάρου. Με αυτόν τον τρόπο, δεν γίνεται μεταβολισμός. Έτσι ξεπερνά κανένας τα Πέντε Στοιχεία, μετατρέποντας το σώμα του σε σώμα που αποτελείται από ουσίες που προέρχονται από άλλες διαστάσεις. Χωρίς πλέον να περιορίζεται από το δικό μας διάστημα και το χρόνο μας, αυτό το άτομο παραμένει για πάντα νέο. Ιστορικά, έχουν υπάρξει πολλοί σημαντικοί μοναχοί που είχαν μακρά ζωή. Τώρα, υπάρχουν άνθρωποι που είναι εκατοντάδων ετών που περπατάνε στους δρόμους και δεν μπορείς να τους αναγνωρίσεις. Φαίνονται πολύ νέοι, φορούν τα ίδια συνηθισμένα ρούχα και έτσι δεν μπορείς να τους ξεχωρίσεις. Η ανθρώπινη ζωή δεν θα έπρεπε να είναι τόσο σύντομη όσο είναι τώρα. Μιλώντας από την άποψη της σύγχρονης επιστήμης, οι άνθρωποι πρέπει να μπορούν να ζουν πάνω από 200 χρόνια. Σύμφωνα με τα αρχεία, υπήρξε στη Μεγάλη Βρετανία κάποιος με το όνομα Φέμκατς που έζησε 207 χρόνια. Στην Ιαπωνία, κάποιος που ονομαζόταν Μίτσου Τάϊρα έζησε μέχρι τα 242. Κατά τη δυναστεία των Τανγκ στη χώρα μας, υπήρξε κάποιος μοναχός αποκαλούμενος Χούι Τσάο που έζησε μέχρι τα 290. Σύμφωνα με τα ληξιαρχικά χρονικά του νομού του Γιόνγκ Τάι στην επαρχία Φούτζιαν, ο Τσεν Τζουν γεννήθηκε το πρώτο έτος της περιόδου του Τζονγκ Χε (881 μ.Χ.) κατά τη διάρκεια της βασιλείας του αυτοκράτορα Σι Τσονγκ επί της δυναστείας των Τανγκ. Πέθανε κατά την περίοδο του Τάι Ντινγκ επί της δυναστείας των Γιουάν (1324 μ.Χ.), αφού έζησε για 443 χρόνια. Αυτά όλα υποστηρίζονται από αρχεία και μπορούν να ερευνηθούν. Δεν είναι παραμύθια. Με την καλλιέργεια, οι ασκούμενοι του Φάλουν Γκονγκ μας έχουν μειώσει εντυπωσιακά τις ρυτίδες στο πρόσωπό τους, το οποίο τώρα έχει ροδαλή, υγιή λάμψη. Το σώμα τους το αισθάνονται πολύ ελαφρύ και χαλαρό, και ούτε στο ελάχιστο κουρασμένο όταν περπατούν ή δουλεύουν. Αυτό είναι συνηθισμένο φαινόμενο. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η εμφάνισή μου, σύμφωνα με την άποψη άλλων, δεν έχει αλλάξει μέσα

σε 20 χρόνια. Εγώ ο ίδιος έχω καλλιεργηθεί για δεκαετίες. Το Φάλουν Γκονγκ μας περιέχει πολύ ισχυρά στοιχεία για την καλλιέργεια του σώματος. Όταν πρόκειται για ηλικία, οι καλλιεργητές του Φάλουν Γκονγκ φαίνονται αρκετά διαφορετικοί από τους συνηθισμένους ανθρώπους. Δεν φαίνεται η πραγματική τους ηλικία. Επομένως, τα κυριότερα χαρακτηριστικά γνωρίσματα των μεθόδων καλλιέργειας που καλλιεργούν και το νου και το σώμα είναι η παράταση της ζωής, η αποτροπή της γήρανσης και η επιμήκυνση της αναμενόμενης διάρκειας ζωής του ανθρώπου.

(2) Ουράνιος Κύκλος Φάλουν

Το ανθρώπινο σώμα μας είναι ένα μικρό Σύμπαν. Η ενέργεια του ανθρώπινου σώματος κυκλοφορεί γύρω μέσα στο σώμα, και αυτό ονομάζεται «η κυκλοφορία του μικρού Σύμπαντος» και ακόμα «η κυκλοφορία του ουράνιου κυκλώματος». Η σύνδεση των δύο ενεργειακών καναλιών Ρεν και Ντου, σύμφωνα με την ορολογία των επιπέδων, το μόνο που δημιουργεί είναι επιφανειακό ουράνιο κύκλωμα. Δεν έχει ως αποτέλεσμα να καλλιεργεί τη ζωή. Ο πραγματικός «Μικρός Ουράνιος Κύκλος» πηγαίνει από το παλάτι Νίβαν [περιοχή της επίφυσης, στον εγκέφαλο] στο Ντάντιεν (Πεδίο του Ελιξιρίου), [στην κάτω κοιλιακή χώρα], κυκλοφορώντας εσωτερικά. Με την εσωτερική κυκλοφορία, γίνεται δυνατόν το άνοιγμα όλων των καναλιών ξεκινώντας από μέσα προς τα έξω. Το Φάλουν Γκονγκ μας απαιτεί όλα τα κανάλια να ανοίγουν από την αρχή της εξάσκησης.

«Ο Μεγάλος Ουράνιος Κύκλος» είναι κυκλοφορία που συμβαίνει μέσα στους οκτώ μεσημβρινούς, έτσι ώστε να περάσει μέσα από ολόκληρο το σώμα. Εάν ο Μεγάλος Ουράνιος Κύκλος ανοίξει, επιφέρει κατάσταση κατά την οποία το άτομο μπορεί να παραμείνει μετέωρο πάνω από το έδαφος. Αυτή είναι η σημασία του «Μπάιρι Φέισενγκ» [πέταγμα και ανέβασμα υπό το άπλετο φως της ημέρας], όπως γράφεται στο Νταν Τζινγκ. Πάντως, συνήθως κάποιο σημείο στο σώμα σας κλειδώνεται έτσι ώστε δεν μπορείτε να πετάξετε. Πάντως, θα σας φέρει σε αυτή την κατάσταση: θα περπατάτε γρήγορα και αβίαστα, και όταν περπατάτε ανηφορικά, θα αισθάνεστε σαν κάποιος να σας ωθεί από πίσω. Το άνοιγμα του Μεγάλου Ουράνιου Κύκλου μπορεί επίσης να επιφέρει κάποιο είδος Εξαιρετικής Ικανότητας: μπορεί να καταστήσει πιθανή την ανταλλαγή της Ζωτικής Ενέργειας που υπάρχει στα διάφορα όργανα μέσα στο σώμα. Η Ζωτική Ενέργεια της καρδιάς μπορεί να μεταφερθεί στο στομάχι. Η Ζωτική Ενέργεια του στομαχιού μπορεί να μεταφερθεί στα έντερα. Καθώς το Ενεργειακό Δυναμικό ενισχύεται, αυτή η ικανότητα μετατρέπεται στην Εξαιρετική Ικανότητα της τηλεμεταφοράς, στην περίπτωση που χρησιμοποιείται έξω από το σώμα. Αυτό το είδος ουράνιου κύκλου αποκαλείται επίσης «Μεσημβρινός Ουράνιος Κύκλος» ή «Ουράνιος Κύκλος Τσιάνγκουν». Ωστόσο οι κινήσεις του δεν πέτυχαν ακόμα τον στόχο της μεταμόρφωσης του σώματος. Πρέπει να υπάρξει κάποιος άλλος αντίστοιχος ουράνιος κύκλος, ο αποκαλούμενος «Ουράνιος Κύκλος Μάογιου». Και να πώς κινείται ο Ουράνιος Κύκλος Μάογιου: εξέρχεται είτε από το σημείο Χούιγιν [περίνεο] είτε από το σημείο Μπάιχουι [το κέντρο του τριχωτού της κεφαλής], κινούμενος κατά μήκος των πλευρών του σώματος, εκεί όπου το Γιν συνορεύει με το Γιάνγκ.

Ο ουράνιος κύκλος στο Φάλουν Γκονγκ είναι πολύ μεγαλύτερος από τις κινήσεις των Εξαιρετικών Οκτώ Μεσημβρινών που πραγματεύονται οι μέτριες μέθοδοι καλλιέργειας. Αυτός είναι η κίνηση όλων των διασταυρούμενων καναλιών που βρίσκονται σε ολόκληρο το σώμα. Αυτός απαιτεί στο σύνολο τους όλα εκείνα τα κανάλια να ανοίγουν πλήρως με τη μία και να κινούνται όλα μαζί. Αυτά είναι ήδη ενσωματωμένα στο Φάλουν Γκονγκ μας, έτσι δεν πρέπει να εξασκείστε σε αυτά παρεμβαίνοντες νοητικά, ούτε να τα καθοδηγείτε με τις σκέψεις σας. Εάν το κάνετε με αυτόν τον τρόπο, θα παραστρατήσετε. Εγώ εγκατέστησα τον Ενεργειακό Μηχανισμό έξω από το σώμα σας κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου. Αυτός κινείται αυτόματα. Ο Ενεργειακός Μηχανισμός είναι κάτι μοναδικό στην καλλιέργεια προς ψηλότερο επίπεδο και

είναι μέρος αυτού που καθιστά την εξάσκησή μας αυτόματη. Ακριβώς όπως το Φάλουν, περιστρέφεται ασταμάτητα, οδηγώντας όλα τα εσωτερικά ενεργειακά κανάλια σας σε περιστροφική κίνηση. Αν και δεν έχετε ασκηθεί στον ουράνιο κύκλο, στην πραγματικότητα, εκείνα τα ενεργειακά κανάλια σας έχουν ήδη τεθεί σε κίνηση και το εσωτερικό και το εξωτερικό κινούνται μαζί, εμπεριστατωμένα. Χρησιμοποιούμε τις ασκήσεις μας για να ενισχύσουμε τον Ενεργειακό Μηχανισμό που υπάρχει έξω από το σώμα μας.

(3) Άνοιγμα των καναλιών

Στόχος του ανοίγματος των καναλιών είναι να επιτραπεί στην ενέργεια να κυκλοφορήσει, ώστε να αλλάξει τα μοριακά συστατικά των κυττάρων και να τα μετασχηματίσει ώστε να γίνουν ουσία ψηλής ενέργειας. Τα κανάλια αυτών που δεν ασκούνται είναι φραγμένα και επίσης πολύ στενά. Τα κανάλια των ασκούμενων φωτίζονται βαθμιαία, καθαρίζοντας τις φραγμένες περιοχές. Τα κανάλια των βετεράνων ασκούμενων διευρύνονται. Θα διευρυνθούν ακόμα περισσότερο κατά την καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Μερικοί έχουν κανάλια τόσο φαρδιά όσο ένα δάχτυλο. Πάντως, αυτό τούτο το άνοιγμα των καναλιών δεν απεικονίζει το επίπεδο καλλιέργειας ή το ύψος της Ενέργειας Καλλιέργειας. Με την εξάσκηση, τα κανάλια φωτίζονται και διευρύνονται και τελικά συνδέονται για να αποτελέσουν συνεχές σύνολο. Σε αυτό το σημείο καλλιέργειας, το άτομο δεν έχει κανάλια ή σημεία βελονισμού. Από την άλλη, ολόκληρο το σώμα του είναι όλο κανάλια και σημεία βελονισμού. Ακόμα και όταν το άτομο βρίσκεται σε αυτό το σημείο καλλιέργειας, δεν σημαίνει ότι έχει ολοκληρώσει την καλλιέργειά του. Αυτό αποτελεί μόνο αντανάκλαση του επιπέδου μέσα στη διαδικασία της καλλιέργειας του Φάλουν Γκονγκ. Όταν φτάσει σε αυτό το στάδιο, το άτομο έχει φτάσει στο τέλος της καλλιέργειας του Νόμου του Τριπλού Κόσμου. Συγχρόνως, κάνει μια πολύ προφανή κατάσταση να εκδηλωθεί: μια δέσμη τριών λουλουδιών πάνω από την κορυφή του κεφαλιού (Σαν Χουά Τζου Ντινγκ). Πολύ Ενέργεια Καλλιέργειας έχει αναπτυχθεί και έχει αποκτήσει μορφή. Ο Ενεργειακός Πόλος επίσης είναι πολύ ψηλός. Επιπλέον, τα τρία λουλούδια έχουν εμφανιστεί πάνω από την κορυφή του κεφαλιού, με το ένα να μοιάζει με χρυσάνθεμο και το άλλο με λωτό. Τα τρία λουλούδια στριφογυρίζουν και, συγχρόνως, περιστρέφονται σε κύκλους. Κάθε λουλούδι έχει έναν πολύ ψηλό στύλο στην κορυφή του, που φθάνει μέχρι τον ουρανό. Αυτοί οι τρεις στύλοι περιστρέφονται επίσης και στριφογυρίζουν μαζί με τα λουλούδια. Αισθάνεται κανένας, ότι το κεφάλι του έχει γίνει βαρύ. Σε αυτό το σημείο, απλώς έχει κάνει το τελευταίο βήμα στην καλλιέργεια του Νόμου του Τριπλού Κόσμου.

5. Νοητική παρέμβαση

Η καλλιέργεια του Φάλουν Γκονγκ δεν μεταχειρίζεται νοητική παρέμβαση. Η νοητική παρέμβαση δεν ολοκληρώνει τίποτα από μόνη της, μπορεί όμως να δώσει εντολές. Στην πραγματικότητα αυτό που βρίσκεται σε λειτουργία είναι οι Εξαιρετικές Ικανότητες που έχουν δυνατότητα σκέψης, όπως κάποια ευφυής ύπαρξη και μπορούν να δεχθούν την εντολή του μηνύματος που προέρχεται από τον εγκέφαλο. Πολλοί όμως άνθρωποι, ιδιαίτερα όσοι βρίσκονται στον χώρο της Ενεργειακής Άσκησης, έχουν πολλές διαφορετικές γνώμες σχετικά με αυτό. Νομίζουν ότι η νοητική παρέμβαση μπορεί να εκπληρώσει πολλά πράγματα. Κάποιοι συζητούν για χρησιμοποίηση της νοητικής παρέμβασης για την ανάπτυξη Εξαιρετικών Ικανοτήτων, δηλαδή για το άνοιγμα του Τρίτου Ματιού, την θεραπεία ασθενειών και την εκτέλεση τηλεμεταφοράς και άλλες τέτοιες. Αυτό αποτελεί παρεξήγηση. Σε χαμηλότερα επίπεδα, οι συνηθισμένοι άνθρωποι χρησιμοποιούν την νοητική παρέμβαση για να κατευθύνουν τις αισθήσεις και τα τέσσερα άκρα τους. Σε ψηλότερα επίπεδα, η νοητική παρέμβαση των καλλιεργητών ανεβαίνει λιγάκι, όταν διατάζει τις ικανότητες να εκτελέσουν στοιχειώδεις εργασίες. Με άλλα λόγια, οι Εξαιρετικές Ικανότητες υπαγορεύονται από την νοητική παρέμβαση. Έτσι αντιλαμβανόμαστε την λειτουργία της νοητικής παρέμβασης.

Μερικές φορές βλέπουμε κάποιο δάσκαλο της Ενεργειακής Άσκησης να θεραπεύει άλλους. Οι ασθενείς λένε ότι έγιναν καλά χωρίς ο δάσκαλος να κινήσει ούτε δάχτυλο και νομίζουν ότι θεραπεύτηκαν από τη νοητική παρέμβασή του. Στην πραγματικότητα, αυτός χρησιμοποιεί κάποια Εξαιρετική Ικανότητα και της υπαγορεύει να θεραπεύσει ή να κάνει κάτι άλλο. Επειδή οι Εξαιρετικές Ικανότητες περιφέρονται σε διαφορετική διάσταση, οι συνηθισμένοι άνθρωποι δεν μπορούν να τις δουν με τα μάτια τους. Εκείνοι που δεν ξέρουν νομίζουν ότι ήταν η νοητική παρέμβαση που το έκανε. Μερικοί άνθρωποι θεωρούν ότι η νοητική παρέμβαση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να θεραπεύσει ασθενείς, κάτι που έχει παραπλανήσει τους ανθρώπους. Αυτή η άποψη πρέπει να ξεκαθαριστεί.

Οι ανθρώπινες σκέψεις είναι είδος μηνύματος, είδος ενέργειας και μορφή υλικής ύπαρξης. Όταν οι άνθρωποι σκέφτονται διάφορα ζητήματα, ο εγκέφαλος παράγει κάποια συχνότητα. Μερικές φορές είναι πολύ αποτελεσματικό το να ψάλλεις κάποιο «μάντρα». Γιατί; Επειδή το Σύμπαν έχει τη δική του συχνότητα δόνησης. Όταν η συχνότητα του «μάντρα» σας συμπίπτει με αυτήν του Σύμπαντος, αυτό μπορεί να είναι αποτελεσματικό. Βεβαίως, για να είναι αυτό αποτελεσματικό, πρέπει το «μάντρα» να έχει καλοπροαίρετο μήνυμα επειδή κακά πράγματα δεν επιτρέπεται να υπάρχουν στο Σύμπαν. Η νοητική παρέμβαση είναι επίσης συγκεκριμένος τρόπος σκέψης. Το Σώμα Του Νόμου ενός ψηλού επιπέδου μεγάλου δασκάλου της Ενεργειακής Άσκησης ελέγχεται και υπαγορεύεται από τις σκέψεις του βασικού του σώματος. Το Σώμα Του Νόμου έχει κι αυτό τις σκέψεις του, την ανεξάρτητη δυνατότητά του να λύνει προβλήματα και να εκτελεί εργασίες. Είναι μία εντελώς ανεξάρτητη οντότητα. Συγχρόνως, το Σώμα Του Νόμου ξέρει τις σκέψεις του βασικού σώματος του δασκάλου της Ενεργειακής Άσκησης και εκτελεί εργασίες σύμφωνα με εκείνες τις σκέψεις. Για παράδειγμα, εάν ο δάσκαλος της Ενεργειακής Άσκησης θέλει να θεραπεύσει κάποιο συγκεκριμένο άτομο, το Σώμα Του Νόμου του θα πάει εκεί. Χωρίς εκείνη τη σκέψη, δεν θα πήγαινε. Όταν βλέπει κάτι εξαιρετικά καλό για να κάνει, θα το κάνει από μόνο του. Μερικοί δάσκαλοι δεν έχουν φθάσει στην κατάσταση της φώτισης. Υπάρχουν μερικά πράγματα που δεν τα ξέρουν ακόμα, αλλά τα Σώματα του Νόμου που διαθέτουν τα ξέρουν ήδη.

Η νοητική παρέμβαση περιλαμβάνει επίσης την έννοια της έμπνευσης. Η έμπνευση δεν προέρχεται από την Κύρια Συνείδηση κάποιου. Η βάση της γνώσης της Κύριας Συνείδησης είναι πολύ περιορισμένη. Δεν είναι δυνατόν να βασιστείτε μόνο στην Κύρια Συνείδηση στην προσπάθειά σας να επινοήσετε κάτι που δεν υπάρχει ακόμα μέσα σε αυτήν την κοινωνία. Η έμπνευση προέρχεται από την Παρασυνείδηση. Μερικοί άνθρωποι συμμετέχουν σε δημιουργική εργασία ή σε επιστημονική έρευνα. Όταν «κολλάνε» αφού εξαντλήσουν όλη την ισχύ του μυαλού τους, σταματάνε, ξεκουράζονται για μια στιγμή, ή κάνουν περίπατο έξω. Ξαφνικά, η έμπνευση έρχεται χωρίς σκέψη. Αμέσως, αρχίζουν να τα καταγράφουν όλα στα γρήγορα. Για αυτόν τον λόγο κάτι δημιουργούν. Αυτό συμβαίνει επειδή όταν η Κύρια Συνείδηση είναι πολύ ισχυρή, ελέγχει τον εγκέφαλο. Κολλάει. Μόλις χαλαρώσει η κύρια συνείδηση, η Παρασυνείδηση αρχίζει να λειτουργεί. Τότε, αυτή ελέγχει τον εγκέφαλο. Ανήκοντας σε διαφορετική διάσταση, η Παρασυνείδηση δεν είναι δυνατόν να συγκρατηθεί από αυτήν εδώ την διάσταση και έτσι μπορεί να δημιουργήσει νέα πράγματα. Αλλά η Παρασυνείδηση δεν είναι σε θέση να υπερβεί ή να παρεμποδίσει τις συνθήκες της συνηθισμένης κοινωνίας, ούτε μπορεί να επηρεάσει την πρόοδο της ανάπτυξης της κοινωνίας.

Η έμπνευση προέρχεται από δύο πηγές. Η μία παρέχεται από την Παρασυνείδηση. Η Παρασυνείδηση δεν χάνεται στο λαβύρινθο αυτού του κόσμου και μπορεί να παράγει έμπνευση. Η άλλη πηγή προέρχεται από την εντολή και την καθοδήγηση κάποιας ευφυούς ύπαρξης ψηλότερου επιπέδου. Όταν καθοδηγείται από κάποια ευφυή ύπαρξη ψηλότερου επιπέδου, το μυαλό των ανθρώπων διευρύνεται και είναι ικανό να δημιουργήσει ριζοσπαστικά

πράγματα. Η όλη ανάπτυξη της κοινωνίας και του Σύμπαντος έχει τους δικούς της μοναδικούς Νόμους. Τίποτα δεν συμβαίνει στην τύχη.

6. Επίπεδα καλλιέργειας στο Φάλουν Γκονγκ

(1) Καλλιέργεια προς ψηλότερο επίπεδο

Το Φάλουν Γκονγκ είναι καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο, έτσι η Ενέργεια Καλλιέργειας παράγεται αρκετά γρήγορα. Ο Μεγάλος Νόμος είναι απλός και εύκολος. Σε μακροσκοπική βάση, το Φάλουν Γκονγκ έχει πολύ λίγες κινήσεις. Πάντως, ελέγχει όλες τις πτυχές του σώματος, συμπεριλαμβανομένων πολλών πραγμάτων που θα παραχθούν. Εφόσον το Σίνσινγκ μπορεί και διατηρείται, η Ενέργεια Καλλιέργειας αυξάνεται πολύ γρήγορα, απαιτώντας πολύ λίγη εσκεμμένη προσπάθεια ή χρήση οποιασδήποτε ιδιαίτερης μεθόδου ή το «Ντινγκ Σάλου Κάϊγιαο Λιάν Νταν» ή προσθήκη τόσης φωτιάς για να πάρουμε τόση ποσότητα φαρμάκων. Στηριζόμενη στην καθοδήγηση της νοητικής παρέμβασης μπορεί να είναι πολύ περίπλοκη και μπορεί να διευκολύνει κάποιον να παραστρατήσει. Εμείς εδώ παρέχουμε την καταλληλότερη μέθοδο καλλιέργειας και την καλύτερη, που όμως είναι και η δυσκολότερη. Για να φτάσει κάποιος καλλιεργητής στην κατάσταση του «Γαλακτώδους Λευκού Σώματος», θα του έπαιρνε περισσότερο από μία δεκαετία, δεκαετίες ή ακόμα και περισσότερο σε άλλες μεθόδους. Πάντως, εμείς σας φέρνουμε σε αυτό το στάδιο αμέσως. Είναι δυνατό να περάσετε αυτό το επίπεδο, πριν καλά καλά το καταλάβετε. Αυτό μπορεί να διαρκέσει μόνο μερικές ώρες. Θα υπάρξει κάποια ημέρα που θα αισθανθείτε πολύ ευαίσθητοι και μια μόνο στιγμή αργότερα δεν θα νιώθετε τόσο ευαίσθητοι. Στην πραγματικότητα, μόλις περάσατε κάποιο μεγάλο επίπεδο.

(2) Μορφές των εκδηλώσεων της Ενέργειας Καλλιέργειας

Αφού περάσουν από τη προσαρμογή του φυσικού τους σώματος, οι μαθητές του Φάλουν Γκονγκ έχουν φθάσει στην κατάσταση που είναι κατάλληλη για καλλιέργεια σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο. Αυτή είναι η κατάσταση του «Γαλακτώδους Λευκού Σώματος». Η Ενέργεια Καλλιέργειας μπορεί να παραχθεί μόνο όταν έχουν προσαρμοστεί σε αυτή την κατάσταση. Όσοι έχουν το Τρίτο Μάτι ανοιγμένο σε ανώτερο επίπεδο μπορούν να δουν ότι η Ενέργεια Καλλιέργειας αναπτύσσεται στην επιφάνεια του δέρματος και κατόπιν απορροφάται από το σώμα του καλλιεργητή. Έπειτα παράγεται ξανά και απορροφάται ξανά και ούτω καθεξής, διαπερνώντας το ένα στρώμα μετά το άλλο, μερικές φορές πολύ γρήγορα. Αυτή είναι η πρώτη Ενέργεια Καλλιέργειας. Αφού αναπτυχθεί η Ενέργεια Καλλιέργειας για πρώτη φορά, το σώμα του καλλιεργητή δεν είναι πλέον κανονικό σώμα. Όταν κάποιος φθάσει στο «Γαλακτώδες Λευκό Σώμα», δεν θα αρρωστήσει ποτέ ξανά. Πόνος που μπορεί να προκύψει εδώ κι εκεί ή ενόχληση σε ορισμένη περιοχή, που μοιάζει με ασθένεια, δεν είναι ασθένεια. Προκαλείται από το κάρμα. Μετά από το δεύτερο κύκλο της ανάπτυξης της Ενέργειας Καλλιέργειας, τα ευφυή όντα γίνονται πολύ μεγάλα. Μπορούν να κινηθούν και να μιλήσουν. Μερικές φορές παράγονται αραιά, άλλες φορές σε μεγάλη πυκνότητα. Μπορούν επίσης να μιλήσουν το ένα με το άλλο. Υπάρχει πολλή ενέργεια καταχωρημένη σε εκείνα τα ευφυή όντα, που χρησιμοποιείται για να μεταμορφώσει το φυσικό τους σώμα και το σώμα τους σε άλλες διαστάσεις. Κατά την πολύ προηγμένου επιπέδου καλλιέργεια στο Φάλουν Γκονγκ, μερικές φορές εμφανίζονται σε όλο το σώμα καλλιεργημένα νήπια (Ινχαι). Είναι πολύ άτακτα, τους αρέσει να παίζουν και είναι πολύ καλοκάγαθα. Επίσης, μπορεί να παραχθεί άλλο σώμα. Αυτό είναι το πρωταρχικό και αθάνατο νήπιο (Γιουάνγινγκ). Κάθεται στη στάση του λωτού και φαίνεται πολύ όμορφο. Το πρωταρχικό και αθάνατο νήπιο που παράγεται από την καλλιέργεια δημιουργείται με τη συγχώνευση του Γιν και του Γιάνγκ μέσα στο ανθρώπινο σώμα. Και οι αρσενικοί και οι θηλυκοί καλλιεργητές είναι σε θέση να αποκτήσουν με την

καλλιέργεια πρωταρχικό και αθάνατο νήπιο. Το πρωταρχικό και αθάνατο νήπιο είναι πολύ μικρό στην αρχή, βαθμιαία γίνεται μεγαλύτερο και στο τέλος, αποκτά το ίδιο μέγεθος και μοιάζει ακριβώς όπως ο καλλιεργητής. Μένει μέσα στο σώμα του. Όταν άνθρωποι με Εξαιρετικές Ικανότητες τον κοιτάζουν, θα πουν ότι έχει δύο σώματα. Στην πραγματικότητα, έχει καλλιεργηθεί το αληθινό του σώμα. Επιπλέον, με την καλλιέργεια, μπορεί επίσης να αναπτυχθούν πολλά Σώματα του Νόμου. Γενικά, οι Εξαιρετικές Ικανότητες που μπορούν να αναπτυχθούν στο Σύμπαν μπορούν όλες να αναπτυχθούν στο Φάλουν Γκονγκ. Εξαιρετικές Ικανότητες που αναπτύσσονται σε άλλες μεθόδους καλλιέργειας, συμπεριλαμβάνονται όλες και στο Φάλουν Γκονγκ.

(3) Καλλιέργεια του Πέραν του Τριπλού Κόσμου Νόμου

Με την καλλιέργεια, οι καλλιεργητές κάνουν τα κανάλια τους όλο και ευρύτερα, συνδέοντάς τα ώστε να αποτελούν ενιαίο σύνολο. Αυτό εννοούμε όταν λέμε, ότι καλλιεργούμενος φθάνεις στην κατάσταση όπου δεν υπάρχουν κανάλια ή σημεία βελονισμού. Όμως, αν το πούμε αλλιώς, κανάλια και σημεία βελονισμού υπάρχουν παντού. Και αυτό ακόμα, δεν σημαίνει ότι έχετε πετύχει το Τάο. Αποτελεί μόνο είδος αντανάκλασης κατά τη διαδικασία της καλλιέργειας του Φάλουν Γκονγκ, είναι η αντανάκλαση κάποιου επιπέδου. Όταν αυτό το στάδιο επιτευχθεί, το άτομο βρίσκεται στο τέλος της καλλιέργειας του Νόμου του Τριπλού Κόσμου. Η Ενέργεια Καλλιέργειας που αναπτύσσεται είναι ήδη πολύ ισχυρή, και έχει αποκτήσει κάποια μορφή. Ο ενεργειακός πόλος είναι επίσης πολύ ψηλός. Επιπλέον, τρία λουλούδια εμφανίζονται στην κορυφή του κεφαλιού. Σε αυτό το σημείο, αυτό το άτομο έχει κάνει απλώς το τελευταίο βήμα του Νόμου του Τριπλού Κόσμου.

Κάνοντας ένα βήμα προς τα εμπρός, δεν έχει απομείνει τίποτα. Όλη η Ενέργεια Καλλιέργειας θα αποτραβηχτεί στον βαθύτερο χώρο στο εσωτερικό του σώματος. Μπαίνει τότε κανένας στην κατάσταση του «Καθαρού Λευκού Σώματος» όπου το σώμα είναι διαφανές. Με άλλο ένα βήμα προς τα εμπρός, εισάγεται στην καλλιέργεια του Πέραν του Τριπλού Κόσμου Νόμου, επίσης γνωστή ως καλλιέργεια σώματος του Φο. Η Ενέργεια Καλλιέργειας που αναπτύσσεται σε αυτή τη φάση ανήκει στην κατηγορία της θείας δύναμης. Εκείνη τη στιγμή, ο καλλιεργητής έχει απεριόριστη δύναμη και γίνεται πολύ ισχυρός. Τότε, φθάνοντας σε ψηλότερο βασίλειο, θα καλλιεργηθεί ώστε να γίνει μεγάλος φωτισμένος. Αυτό εξαρτάται από τον τρόπο με τον οποίο καλλιεργείτε το Σίνσινγκ σας. Όποιο και αν είναι το επίπεδο της καλλιέργειάς σας, αυτό είναι το επίπεδο του δικού σας «Βαθμού επίτευξης». Όσοι έχουν αφιερωθεί στην καλλιέργεια, αποκτούν τον «Ορθόδοξο Νόμο» και εξασφαλίζουν τον «Καρπό της Τελείωσης». Αυτό αποτελεί την επιτυχή ολοκλήρωση της καλλιέργειας.

Κεφάλαιο III

Καλλιέργεια του Σίνσινγκ

Όλοι οι καλλιεργητές του Φάλουν Γκονγκ πρέπει να τοποθετούν την καλλιέργεια του Σίνσινγκ ως κορυφαία προτεραιότητά τους, και να έχουν την σταθερή βεβαιότητα ότι το Σίνσινγκ αποτελεί το κλειδί για την ανάπτυξη της Ενέργειας Καλλιέργειας. Αυτός είναι ο βασικός κανόνας που διέπει την καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Για να κυριολεκτήσουμε, το Ενεργειακό Δυναμικό που καθορίζει το επίπεδο κάποιου δεν αναπτύσσεται με την άσκηση, αλλά με την καλλιέργεια του Σίνσινγκ. Είναι ευκολότερο να μιλάει κανένας για την βελτίωση του Σίνσινγκ παρά να την κάνει. Οι καλλιεργητές πρέπει να είναι σε θέση να εγκαταλείψουν πάρα πολλά, να βελτιώσουν την ποιότητα φώτισής τους, να αντέξουν τα μεγαλύτερα βάσανα, να υπομένουν πράγματα σχεδόν αφόρητα και άλλα τέτοια. Γιατί μερικοί άνθρωποι ασκούνται για πολλά χρόνια, όμως η Ενέργεια Καλλιέργειάς τους δεν έχει ακόμα αυξηθεί; Οι βασικές αιτίες είναι: κατ' αρχάς, δε δίνουν προσοχή στο Σίνσινγκ και δεύτερον, δεν έχουν μνηθεί σε κάποιο ορθόδοξο Νόμο ψηλότερου επιπέδου. Αυτό το ζήτημα πρέπει να αποκαλυφθεί. Πολλοί δάσκαλοι που διδάσκουν καλλιέργεια μιλούν για το Σίνσινγκ. Αυτοί διδάσκουν πραγματικά. Όσοι διδάσκουν μόνο ασκήσεις και τεχνικές, αλλά δεν συζητούν ποτέ για το Σίνσινγκ, στην πραγματικότητα διδάσκουν κακή καλλιέργεια. Συμπέρασμα, οι ασκούμενοι πρέπει να κάνουν πολλή μεγάλη προσπάθεια για να βελτιώσουν το Σίνσινγκ τους. Μόνο τότε μπορούν να εισέλθουν στην καλλιέργεια που οδηγεί σε ψηλό επίπεδο.

1. Το νόημα του Σίνσινγκ

Το Σίνσινγκ για το οποίο συζητούμε στο Φάλουν Γκονγκ δεν πρέπει να το συγχέουμε με την Αρετή (Ντε). Ούτε καλύπτεται μόνο από την Αρετή. Το Σίνσινγκ περιλαμβάνει πολύ περισσότερα από την Αρετή. Περικλείει πολλές διαφορετικές απόψεις που συμπεριλαμβάνουν και εκείνες της Αρετής. Η Αρετή κάποιου αποτελεί μια μόνο εκδήλωση του Σίνσινγκ του, δηλαδή το να χρησιμοποιούμε την Αρετή μόνη της για να καταλάβουμε την έννοια του Σίνσινγκ, δεν φτάνει. Το Σίνσινγκ περιλαμβάνει ακόμα, και το πώς χειριζόμαστε τα δύο ζητήματα, «κέρδος» και «απώλεια». Όπου «κέρδος» είναι η ταύτιση με αυτό που χαρακτηρίζει το Σύμπαν. Αυτό που χαρακτηρίζει το Σύμπαν είναι το Τζεν-Σαν-Ρεν (Αλήθεια-Καλοσύνη-Ανεκτικότητα). Ο βαθμός συμμόρφωσης κάποιου καλλιεργητή με αυτό που χαρακτηρίζει το Σύμπαν, αντανακλάται στην Αρετή του. «Απώλεια» είναι το να εγκαταλείψει κανένας τις κακές του σκέψεις και συμπεριφορές όπως την απληστία, την επιδίωξη του κέρδους, τη λαγνεία, τα πάθη, το φόνο, τη βαναυσότητα, την κλοπή, τη ληστεία, την απάτη, τη ζήλια και άλλα τέτοια. Εάν κάποιος καλλιεργείται προς ανώτερο επίπεδο, πρέπει ακόμα να σταματήσει να κυνηγάει τις απολαύσεις, κάτι που είναι φυσικό και βαθιά ριζωμένο στα ανθρώπινα όντα. Με άλλα λόγια, πρέπει κανένας να εγκαταλείψει όλες τις προσκολλήσεις και να πάψει να ενδιαφέρεται για προσωπική φήμη και κέρδος.

Κάθε άνθρωπος, έχει το φυσικό του σώμα και τον χαρακτήρα του. Το ίδιο ισχύει και για το Σύμπαν. Αυτό έχει ταυτόχρονα, εκτός από την υλική του υπόσταση, και το χαρακτηριστικό Τζεν-Σαν-Ρεν. Κάθε μόριο του αέρα περιέχει αυτό το χαρακτηριστικό. Στη συνηθισμένη κοινωνία, το χαρακτηριστικό αυτό αντανακλάται στο γεγονός ότι όταν κάνεις καλές πράξεις σε επαινούν και όταν κάνεις κακές πράξεις τιμωρείσαι. Σε ψηλότερο επίπεδο, το χαρακτηριστικό αυτό εκδηλώνεται με την ύπαρξη Εξαιρετικών Ικανοτήτων. Όσοι δρουν σύμφωνα με αυτό το

χαρακτηριστικό είναι καλοί άνθρωποι, ενώ όσοι απομακρύνονται από αυτό είναι κακοί. Όσοι συμμορφώνονται με αυτό και ταυτίζονται με αυτό είναι εκείνοι που έχουν πραγματώσει το Τάο. Κατά συνέπεια, οι καλλιεργητές πρέπει να έχουν εξαιρετικά ψηλό Σίνσινγκ ώστε να προσαρμόζονται σε αυτό το χαρακτηριστικό. Μόνο κατά αυτόν τον τρόπο μπορεί κανένας να κάνει καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο.

Είναι εύκολο να είναι κανένας καλός άνθρωπος, αλλά δεν είναι τόσο εύκολο να καλλιεργήσει το Σίνσινγκ του. Οι καλλιεργητές πρέπει να είναι ψυχολογικά προετοιμασμένοι. Πρέπει κανένας να το θέλει πραγματικά πριν προσπαθήσει να διορθώσει το νου του. Οι άνθρωποι ζουν σε αυτόν τον κόσμο όπου η κοινωνία γίνεται όλο και πιο περίπλοκη. Θέλεις να κάνεις καλές πράξεις, αλλά υπάρχουν μερικοί που δεν θέλουν να τις κάνουν, δεν θέλεις να βλάψεις άλλους, αλλά άλλοι, μπορεί να βλάψουν εσένα για διάφορους λόγους. Μερικές φορές αυτά που συμβαίνουν δεν είναι φυσιολογικά. Καταλαβαίνετε τις αιτίες; Τι σκέφτεστε να κάνετε; Όταν αντιμετωπίζετε όλες τις συγκρούσεις σε αυτόν τον κόσμο, το Σίνσινγκ σας δοκιμάζεται κάθε στιγμή. Όταν αντιμετωπίζετε απερίγραπτη ταπείνωση, όταν βλάπτεται άμεσα το προσωπικό σας συμφέρον, όταν συναντάτε τον πειρασμό των χρημάτων και της λαγνείας, όταν παρασύρεστε σε αγώνα για ισχύ, όταν ο ανταγωνισμός προκαλεί οργή και ζήλια, όταν στην κοινωνία και μέσα στην οικογένεια συμβαίνουν διάφορες συγκρούσεις και όταν συναντάτε βάσανα κάθε είδους, μπορείτε πάντα να συμπεριφέρεστε σύμφωνα με τις αυστηρές απαιτήσεις του Σίνσινγκ; Φυσικά, εάν μπορείτε να το κάνετε σε όλες αυτές τις περιπτώσεις, είστε ήδη φωτισμένος. Μια και οι περισσότεροι καλλιεργητές αρχίζουν ως συνηθισμένοι άνθρωποι, η καλλιέργεια του Σίνσινγκ τους γίνεται βαθμιαία και εξελίσσεται σιγά-σιγά. Οι αποφασισμένοι καλλιεργητές πρέπει να είναι προετοιμασμένοι ώστε να υπομείνουν τα μεγάλα βάσανα και να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες με σταθερό νου. Έτσι τελικά θα αποκτήσουν τον «Καρπό της Τελειότητας». Εύχομαι όλοι οι καλλιεργητές να προφυλάξουν καλά το Σίνσινγκ τους, ώστε το Ενεργειακό Δυναμικό τους να αυξηθεί το συντομότερο δυνατόν!

2. Απώλεια και Κέρδος

Στο περιβάλλον όσων ασχολούνται με την Ενεργειακή Άσκηση και στο περιβάλλον της θρησκείας, μιλούν για την απώλεια και το κέρδος. Μερικοί θεωρούν «απώλεια» το να είσαι φιλόanthropos, να κάνεις μερικές καλές πράξεις ή να προσφέρεις βοήθεια σε ανθρώπους με προβλήματα και «κέρδος» το να κερδίζεις Ενέργεια Καλλιέργειας. Ακόμα και οι μοναχοί στους ναούς λένε ότι πρέπει κανένας να είναι φιλόanthropos. Αυτή η αντίληψη περιορίζει την έννοια της «απώλειας». Η «απώλεια» για την οποία μιλάμε εμείς, πάντως, είναι πολύ ευρύτερη, και απλώνεται σε μεγάλη κλίμακα. Αυτά που εμείς απαιτούμε να χάσει κάποιος, είναι οι προσκολλήσεις των συνηθισμένων ανθρώπων και το πνεύμα που δεν τους αφήνει να εγκαταλείψουν αυτές τις προσκολλήσεις. Εάν κάποιος μπορεί να εγκαταλείψει όσα θεωρεί σημαντικά καθώς και όσα νομίζει ότι δεν μπορεί να τα εγκαταλείψει, αυτό είναι η πραγματική έννοια της «απώλειας». Το να προσφέρει κάποιος βοήθεια και το να εκφράζει φιλανθρωπία είναι μέρος μόνο της «απώλειας».

Ο συνηθισμένος άνθρωπος, αποζητά να έχει κάποια φήμη, προσωπικό κέρδος, καλύτερο βιοτικό επίπεδο, περισσότερη άνεση και περισσότερα χρήματα. Αυτοί είναι οι στόχοι των συνηθισμένων ανθρώπων. Εμείς ως καλλιεργητές, είμαστε διαφορετικοί καθώς αυτό που αποκτάμε είναι Ενέργεια Καλλιέργειας, και όχι εκείνα. Πρέπει να ενδιαφερόμαστε λιγότερο για το προσωπικό κέρδος και να μην του δίνουμε μεγάλη σημασία, αυτό όμως δεν σημαίνει ότι πραγματικά πρέπει να χάσουμε κάτι. Καλλιεργούμε μέσα στη συνηθισμένη κοινωνία και

οφείλουμε να ζούμε όπως οι συνηθισμένοι άνθρωποι. Το κλειδί είναι να εγκαταλείψετε τις προσκολλήσεις σας. Στην πραγματικότητα δεν απαιτείται να χάσετε τίποτα. Οτιδήποτε σας ανήκει δεν θα χαθεί, ούτε όμως μπορείτε να αποκτήσετε πράγματα που δεν σας ανήκουν. Εάν τα αποκτήσετε θα πρέπει να τα επιστρέψετε στους άλλους. Εάν κερδίσετε κάτι, θα πρέπει να χάσετε κάτι άλλο. Φυσικά είναι αδύνατο να τα κάνετε όλα πολύ καλά με τη μία, ούτε είναι δυνατό να φωτιστείτε από τη μια μέρα στην άλλη. Όμως μπορείτε να το πετύχετε, καλλιεργούμενοι σιγά-σιγά και βελτιούμενοι βαθμιαία. Πάντως, όσο πολλά και αν χάσετε θα τα κερδίσετε. Θα πρέπει να δίνετε μικρή σημασία στο προσωπικό σας όφελος. Καλύτερα να κερδίζετε λιγότερα και να έχετε πνευματική γαλήνη. Ίσως υποστείτε κάποιες απώλειες σε υλικά πράγματα, θα κερδίσετε όμως Αρετή και Ενέργεια Καλλιέργειας. Αυτή είναι η αλήθεια. Δεν πρέπει να κερδίζετε Αρετή και Ενέργεια Καλλιέργειας σκόπιμα, προσφέροντας για αντάλλαγμα την φήμη, τα χρήματα ή τα προσωπικά σας οφέλη. Αυτό θα το κατανοήσετε ακόμα καλύτερα μέσα από τις εμπειρίες σας, χρησιμοποιώντας την ιδιότητά σας, της φώτισης.

Κάποιος καλλιεργητής του Μεγάλου Τάο είπε κάποτε: «Δεν θέλω όσα επιθυμούν οι άλλοι. Δεν κατέχω πράγματα που κατέχουν οι άλλοι, πάντως έχω πράγματα που οι άλλοι δεν έχουν. Θέλω πράγματα που άλλοι δεν τα θέλουν.» Ως συνηθισμένο άτομο, δύσκολα έχει κανένας μια στιγμή που να αισθάνεται ικανοποιημένος. Τα θέλει όλα, εκτός από εκείνη την πέτρα που βρίσκεται στο έδαφος και κανένας δε θέλει να την πάρει. Αυτός όμως ο ταοϊστής καλλιεργητής είπε, «τότε, εγώ θα την πάρω αυτή την πέτρα». Κάποια παροιμία λέει: «Η σπανιότητα παράγει το πολύτιμο και η έλλειψη κουβαλάει τη μοναδικότητα». Τα βράχια, εδώ, δεν αξίζουν τίποτα, αλλά είναι πολυτιμότερα σε άλλη διάσταση. Εδώ, αυτός αναφέρει κάποιο βασικό κανόνα που δεν μπορεί να ειπωθεί από συνηθισμένο άτομο. Πολλοί δάσκαλοι με φώτιση ψηλού επιπέδου και με πολύ μεγάλη Αρετή δεν κατέχουν καθόλου υλικά πράγματα. Για αυτούς, δεν υπάρχει κάτι που δεν μπορούν να το εγκαταλείψουν.

Ο δρόμος της καλλιέργειας είναι ο σωστότερος. Οι καλλιεργητές είναι στην πραγματικότητα, οι ευφυέστεροι. Τα πράγματα για τα οποία οι συνηθισμένοι άνθρωποι αγωνίζονται και τα μικρά οφέλη που κερδίζουν, είναι αρκετά μόνο για μικρό χρονικό διάστημα. Ακόμα κι αν πετύχατε με αγώνες, βρήκατε δωρεάν ή κερδίσατε κάποιο μικρό όφελος, και τι έγινε; Υπάρχει κάποιο ρητό των συνηθισμένων ανθρώπων: «Όταν γεννιέσαι, δεν μπορείς να φέρεις τίποτα μαζί σου, όταν πεθαίνεις, δεν μπορείς να πάρεις τίποτα μαζί σου». Μπαίνετε στον κόσμο χωρίς τίποτα, και δεν παίρνετε τίποτα μαζί σας, όταν τον αφήνετε. Ακόμα και τα κόκαλα σας θα καούν και θα γίνουν στάχτη. Δεν έχει σημασία εάν έχετε τόνους χρημάτων ή αξιώματα, τίποτα δεν μπορείτε να πάρετε μαζί σας όταν φεύγετε. Την Ενέργεια Καλλιέργειας όμως, μπορείτε να την πάρετε, επειδή αυξάνεται στο σώμα της κύριας συνειδήσής σας. Σας λέω ότι δεν είναι εύκολο να κατέχετε Ενέργεια Καλλιέργειας. Είναι τόσο πολύτιμη και τόσο δύσκολα να αποκτηθεί που δεν μπορείτε να την ανταλλάξετε για οποιοδήποτε χρηματικό ποσό. Όταν η Ενέργεια Καλλιέργειάς σας φθάσει σε πολύ προηγμένο επίπεδο, και εάν κάποια ημέρα αποφασίσετε να μην καλλιεργηθείτε άλλο, εφόσον δεν κάνετε τίποτα κακό, η Ενέργεια Καλλιέργειάς σας θα μετατραπεί σε οποιοδήποτε υλικό πράγμα θέλετε. Μπορείτε να έχετε τα πάντα. Όλα όσα κανένας μπορεί να αποκτήσει μέσα σε αυτόν τον κόσμο. Όμως, δεν θα έχετε πλέον όσα κατέχουν οι καλλιεργητές. Μερικοί, αποβλέποντας στο προσωπικό τους κέρδος, με ανάρμοστα μέσα αποκτούν πράγματα που δεν τους ανήκουν. Νομίζουν ότι έτσι πλεονεκτούν απέναντι στους άλλους. Η αλήθεια είναι ότι αποκόμισαν αυτά τα οφέλη, δίνοντας ως αντάλλαγμα την Αρετή τους, χωρίς να το ξέρουν. Για τους καλλιεργητές, αυτό αφαιρείται από την Ενέργεια Καλλιέργειάς τους, για τους μη-καλλιεργητές, αφαιρείται από την υπολογιζόμενη διάρκεια ζωής τους ή από κάτι άλλο. Εν ολίγοις, θα υπάρξει ισορροπία. Αυτό είναι Αρχή του Σύμπαντος. Υπάρχουν επίσης μερικοί άνθρωποι που πάντα ενοχλούν ή κάνουν κακό σε άλλους βρίζοντάς τους, και άλλα τέτοια. Καθώς πραγματοποιούνται αυτές οι

δραστηριότητες, στέλνουν ανάλογη ποσότητα από την Αρετή τους στους άλλους, ως αντάλλαγμα για την ενόχληση που τους προκάλεσαν.

Μερικοί νομίζουν ότι είναι μειονέκτημα το να είσαι καλός άνθρωπος. Ασφαλώς, από την σκοπιά των συνηθισμένων ανθρώπων, τέτοιο άτομο χάνει. Πάντως, παίρνουν κάτι που οι συνηθισμένοι άνθρωποι δεν μπορούν να πάρουν. Αυτό είναι η Αρετή - εξαιρετικά πολύτιμη λευκή ουσία. Χωρίς Αρετή, δεν υπάρχει Ενέργεια Καλλιέργειας. Αυτή είναι η απόλυτη αλήθεια. Γιατί πολλοί άνθρωποι καλλιεργούνται αλλά η Ενέργεια Καλλιέργειάς τους δεν αυξάνεται; Αυτό συμβαίνει ακριβώς επειδή δεν καλλιεργούν την Αρετή τους. Πολλοί μιλούν για την Αρετή και υπογραμμίζουν το θέμα της καλλιέργειάς της, αποτυγχάνουν όμως να αποκαλύψουν την πραγματική αρχή για το πώς δηλαδή η Αρετή μετασχηματίζεται σε Ενέργεια Καλλιέργειας. Αυτό το αφήνουν στην προσωπική κατανόηση του κάθε καλλιεργητή. Οι σχεδόν δέκα χιλιάδες τόμοι της Τριπिताκά όπως και οι αρχές που δίδαξε ο Σακιαμούνι κατά τη διάρκεια της πάνω από σαράντα έτη ζωής του, όλα μιλούν για ένα πράγμα – την Αρετή. Τα βιβλία της αρχαίας κινέζικης ταοϊστικής καλλιέργειας όλα πραγματεύονται την Αρετή. Το βιβλίο Τάο Ντε Τζινγκ των 5.000 λέξεων από τον Λάο Τζι αναφέρετε επίσης στην Αρετή. Πάντως, μερικοί άνθρωποι απλώς δεν κατανοούν την σημασία αυτής της λέξης.

Εμείς μιλάμε για «απώλεια». Όταν κερδίζεις, πρέπει να χάνεις. Όταν πραγματικά θέλεις να καλλιεργηθείς, θα αντιμετωπίσεις μερικές δοκιμασίες. Εάν αυτό το δούμε στην πραγματική ζωή, μπορεί κάποιος να υποφέρει λίγο στο φυσικό του σώμα, ή να αισθάνεται δυσάρεστα εδώ και εκεί. Αυτό όμως δεν είναι ασθένεια. Επίσης, μπορεί να φανεί στην κοινωνία, στην οικογένεια ή στον εργασιακό χώρο, όπου όλα είναι πιθανά. Οι συγκρούσεις προκύπτουν ξαφνικά λόγω του προσωπικού κέρδους ή της συναισθηματικής τριβής και στόχος τους είναι να σας αφήσουν να βελτιώσετε το Σίνσινγκ σας. Αυτά συμβαίνουν συνήθως πολύ ξαφνικά και φαίνονται εξαιρετικά έντονα. Εάν αντιμετωπίζετε κάτι πολύ δυσνόητο, κάτι που σας κάνει να νιώθετε ντροπή, σας ρεζιλεύει ή σας φέρνει σε δύσκολη θέση, πώς θα το χειριστείτε αυτό εκείνη τη στιγμή; Εάν παραμείνετε ήρεμοι και ατάραχοι, εάν αυτό μπορείτε να το κάνετε, το Σίνσινγκ σας θα βελτιωθεί με αυτήν την δοκιμασία. Αντιστοίχως, η Ενέργεια Καλλιέργειάς σας θα αναπτυχθεί κατά το ίδιο ποσοστό. Εάν μπορέσετε να πετύχετε λίγο, θα κερδίσετε λίγο. Το πόσο κανένας κερδίζει εξαρτάται από το πόση προσπάθεια κάνει. Τις περισσότερες φορές, όταν οι άνθρωποι βρίσκονται στη μέση κάποιας δοκιμασίας, μπορεί να μην είναι σε θέση να το συνειδητοποιήσουν αυτό. Πάντως, πρέπει να το συνειδητοποιήσουμε και δεν πρέπει να συγκόουμε τον εαυτό μας με τους συνηθισμένους ανθρώπους. Όταν προκύπτουν συγκρούσεις, πρέπει να υιοθετήσουμε καλύτερη συμπεριφορά. Δεδομένου ότι καλλιεργούμαστε ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους, το Σίνσινγκ μας θα δοκιμάζεται επίσης ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους. Είμαστε αναγκασμένοι να κάνουμε μερικά λάθη και επίσης να μάθουμε από αυτά. Δεν είναι δυνατόν η Ενέργεια Καλλιέργειάς σας να αυξάνεται άνετα, χωρίς να αντιμετωπίζετε κάποια προβλήματα.

3. Ταυτόχρονη καλλιέργεια «Αλήθειας, Καλοσύνης, Ανεκτικότητας» (Τζεν-Σαν-Ρεν)

Ο τρόπος καλλιέργειάς μας, καλλιεργεί τις ιδιότητες Τζεν-Σαν-Ρεν (Αλήθεια-Καλοσύνη-Ανεκτικότητα) όλες ταυτόχρονα. Τζεν σημαίνει να λεί κανένας την αλήθεια, να συμπεριφέρεται με εντιμότητα, να επιστρέφει στον πρωταρχικό γνήσιο εαυτό του και στο τέλος να γίνετε αληθινός άνθρωπος. Σαν σημαίνει να αναπτύσσει κανένας την ευεργετική ευσπλαχνία, να κάνει καλές πράξεις και να προσφέρει την σωτηρία στους ανθρώπους. Η δυνατότητα του Ρεν τονίζεται ιδιαίτερα. Μόνο με Ρεν μπορούν οι άνθρωποι με μεγάλες Αρετές να καλλιεργηθούν επιτυχώς. Το Ρεν είναι πολύ ισχυρό πράγμα, που ξεπερνά το Τζεν και το

Σαν. Σε ολόκληρη τη διαδικασία της καλλιέργειας πρέπει να είσαι ανεκτικός, να προφυλάσσεις το Σίνσινγκ σου και να μην κάνεις οτιδήποτε θέλεις.

Το να μπορείτε να είστε ανεκτικοί όταν αντιμετωπίζετε δύσκολες καταστάσεις, δεν είναι εύκολο. Μερικοί λένε: εάν δεν ανταποδίδεις τα χτυπήματα όταν σε χτυπούν ή δεν αντιδράς όταν σε συκοφαντούν, ή όταν σε ρεζιλεύουν μπροστά στην οικογένεια σου, τους συγγενείς και τους καλούς φίλους σου, δεν γίνεσαι ίδιος με τον Α Κιού [ανόητος χαρακτήρας σε κάποιο κινεζικό μυθιστόρημα]; Εγώ λέω ότι κανένας δεν πρόκειται να πει ότι είστε ηλίθιοι, εάν αντιδράτε φυσιολογικά σε όλες τις περιστάσεις και η νοημοσύνη σας δεν είναι μικρότερη από την νοημοσύνη των άλλων. Απλώς δε δίνετε μεγάλη σημασία στο προσωπικό όφελος. Όταν κάποιος είναι ανεκτικός, δεν σημαίνει ότι είναι αδύναμος ούτε ότι είναι Α Κιού. Η ανεκτικότητα δείχνει ισχυρή θέληση και αυτοπειθαρχία. Στην ιστορία της Κίνας, αναφέρεται κάποιο άτομο με το όνομα Χαν Σιν, που κάποτε υπέστη την ταπείνωση να συρθεί κάτω από τα πόδια κάποιου. Αυτό ήταν πράξη που δείχνει πραγματικά μεγάλη ανεκτικότητα. Υπάρχει κάποιο αρχαίο ρητό: «Όταν κάποιο συνηθισμένο άτομο ταπεινώνεται, τραβάει το ξίφος του και συμπλέκεται». Συκοφαντεί, βρίζει και γρονθοκοπά τους άλλους. Δεν είναι εύκολο να έλθει κανένας και να ζήσει μέσα σε αυτόν τον κόσμο. Μερικοί ζουν για το εγώ τους. Αυτό δεν αξίζει καθόλου τον κόπο, και είναι και κουραστικό. Στην Κίνα, υπάρχει κάποιο ρητό: «Κάνοντας ένα βήμα πίσω, ανακαλύπτεις απέραντη θάλασσα και ουρανό.» Όταν αντιμετωπίζετε προβλήματα, κάντε ένα βήμα πίσω. Τότε, θα δείτε τα πράγματα με τελείως διαφορετική προοπτική.

Ως καλλιεργητές, πρέπει όχι μόνο να είστε ανεκτικοί και υπομονετικοί με όσους σας προσβάλλουν, αλλά και να τους ευγνωμονείτε για αυτό που σας κάνουν. Εάν αυτοί δεν σας προσέβαλλαν, πώς θα μπορούσατε να βελτιώσετε το Σίνσινγκ σας; Πώς θα μπορούσατε να μετασχηματίσετε τη μαύρη ουσία σε λευκή ουσία εάν δεν σαν είχαν δημιουργήσει τον πόνο που υποφέρετε; Πώς θα μπορούσατε να αναπτύξετε την Ενέργεια Καλλιέργειάς σας; Αυτό είναι πολύ δύσκολο, ενώ δοκιμάζετε. Πρέπει όμως κανένας να εξασκήσει την αυτοπειθαρχία του εκείνη ακριβώς την στιγμή, επειδή, καθώς το Ενεργειακό Δυναμικό αυξάνεται, οι δοκιμασίες γίνονται όλο και ισχυρότερες. Όλα αυτά εξαρτιούνται από το αν μπορείτε να βελτιώσετε το Σίνσινγκ σας. Στην αρχή, αυτό μπορεί να σας στεναχωρεί, να σας εξαγριώνει σε βαθμό που δεν μπορείτε να το υποφέρετε, να σας θυμώνει τόσο που να πονά το στομάχι ή το συκώτι σας. Αλλά εάν δεν χάσετε την ψυχραιμία σας και μπορέσετε να το ανεχτείτε, αυτό είναι καλό. Έχετε αρχίσει να είστε ανεχτικοί, ανεχτικοί με την θέλησή σας. Στη συνέχεια, βαθμιαία και συνεχώς θα βελτιώνετε το Σίνσινγκ σας, και πραγματικά δεν θα δίνετε σημασία σε κάτι τέτοια. Σε αυτό το σημείο, θα επέλθει ακόμα μεγαλύτερη βελτίωση. Οι συνηθισμένοι άνθρωποι αντιμετωπίζουν πολύ σοβαρά κάποιες προστριβές και προβλήματα, ζουν για το εγώ τους και δεν μπορούν να ανεχτούν τίποτα. Όταν πιέζονται σε σημείο που να ενοχλούνται, τολμούν να κάνουν οτιδήποτε. Αλλά εσείς ως καλλιεργητές, όσα οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν ως σοβαρά, οφείλετε να τα βλέπετε ως πολύ τετριμμένα, επειδή ο στόχος σας είναι εξαιρετικά μακροπρόθεσμος και πολύ μεγαλόπνοος. Θα ζήσετε όσο και το Σύμπαν. Όταν αυτά ξαναέρχονται στο νου σας, δεν πειράζει εάν τα έχετε ούτε εάν δεν τα έχετε. Αν σκέφτεστε με ευρύ μυαλό, μπορείτε να τα ξεπεράσετε όλα αυτά.

4. Απαλλαγή από τη ζήλια

Η ζήλια είναι πολύ μεγάλο εμπόδιο στην καλλιέργεια και ασκεί μεγάλη επίδραση στους καλλιεργητές. Επηρεάζει άμεσα το Ενεργειακό Δυναμικό του καλλιεργητή, βλάπτει τους συντρόφους σας στην καλλιέργεια και παρεμβαίνει σοβαρά στην καλλιέργειά μας προς ψηλότερα επίπεδα. Ως καλλιεργητές, πρέπει να απαλλαγείτε από αυτήν εκατό στα εκατό. Μερικοί καλλιεργητές, έχουν φθάσει σε αρκετά ψηλό επίπεδο, πάντως δεν έχουν ακόμα

απαλλαγεί από τη ζήλια τους. Πέρα από αυτό, όσο λιγότερο απαλλάσσετε από αυτήν, τόσο ισχυροποιείται. Αυτή η αρνητική δύναμη, καθιστά ευάλωτα άλλα μέρη του Σίνσινγκ κάποιου που έχει ήδη βελτιωθεί. Γιατί επιλέγω τη ζήλια ως θέμα για τη συζήτησή μας; Επειδή η ζήλια κατέχει την ισχυρότερη και πιο προεξέχουσα θέση ανάμεσα στους Κινέζους, και επικρατεί στο μυαλό των περισσότερων ανθρώπων. Πάντως, πολλοί δεν το παραδέχονται αυτό. Η ζήλια είναι χαρακτηριστική των ανθρώπων στην Ανατολή, όπου και αποκαλείται «Ανατολίτικη Ζήλια» ή «Ασιατική Ζήλια». Οι Κινέζοι είναι πολύ εσωστρεφείς, πολύ συγκρατημένοι και δεν εκφράζονται εύκολα, κάτι που οδηγεί εύκολα στη ζήλια. Όλα έχουν δύο όψεις. Η εσωστρεφής προσωπικότητα έχει τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματά της. Οι δυτικοί είναι σχετικά εξωστρεφείς. Για παράδειγμα, εάν κάποιο παιδί πάρει άριστα στο σχολείο, στο δρόμο για το σπίτι του, θα φωνάζει χαρούμενα «Πήρα άριστα!». Οι γείτονες θα ανοίξουν τις πόρτες και τα παράθυρα για να τον συγχαρούν: «Τομ, συγχαρητήρια!». Όλοι χαίρονται για αυτόν. Εάν το ίδιο πράγμα συμβεί στην Κίνα, σκεφτείτε το, οι άνθρωποι θα αισθάνονταν αηδία μόλις το άκουγαν: «Πήρε άριστα, και τι έγινε; Προς τι όλη αυτή η επίδειξη;» Εδώ, ο τρόπος αντίδρασης είναι τελείως διαφορετικός και δείχνει νοοτροπία που χαρακτηρίζεται από ζηλοτυπία.

Οι ζηλότυποι περιφρονούν τους άλλους και δεν τους επιτρέπουν να τους ξεπεράσουν. Όταν βλέπουν κάποιον ικανότερο από αυτούς, τους πιάνει ταραχή, δεν μπορούν να το ανεχτούν και δεν αποδέχονται το γεγονός. Θέλουν να παίρνουν αύξηση ταυτόχρονα με τους άλλους, να έχουν το ίδιο επίδομα και όταν κάτι τους πηγαίνει στραβά, να μοιράζονται και οι άλλοι τις επιπτώσεις. Στραβοκοιτάζουν και ζηλεύουν όταν βλέπουν άλλους να κερδίζουν περισσότερα χρήματα. Εν πάση περιπτώσει, εφόσον οι άλλοι προοδεύουν περισσότερο από αυτούς, κάτι τέτοιο δεν το αποδέχονται. Μερικοί φοβούνται να αποδεχθούν κάποια επιβράβευση όταν έχουν καλά αποτελέσματα στις επιστημονικές τους έρευνες. Φοβούνται ότι οι άλλοι θα τους φθονήσουν. Άνθρωποι που τους έχουν απονεμηθεί κάποιες τιμές δεν τολμούν να τις αποκαλύψουν, μια και φοβούνται τον φθόνο και τον σαρκασμό. Σε μερικούς δασκάλους της Ενεργειακής Άσκησης δεν τους αρέσει όταν άλλοι δάσκαλοι διδάσκουν Ενεργειακή Άσκηση, έτσι πηγαίνουν και τους δημιουργούν προβλήματα. Αυτό είναι ζήτημα που αφορά το Σίνσινγκ. Στην ομάδα ασκούνται πολλοί μαζί. Μερικοί μέσα σε αυτήν την ομάδα, έχουν αναπτύξει Εξαιρετικές Ικανότητες αφού ασκήθηκαν για μικρή μόνο χρονική περίοδο. Επομένως, υπάρχουν κάποιοι που θα πουν: «Τι το ιδιαίτερο έχει αυτός και καυχιέται; Έχω ασκηθεί τόσα πολλά χρόνια και έχω ένα σωρό διπλώματα. Πώς αυτός μπόρεσε να αναπτύξει Εξαιρετικές Ικανότητες πριν από εμένα;» Να η ζήλια. Η καλλιέργεια εστιάζεται εσωτερικά. Ο καλλιεργητής πρέπει να καλλιεργηθεί και να βρει τις αιτίες των προβλημάτων μέσα του. Πρέπει να προσπαθήσετε να βελτιωθείτε σε οποιονδήποτε τομέα δεν έχετε κάνει αρκετά, δουλεύοντας σκληρά με τον εαυτό σας. Εάν προσπαθείτε να βρείτε τις αιτίες στους άλλους, αφού οι άλλοι ολοκληρώσουν την καλλιέργεια και ανέλθουν προς τα πάνω, θα είστε οι μόνοι που έμειναν πίσω. Δεν θα έχετε έτσι σπαταλήσει όλο σας το χρόνο; Καλλιέργεια σημαίνει να καλλιεργεί κάποιος τον εαυτό του!

Η ζήλια επίσης βλάπτει και τους άλλους που καλλιεργούνται μαζί σας, όπως το να μιλάτε άσχημα δυσκολεύει τους άλλους να εισέλθουν στην κατάσταση της ηρεμίας. Όταν κάποιος έχει Εξαιρετικές Ικανότητες, από ζήλια μπορεί να τις χρησιμοποιήσει για να βλάψει όσους καλλιεργούνται μαζί του. Για παράδειγμα, υπάρχει κάποιος που κάθετα εκεί και ασκείται και έχει καλλιεργηθεί αρκετά καλά. Επειδή έχει Ενέργεια Καλλιέργειας, κάθετα εκεί σαν βουνό. Κατόπιν δύο όντα αιωρούνται δίπλα του, ένα από τα οποία υπήρξε μοναχός, που λόγω ζήλιας δεν τα κατάφερε να φθάσει στην φώτιση. Παρά το ότι κατέχει κάποιο Ενεργειακό Δυναμικό, δεν έχει φθάσει στην ολοκλήρωση. Όταν φτάνουν εκεί όπου το άτομο διαλογίζεται, ο ένας λέει «Ο τάδε ασκείται εδώ. Ας τον παρακάμψουμε». Ο άλλος όμως λέει: «Είμαι τόσο ισχυρός που στο παρελθόν έκοψα μια γωνία του Βουνού Τάι». Αμέσως μετά, προσπαθεί να χτυπήσει τον ασκούμενο. Ωστόσο, όταν σηκώνει το χέρι του, δεν μπορεί να το κατεβάσει.

Επειδή ο ασκούμενος καλλιεργείται με την Ορθόδοξη Μέθοδο και έχει προστατευτική ασπίδα, δεν είναι ικανός να τον χτυπήσει. Όταν κάποιος θέλει να βλάψει κάποιον που καλλιεργείται με την Ορθόδοξη Μέθοδο, δημιουργείται σοβαρό ζήτημα. Τιμωρείται. Όσοι κατέχονται από ζήλια βλάπτουν τους εαυτούς τους αλλά και τους άλλους.

5. Αποβάλλοντας τις προσκολλήσεις

Όταν μιλάμε για προσκολλήσεις αναφερόμαστε στην περίπτωση που οι ασκούμενοι επιδιώκουν υπερβολικά κάποιο συγκεκριμένο αντικείμενο ή κάποιο στόχο ασταμάτητα και είναι ανίκανοι να απομακρυνθούν από αυτόν ή πάρα πολύ ξεροκέφαλοι για να ακούσουν οποιαδήποτε συμβουλή. Μερικοί επιδιώκουν την απόκτηση Εξαιρετικών Ικανοτήτων σε αυτόν τον κόσμο, πράγμα το οποίο σίγουρα επηρεάζει την καλλιέργειά τους προς ψηλότερα επίπεδα. Όσο ισχυρότερο είναι το συναίσθημα, τόσο δυσκολότερο είναι να το αφήσεις και τόσο πιο ανισόρροπος και ασταθής θα νιώθεις. Αργότερα, θεωρούν ότι δεν πήραν τίποτα από την άσκησή τους και αρχίζουν ακόμα και να αμφιβάλλουν για όσα έχουν μάθει. Οι προσκολλήσεις πηγάζουν από τις επιθυμίες κάποιου. Χαρακτηριστικό γνώρισμα αυτών των προσκολλήσεων είναι ότι ο στόχος τους ή σκοπός τους είναι καθαρά περιορισμένος, αρκετά σαφής και συγκεκριμένος και ότι συχνά ακόμα και το ίδιο το άτομο δεν μπορεί να τις αναγνωρίσει. Το συνηθισμένο άτομο έχει πολλές προσκολλήσεις. Προκειμένου να επιδιώξει ή να αποκτήσει κάτι, μπορεί να χρησιμοποιήσει οποιοδήποτε μέσο χρειαστεί. Οι προσκολλήσεις στον καλλιεργητή παρουσιάζονται με διάφορους τρόπους, όπως αναζήτηση κάποιας ιδιαίτερης Εξαιρετικής Ικανότητας, προσήλωση σε ορισμένο όραμα, εμμονή σε κάποια συγκεκριμένη επιθυμία επίδειξης και άλλα τέτοια. Ως καλλιεργητές, ό,τι κι αν επιδιώκετε, είναι λάθος. Αυτό πρέπει να το αποβάλετε. Η Σχολή του Τάο μιλάει για την ανυπαρξία. Η Σχολή του Φο πραγματεύεται την κενότητα και εισέρχεται στην κενότητα. Τελικά, θέλουμε να πετύχουμε την κατάσταση της ανυπαρξίας και της κενότητας, εγκαταλείποντας κάθε προσκόλληση. Οτιδήποτε δεν μπορείτε να εγκαταλείψετε, πρέπει να το εγκαταλείψετε, όπως η επιδίωξη Εξαιρετικών Ικανοτήτων. Εάν επιδιώκετε κάτι, σημαίνει ότι θέλετε να το χρησιμοποιήσετε. Στην πραγματικότητα, αυτό βρίσκεται σε αντίθεση με το χαρακτηριστικό του Σύμπαντός μας. Βασικά, για μια ακόμα φορά, είναι ζήτημα Σίνσινγκ. Εάν θέλετε να το αποκτήσετε, τότε στην πραγματικότητα θέλετε να κομπάσετε για αυτό και να το επιδείξετε μπροστά στους άλλους. Αυτό δεν είναι κάτι για να επιδεικνύεται ώστε να μπορούν να το βλέπουν οι άλλοι. Ακόμα κι αν ο σκοπός της χρησιμοποίησής του από εσάς είναι πολύ αθώος, μια και απλώς θέλετε να το χρησιμοποιήσετε για να κάνετε μερικές καλές πράξεις, οι καλές πράξεις που κάνετε, μπορεί να αποδειχθεί ότι δεν είναι και τόσο καλές. Δεν είναι απαραίτητως καλή ιδέα το να αντιμετωπίζετε ζητήματα συνηθισμένων ανθρώπων χρησιμοποιώντας υπερφυσικά μέσα. Μερικοί αφού ακούσουν τις διαπιστώσεις μου ότι το 70% από τους συμμετέχοντες στο σεμινάριο έχουν ανοίξει το Τρίτο Μάτι τους, αρχίζουν να αναρωτιούνται: «Γιατί εγώ δεν μπορώ να αισθανθώ τίποτα;» Όταν επιστρέφουν στο σπίτι και ασκούνται, η προσοχή τους στρέφεται στο Τρίτο Μάτι τους σε τέτοιο βαθμό, ώστε αποκτούν πονοκέφαλο. Στο τέλος, ακόμα δεν μπορούν να δουν τίποτα. Αυτό αποκαλείται προσκόλληση. Τα άτομα διαφέρουν ως προς την φυσική κατάσταση και την εγγενή ποιότητά τους. Είναι αδύνατο για όλους να δουν με το Τρίτο Μάτι τους ταυτόχρονα, ούτε είναι δυνατό να έχουν το Τρίτο Μάτι τους στο ίδιο επίπεδο. Μερικοί μπορεί να ήταν σε θέση να δουν και μερικοί μπορεί να μην ήταν. Αυτό είναι απολύτως φυσιολογικό.

Οι προσκολλήσεις μπορεί να εμποδίσουν, να επιβραδύνουν και να αποσταθεροποιήσουν την ανάπτυξη του Ενεργειακού Δυναμικού των καλλιεργητών. Σε σοβαρότερες περιπτώσεις, μπορεί ακόμα και να καταλήξουν στο να πάρουν οι καλλιεργητές κακό δρόμο. Ιδιαίτερα, ορισμένες Εξαιρετικές Ικανότητες μπορεί να χρησιμοποιηθούν από ανθρώπους με κατώτερο Σίνσινγκ για να κάνουν κακά πράγματα. Έχουν υπάρξει

περιπτώσεις που κάποιοι διέπραξαν κακές πράξεις χρησιμοποιώντας τις Εξαιρετικές Ικανότητες τους, λόγω του ότι είχαν αναξιόπιστο Σίνσινγκ. Κάπου, υπήρξε κάποιος σπουδαστής κολεγίου που ανέπτυξε την Εξαιρετική Ικανότητα ελέγχου του νου. Με αυτήν, μπορούσε να χρησιμοποιεί την σκέψη του για να ελέγχει τις σκέψεις και τη συμπεριφορά των άλλων. Επομένως τη χρησιμοποίησε για να κάνει κακά πράγματα. Όταν κάποιοι άνθρωποι ασκούνται, μπορούν να δουν να εμφανίζονται μερικές εικόνες. Πάντα θέλουν να έχουν καθαρή ματιά και να σχηματίζουν σαφή αντίληψη. Και αυτό είναι μορφή προσκόλλησης. Κάτι που για μερικούς αποτελεί ευχάριστη ενασχόληση, για αυτούς έχει γίνει εθισμός. Είναι ανίκανοι να το αποβάλλουν. Και αυτό είναι μορφή προσκόλλησης. Λόγω διαφοράς στην Εγγενή Ποιότητα και στο σκοπό, μερικοί καλλιεργούνται για να φθάσουν σε ανώτερο επίπεδο, μερικοί άλλοι καλλιεργούνται απλώς για να κερδίσουν κάτι. Το πνεύμα που έχουν αυτοί οι τελευταίοι απέναντι στην καλλιέργεια, περιορίζει οπωσδήποτε τον στόχο της καλλιέργειας τους. Εάν δεν ξεφορτωθούν αυτό το είδος προσκόλλησης, η Ενέργεια Καλλιέργειάς τους δεν θα αναπτυχθεί ακόμα και με εξάσκηση. Επομένως, οι καλλιεργητές πρέπει να μην δίνουν σημασία στο προσωπικό τους συμφέρον, να μην έχουν επιδιώξεις και να αφήνουν τα πάντα να συμβούν φυσικά. Αυτό θα έχει ως συνέπεια, να μην εμφανίζονται προσκολλήσεις. Αυτό θα εξαρτηθεί από το Σίνσινγκ του καλλιεργητή. Η φώτιση δεν θα επιτυγχάνεται όταν υπάρχει οποιαδήποτε μορφή προσκόλλησης ή εάν το Σίνσινγκ δεν βελτιωθεί ριζικά.

6. Κάρμα

(1) Προέλευση του Κάρμα

Το κάρμα είναι είδος μαύρης ουσίας που είναι το αντίθετο της Αρετής. Στο Βουδισμό αποκαλείται κακό κάρμα. Εδώ το ονομάζουμε απλώς «κάρμα». Έτσι όταν κάνεις κακές πράξεις λέμε ότι «δημιουργείς κάρμα». Το κάρμα δημιουργείται λόγω των κακών πράξεων που έχει κάνει το άτομο σε αυτήν τη ζωή ή σε παρελθούσες ζωές. Για παράδειγμα, ο φόνος, η κακομεταχείριση, η σύγκρουση με άλλους για προσωπικά συμφέροντα, το να κακολογείς κάποιον πίσω από την πλάτη του ή το να είσαι εχθρικός προς κάποιον και άλλα τέτοια, όλα αυτά μπορεί να δημιουργήσουν κάρμα. Επιπλέον, κάποιο κάρμα κληρονομείται από προγόνους, συγγενείς ή στενούς φίλους. Όταν κάποιος γρονθοκοπά κάποιον, πετάει τη λευκή ουσία του στον άλλο, και ο κενός χώρος που δημιουργείται στο σώμα του γεμίζει με τη μαύρη ουσία. Ο φόνος είναι το μέγιστο κακό. Είναι κακή πράξη και παράγει πολύ βαρύ κάρμα. Το κάρμα είναι ο πρωταρχικός παράγοντας που προκαλεί ασθένεια στους ανθρώπους. Φυσικά, αυτό δεν φανερώνεται πάντα υπό μορφή ασθενειών. Μπορεί να εμφανιστεί υπό μορφή εμπλοκής σε κάποιες ενοχλητικές υποθέσεις και άλλα παρόμοια. Όλα αυτά παράγονται από την δράση του κάρμα. Επομένως, οι καλλιεργητές δεν πρέπει να κάνουν τίποτα κακό. Οποιαδήποτε κακή συμπεριφορά μεταφέρει κακό μήνυμα, μια και επηρεάζει σοβαρά το ζήτημα της καλλιέργειάς σας.

Μερικοί υποστηρίζουν τη συλλογή ζωτικής ενέργειας από τα φυτά. Όταν διδάσκουν ασκήσεις, διδάσκουν επίσης πώς να συλλέγεις Ζωτική Ενέργεια από φυτά. Ποιο δέντρο έχει καλύτερη Ζωτική Ενέργεια και τα χρώματα της Ζωτικής Ενέργειας των διαφόρων δέντρων, συζητούνται με έντονο ενδιαφέρον. Σε κάποιο πάρκο στις βορειοανατολικές επαρχίες μας, μερικοί άνθρωποι έκαναν κάποιο είδος Ενεργειακής Άσκησης άγνωστο σε εμένα. Κυλούσαν παντού σε όλο το έδαφος. Αφού σηκώθηκαν, περικύκλωσαν τα πεύκα και συνέλεξαν Ζωτική Ενέργεια από αυτά. Μέσα σε ένα εξάμηνο, το άλσος από πεύκα μαράθηκε και κιτρίνισε. Αυτή είναι συμπεριφορά που δημιουργεί κάρμα! Είναι και φόνος! Είτε από την άποψη της διατήρησης της οικολογικής ισορροπίας και του πρασινίσματος της χώρας, είτε από την άποψη ψηλότερου επιπέδου, η συλλογή Ζωτικής Ενέργειας από τα φυτά, δεν είναι σωστή. Το Σύμπαν είναι απέραντο και απεριόριστο, με Ζωτική Ενέργεια διαθέσιμη παντού για να την

συλλέξεις. Πήγαινε και μάζεψε όση θέλεις. Γιατί να παρενοχλείς αυτά τα φυτά; Ως καλλιεργητής, πού είναι η ελεήμων και ευσπλαχνική καρδιά σου;

Όλα έχουν νοημοσύνη. Η σύγχρονη επιστήμη ήδη αναγνωρίζει ότι εκτός από το ότι έχουν ζωή, τα φυτά έχουν επίσης νοημοσύνη, σκέψεις, συναισθήματα και ακόμα ικανότητα υπεραίσθησης . Όταν το Τρίτο Μάτι σας φθάσει στο επίπεδο «Μάτι του Νόμου» θα ανακαλύψετε εικόνα του κόσμου τελείως διαφορετική. Όταν βγαίνετε έξω, οι πέτρες, οι τοίχοι και ακόμα και τα δέντρα θα σας μιλούν. Κάθε αντικείμενο έχει μέσα του κάποια ζωντανή ύπαρξη, ζωή που μπήκε μέσα του όταν αυτό διαμορφωνόταν. Η ταξινόμηση των αντικειμένων σε οργανικά και ανόργανα είναι επινόηση των ανθρώπων που ζουν στη γη. Οι μοναχοί που ζουν στα μοναστήρια, αναστατώνονται όταν σπάζουν κάποιο κύπελλο επειδή τη στιγμή που αυτό καταστρέφεται, η ζωντανή ύπαρξη απελευθερώνεται. Το ταξίδι της ζωής της δεν τελείωσε και έτσι δεν έχει πουθενά να πάει. Επομένως, έχει άγριο μίσος για το άτομο που το σκότωσε. Όσο περισσότερο αυτό εξαγριώνεται, τόσο περισσότερο κάρμα δημιουργείται στο άτομο. Επίσης κάποιοι “δάσκαλοι Ενεργειακής Άσκησης” είναι κυνηγοί. Πού πήγαν η καλοσύνη και η ευσπλαχνία τους; Οι Σχολές του Φο και του Τάο δεν κάνουν πράξεις ενάντια στις Αρχές του Σύμπαντος. Αυτά που κάνουν δεν είναι παρά πράξη δολοφονίας.

Μερικοί λένε ότι στο παρελθόν δημιούργησαν πολύ κάρμα, δηλαδή σκότωσαν κοτόπουλα ή ψάρια, ή ψάρευαν και άλλα παρόμοια. Αυτό σημαίνει ότι δεν μπορούν πλέον να καλλιεργηθούν; Όχι, δεν σημαίνει αυτό. Τότε, το κάνατε χωρίς να γνωρίζετε τις συνέπειες, έτσι δεν δημιουργήσατε πάρα πολύ κάρμα. Απλώς μην το κάνετε άλλο στο μέλλον, και έτσι όλα θα πάνε καλά. Εάν το ξανακάνετε, παραβιάζετε τις αρχές εσκεμμένα και αυτό είναι πρόβλημα. Μερικοί ασκούμενοι έχουν το εξής είδος κάρμα. Η συμμετοχή σας στο σεμινάριό μας σημαίνει ότι έχετε σχέση πεπρωμένου. Μπορείτε να καλλιεργηθείτε προς κάτι το ανώτερο. Θα έπρεπε να σκοτώνουμε τις μύγες ή τα κουνούπια όταν μπαίνουν μέσα στο δωμάτιό μας; Τώρα, όλοι σας το κάνετε αυτό στο επίπεδο που βρισκόσαστε. Εάν τα σκοτώσετε, αυτό δεν θεωρείται λάθος. Εάν δεν μπορείτε να τα διώξετε, τότε σκοτώστε τα. Ό,τι έγινε, έγινε. Όταν έρθει η ώρα για να πεθάνει κάτι, ο θάνατος είναι κάτι το φυσικό για αυτό. Όταν ο Σακιαμούνι ήταν ακόμα ζωντανός, θέλησε κάποια φορά να κάνει μπάνιο και ζήτησε από τον μαθητή του να καθαρίσει τη μπανιέρα. Ο μαθητής ανακάλυψε πολλά ζώδια στη μπανιέρα, έτσι επέστρεψε και ρώτησε τι έπρεπε να κάνει. Ο Σακιαμούνι επαναλάμβανε: «Τη μπανιέρα θέλω να καθαρίσεις.» Ο μαθητής ξαφνικά κατάλαβε. Επέστρεψε και καθάρισε τη μπανιέρα. Δεν πρέπει να παίρνετε ορισμένα ζητήματα πάρα πολύ σοβαρά. Δεν σκοπεύουμε να σας κάνουμε υπερβολικά προσεκτικά άτομα. Μέσα σε τόσο περίπλοκο περιβάλλον, δεν νομίζω ότι είναι σωστό να αγχώνεται κανένας κάθε στιγμή και να φοβάται μήπως και κάνει κάποιο λάθος. Αυτό θα ήταν μορφή προσκόλλησης - ο ίδιος ο φόβος είναι προσκόλληση.

Πρέπει να είμαστε καλόκαρδοι, συμπονετικοί και φιλεύσπλαχνοι προς κάθε τι. Έτσι, δεν θα μας δημιουργούνται εύκολα προβλήματα. Μη δίνετε σημασία στο προσωπικό σας συμφέρον και να είστε ευγενικοί, και η συμπονετική καρδιά σας θα σας κρατήσει μακριά από κακές πράξεις. Το πιστεύετε ή όχι, θα ανακαλύψετε ότι εάν κρατάτε πάντα στάση μοχθηρή και θέλετε πάντα να τσακωνόσαστε και να παλεύετε, θα μετατρέψετε ακόμα και τα καλά πράγματα σε κακά. Βλέπω συχνά μερικούς ανθρώπους που, ακόμα και όταν έχουν δίκιο, δεν είναι μαλακοί απέναντι στους άλλους. Όταν κάποιοι έχουν δίκιο, βρίσκουν την ευκαιρία να τιμωρήσουν τους άλλους. Ομοίως, δεν πρέπει να δημιουργούμε πρόβλημα αν ορισμένα πράγματα δεν συμφωνούν με αυτά που εμείς νομίζουμε. Μερικές φορές, πράγματα που εσείς αντιπαθείτε μπορεί να μην είναι απαραίτητως και λάθος. Ως καλλιεργητές, όταν αναβαθμίζετε το επίπεδό σας συνεχώς, κάθε φράση που λετε μεταφέρει ενέργεια. Μπορείτε να ελέγχετε τους συνηθισμένους ανθρώπους, έτσι δεν πρέπει να μιλάτε απλώς όπως σας αρέσει.

Ιδιαίτερα, όταν δεν είστε ικανοί να βλέπετε την αλήθεια των προβλημάτων και των καρμικών σχέσεων, μπορεί εύκολα να διαπράξετε αδικίες και να δημιουργήσετε κάρμα.

(2) Εξάλειψη του Κάρμα

Οι αρχές αυτού του κόσμου είναι οι ίδιες με τις αρχές του ουρανού. Τελικά πρέπει να εξοφλήσετε ό,τι οφείλετε στους άλλους. Ακόμα και οι συνηθισμένοι άνθρωποι, πρέπει και αυτοί να εξοφλήσουν ό,τι οφείλουν στους άλλους. Κατά την διάρκεια της ζωής κάποιου, όλες οι δυσκολίες και τα προβλήματα που συναντά, προκύπτουν από το κάρμα. Πρέπει να ξεπληρώσει. Για τους αληθινούς καλλιεργητές, το μονοπάτι της ζωής τους θα αλλάξει. Θα ετοιμαστεί για σας, νέος δρόμος, κατάλληλος για την καλλιέργειά σας. Μέρος από το κάρμα σας θα ελαττωθεί από το δάσκαλό σας και ό,τι απομένει θα χρησιμοποιηθεί για να βελτιώσει το Σίνσινγκ σας. Με την εξάσκηση και την καλλιέργεια του Σίνσινγκ, το ανταλλάσσετε και ξεπληρώνετε τα πάντα. Από τώρα και στο εξής, τα προβλήματα που θα αντιμετωπίσετε δεν θα συμβούν τυχαία, έτσι σας παρακαλώ να είστε ψυχολογικά προετοιμασμένοι. Υπομένοντας μερικές δοκιμασίες, θα απελευθερωθείτε από όλα όσα ο συνηθισμένος άνθρωπος δεν μπορεί να απελευθερωθεί. Θα συναντήσετε πολλά ενοχλητικά ζητήματα. Προβλήματα θα προκύψουν από όλες τις μεριές της οικογένειας και της κοινωνίας. Ή μπορεί ξαφνικά να πέσετε πάνω σε καταστροφή. Επιπλέον, μπορεί να κατηγορηθείτε για κάτι που στην πραγματικότητα είναι λάθος άλλου και ούτω καθεξής. Οι καλλιεργητές υποτίθεται ότι δεν αρρωσταίνουν, συχνά όμως, μπορεί να χτυπηθούν από κάποια σοβαρή ασθένεια, που εμφανίζεται από το πουθενά. Αυτή μπορεί να ενσκήψει με οξεία μορφή, και τους κάνει να υποφέρουν τόσο που να μην μπορούν να το αντέξουν. Ακόμα και οι νοσοκομειακές εξετάσεις δεν είναι σε θέση να δώσουν διάγνωση. Αλλά αργότερα, για κάποιους άγνωστους λόγους, θεραπεύεται χωρίς οποιαδήποτε θεραπεία. Στην πραγματικότητα, το χρέος που οφείλατε ξεπληρώθηκε με αυτόν τον τρόπο. Ίσως κάποια μέρα, χωρίς κανένα απολύτως λόγο, ο σύζυγος ή η σύζυγός σας αρχίζει να τσακώνεται με εσάς, χάνοντας την ψυχραιμία του/της. Ακόμα και τα τελείως ασήμαντα περιστατικά μπορεί να προκαλέσουν έντονους διαπληκτισμούς. Κατόπιν, θα ένιωθε αμήχανος-η που έχασε την ψυχραιμία του/της. Ως καλλιεργητές, πρέπει να είστε σαφείς ως προς το γιατί συνέβη εκείνο το περιστατικό. Αυτό συνέβη επειδή εμφανίστηκε «εκείνο το πράγμα». Και σας ζήτησε να ξεπληρώσετε το κάρμα. Εκείνη τη στιγμή, πρέπει να κρατήσετε τον έλεγχό σας, να προφυλάξετε το Σίνσινγκ σας και να αναλύσετε τα πράγματα. Να είστε γεμάτοι εκτίμηση και ευγνώμονες που σας βοήθησε να ξεπληρώσετε το κάρμα σας.

Αφού καθίσετε σε διαλογισμό για πολύ ώρα, τα πόδια σας θα αρχίσουν να πονούν, μερικές φορές με πόνο βασανιστικό. Άνθρωποι με το Τρίτο Μάτι τους ανοιγμένο σε ψηλό επίπεδο μπορούν να δουν το εξής: Όταν πονάνε έντονα, μεγάλο μέρος μαύρης ουσίας και μέσα και έξω από το σώμα κατεβαίνει προς τα κάτω και εξαλείφεται. Ο πόνος που βιώνεται κατά το διαλογισμό είναι περιοδικός και διαπεραστικός. Μερικοί μπορούν και αντιλαμβάνονται αυτό που συμβαίνει και είναι αποφασισμένοι να μην ξεσταυρώσουν τα πόδια τους. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, η μαύρη ουσία να αποβάλλεται και να μετασχηματίζεται σε λεύκη ουσία, η οποία στη συνέχεια μετασχηματίζεται σε Ενέργεια Καλλιέργειας. Είναι αδύνατο για τους ασκούμενους να ξεπληρώσουν όλο το κάρμα τους με το να κάθονται σε διαλογισμό και να κάνουν ασκήσεις. Αυτό που απαιτείται ακόμα, είναι να βελτιώσουν το Σίνσινγκ τους και την ποιότητα της φώτισής τους, και να βιώσουν μερικές δοκιμασίες. Αυτό που έχει σημασία είναι ότι πρέπει να είμαστε σπλαχνικοί. Η ευσπλαχνία εμφανίζεται πολύ γρήγορα στο Φάλουν Γκονγκ μας. Όταν πολλοί ασκούμενοι κάθονται σε διαλογισμό, αρχίζουν να πέφτουν δάκρυα χωρίς κανένα λόγο. Ότι και αν σκέφτονται, αισθάνονται θλίψη. Όποιον και αν κοιτάζουν, βλέπουν βάσανα. Στην πραγματικότητα είναι η ευσπλαχνία που εμφανίζεται. Η φύση σας, ο αληθινός εαυτός σας, αρχίζει να συνδέεται με το Τζεν-Σαν-Ρεν, το χαρακτηριστικό του

Σύμπαντος. Όταν κατέχεστε από συμπόνια, θα συμπεριφέρεστε προς τους άλλους με καλοσύνη. Από μέσα μέχρι έξω, θα είστε πολύ καλοσυνάτοι. Από τότε και μετά, κανένας δεν θα μπορεί να σας βλάψει. Εάν κάποιος πράγματι σας έβλαπτε από τότε και μετά, θα λειτουργούσε η ευσπλαχνία μέσα σας και δεν θα του ανταποδίδατε τα ίδια. Αυτή η δύναμη είναι που σας καθιστά διαφορετικούς από τους συνηθισμένους ανθρώπους.

Όταν αντιμετωπίζετε δοκιμασίες, εκείνη η ευσπλαχνία θα σας βοηθήσει να τις υπερνικήσετε. Συγχρόνως, το Σώμα Του Νόμου μου θα σας φροντίζει και θα προστατεύει τη ζωή σας, αλλά πρέπει να ξεπεράσετε τη δοκιμασία. Για παράδειγμα, όταν μιλούσα στο Τάϊγιουαν, ήταν ένα ζευγάρι ηλικιωμένων που ήρθαν να παρακολουθήσει το σεμινάριό μου. Βιάζονταν καθώς περνούσαν το δρόμο. Όταν βρίσκονταν στη μέση του δρόμου, ήρθε ένα αυτοκίνητο. Πήγαινε γρήγορα και κάποια στιγμή, χτύπησε την ηλικιωμένη κυρία και την παρέσυρε για περισσότερο από 10 μέτρα. Στο τέλος, την έριξε στη μέση του δρόμου. Το αυτοκίνητο δεν σταμάτησε παρά μετά από 20 μέτρα. Ο οδηγός βγήκε από το αυτοκίνητο και είπε κάποιες άσχημες λέξεις. Το ίδιο έκαναν και οι συνεπιβάτες του. Η ηλικιωμένη κυρία δεν είπε τίποτα. Εκείνη τη στιγμή, θυμήθηκε τι είχα πει εγώ. Μόλις σηκώθηκε, είπε, «Όλα εντάξει, τίποτα δεν έσπασα». Έπειτα, πήγε στην αίθουσα μαζί με το σύζυγό της. Αν εκείνη τη στιγμή είχε πει, «Αχ, πονάει εδώ! Πονάει κι εκεί! Πρέπει να με πάτε στο νοσοκομείο», αυτό θα είχε πολύ κακό αποτέλεσμα. Αλλά, δεν το είπε. Η ηλικιωμένη κυρία μου είπε, «Δάσκαλε, ξέρω τι σήμαιναν όλα αυτά. Με βοηθούσαν να ξεπληρώσω το κάρμα μου!». Μεγάλο κομμάτι κάρμα και δοκιμασίας ξεπληρώθηκε. Μπορείτε να φανταστείτε ότι αυτή έχει πολύ ψηλό Σίνσινγκ και Ποιότητα Φώτισης. Σε τέτοια προχωρημένη ηλικία και με το αυτοκίνητο να πηγαίνει τόσο γρήγορα, χτυπήθηκε και παρασύρθηκε τόσο μακριά και έπεσε τελικά βαριά στο έδαφος. Πάντως, σηκώθηκε με δίκαιο μυαλό.

Μερικές φορές, όταν εμφανίζεται κάποια δοκιμασία, μας φαίνεται τεράστια, τόσο δυσβάσταχτη που δεν φαίνεται να υπάρχει οποιαδήποτε διέξοδος. Ίσως για κάμποσες ημέρες η κατάσταση παραμένει η ίδια. Ξαφνικά, κάποια δίοδος εμφανίζεται, και τα πράγματα αρχίζουν να παίρνουν τεράστια στροφή. Στην πραγματικότητα, αυτό συμβαίνει επειδή έχουμε βελτιώσει το Σίνσινγκ μας και το ζήτημα εξαφανίζεται από μόνο του.

Προκειμένου να βελτιωθεί η κατάσταση του νου του, πρέπει κανένας να δοκιμαστεί ξεπερνώντας διάφορες δοκιμασίες μέσα σε αυτόν τον κόσμο. Κατά την διαδικασία, εάν το Σίνσινγκ σας βελτιωθεί πραγματικά και σταθεροποιηθεί, το κάρμα σας επίσης θα αποβληθεί. Η δοκιμασία θα ξεπεραστεί και η Ενέργεια Καλλιέργειας σας θα αναπτυχθεί. Εάν κατά τη διάρκεια της δοκιμασίας του Σίνσινγκ, αποτύχετε να το προφυλάξετε και συμπεριφερθείτε απρεπώς, μην αποθαρρύνεστε. Δραστηριοποιηθείτε και βγάλτε τα συμπεράσματά σας από αυτό το μάθημα, βρείτε που κάνετε λάθος και βάλτε μεγαλύτερη προσπάθεια στην εφαρμογή του Τζεν-Σαν-Ρεν. Το επόμενο πρόβλημα όπου θα δοκιμαστεί το Σίνσινγκ σας μπορεί να έρθει σύντομα από εδώ και πέρα. Καθώς το ενεργειακό σας δυναμικό αναπτύσσεται, η επόμενη δοκιμασία σας μπορεί να εμφανιστεί ακόμα πιο ισχυρή και πιο απότομα. Καθώς θα ξεπερνάτε κάθε πρόβλημα, το Ενεργειακό Δυναμικό σας θα γίνεται λίγο περισσότερο. Εάν είστε ανίκανοι να υπερνικήσετε κάποιο πρόβλημα, η Ενέργεια Καλλιέργειας σας θα παραμένει στάσιμη. Μικρές δοκιμασίες οδηγούν σε μικρή βελτίωση, μεγάλες δοκιμασίες οδηγούν σε μεγάλη βελτίωση. Ελπίζω ότι κάθε καλλιεργητής είναι έτοιμος να αντέξει μεγάλα βάσανα και ότι έχει το θάρρος και την ισχυρή θέληση να αντιμετωπίζει δυσκολίες. Δεν θα αποκτήσετε πραγματική Ενέργεια Καλλιέργειας χωρίς προσπάθεια. Δεν υπάρχει καμία αρχή που να σε αφήνει να κερδίσεις Ενέργεια Καλλιέργειας άνετα χωρίς οποιοδήποτε βάσανο ή προσπάθεια. Εάν το Σίνσινγκ σας δεν αλλάξει προς το καλύτερο και εξακολουθήσετε να κουβαλάτε τις προσωπικές σας προσκολλήσεις, όσο και αν καλλιεργείστε, δεν θα πετύχετε ποτέ την φώτιση!

7. Δαιμονική Παρέμβαση

Η δαιμονική παρέμβαση αναφέρεται στα φαινόμενα ή τις εικόνες που εμφανίζονται κατά την διαδικασία της καλλιέργειας, τα οποία προσπαθούν να αποτρέψουν τους καλλιεργητές από την καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Με άλλα λόγια, οι δαίμονες έρχονται να συλλέξουν χρέη.

Όταν γίνεται καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο, το ζήτημα της δαιμονικής παρέμβασης προκύπτει σίγουρα. Οι άνθρωποι κατά τη διάρκεια της ζωής τους όπως και οι πρόγονοί τους κατά τη διάρκεια τις δικιάς τους ζωής, αναπόφευκτα κάνουν κάποιες κακές πράξεις, οι οποίες αποκαλούνται κάρμα. Το πόσο κάρμα κουβαλάει καθένας μαζί του κατά την γέννησή του, καθορίζει και το αν η εγγενής ποιότητά του είναι καλή ή κακή. Ακόμα κι αν είναι πολύ καλός άνθρωπος, είναι αδύνατο να μην έχει κάρμα. Αυτό δεν είναι δυνατόν να το λάβετε υπόψη σας, αν δεν καλλιιεργείστε. Εάν πρόκειται μόνο για θεραπεία ασθενειών και βελτίωση της υγείας, οι δαίμονες δεν θα νοιαστούν. Πάντως, μόλις αρχίσετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο, θα σας παρακολουθούν προσεχτικά. Μπορούν να σας ενοχλήσουν χρησιμοποιώντας πολλές διαφορετικές μεθόδους, στόχος των οποίων είναι να αποτραπείτε από την καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο και να σας κάνουν να αποτύχετε στην καλλιέργειά σας. Οι δαίμονες παρουσιάζονται με ποικίλους τρόπους. Μερικοί παρουσιάζονται υπό μορφή φαινομένων της καθημερινής ζωής, ενώ άλλοι παρεμβαίνουν χρησιμοποιώντας μηνύματα από άλλες διαστάσεις. Κάθε φορά που κάθεστε κάτω, υπαγορεύουν καταστάσεις για να σας παρεμποδίσουν. Έτσι δεν σας αφήνουν να μπειτε σε κατάσταση ηρεμίας και κατά συνέπεια δεν μπορείτε να κάνετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Μερικές φορές, τη στιγμή που κάθεστε κάτω για να διαλογιστείτε, αρχίζετε να νυστάζετε ή κάθε είδους σκέψη περνά από το νου σας και αδυνατείτε να μπειτε σε κατάσταση καλλιέργειας. Μερικές φορές τη στιγμή που ξεκινάτε την άσκηση, το προηγούμενως ήσυχο περιβάλλον σας γεμίζει ξαφνικά με θορύβους από βήματα, πόρτες που χτυπούν, αυτοκίνητα που κορνάρουν, τηλέφωνα που κουδουνίζουν και πολλές άλλες μορφές παρέμβασης, που δεν σας αφήνουν να ηρεμήσετε.

Άλλο είδος δαίμονα είναι η σαρκική επιθυμία. Κατά τη διάρκεια του διαλογισμού του καλλιεργητή ή στα όνειρά του/της, κάποια όμορφη γυναίκα ή κάποιος όμορφος άνδρας μπορεί να εμφανιστεί μπροστά του/της. Αυτοί θα σας δελεάσουν, θα σας παραπλανήσουν, κάνοντας χειρονομίες για να διεγείρουν την σαρκική σας επιθυμία. Εάν δεν μπορέσετε να το ξεπεράσετε την πρώτη φορά, θα κλιμακωθεί βαθμιαία και θα συνεχίσει να σας παραπλανεί έως ότου εγκαταλείψετε την ιδέα της καλλιέργειας προς ανώτερο επίπεδο. Αυτή είναι δοκιμασία που δύσκολα ξεπερνιέται, και για αυτό αρκετοί καλλιεργητές έχουν αποτύχει. Ελπίζω να είστε ψυχολογικά έτοιμος για αυτήν. Εάν κάποιος δεν προστάτεψε το Σίνσινγκ του αρκετά καλά και απέτυχε μια φορά, αυτό πραγματικά πρέπει να του γίνει μάθημα. Αυτός, θα έρχεται και θα παρεμβαίνει πάλι πολλές φορές ώσπου να διατηρήσετε αληθινά το Σίνσινγκ σας και να αφήσετε εντελώς αυτή την προσκόλληση. Αυτό είναι μεγάλο εμπόδιο που πρέπει να το ξεπεράσετε. Διαφορετικά, δεν μπορείτε να πετύχετε το Τάο ούτε να ολοκληρώσετε επιτυχώς την καλλιέργειά σας.

Άλλο είδος δαίμονα παρουσιάζεται κατά τη διάρκεια της εξάσκησης ή στα όνειρα. Μερικοί άνθρωποι βλέπουν ξαφνικά κάποια τρομαχτικά πρόσωπα, που είναι άσχημα και ζωηρά, ή φιγούρες που κρατούν μαχαίρια για να τους σκοτώσουν. Πάντως, το μόνο που μπορούν να κάνουν είναι να τους φοβίζουν. Ακόμα και αν μαχαίρωναν πραγματικά, δεν θα ήταν σε θέση να αγγίξουν τους καλλιεργητές επειδή ο δάσκαλος έχει ήδη εγκαταστήσει προστατευτική ασπίδα γύρω από το σώμα του καλλιεργητή για να τον κρατήσει αλώβητο. Προσπαθούν να φοβίσουν τους ανθρώπους, έτσι ώστε να τους κάνουν να σταματήσουν την καλλιέργεια. Αυτοί εμφανίζονται μόνο σε κάποιο επίπεδο ή κατά τη διάρκεια κάποιας χρονικής

περιόδου και πολύ γρήγορα παρέρχονται, σε μερικές ημέρες, μια εβδομάδα, ή μερικές εβδομάδες. Όλα εξαρτώνται από το πόσο ψηλό είναι το Σίνσινγκ σας και από τον τρόπο με τον οποίο χειρίζεστε αυτό το ζήτημα.

8. Εγγενής Ποιότητα και Ποιότητα Φώτισης

Η Εγγενής Ποιότητα αναφέρεται στη λευκή ουσία που μεταφέρει κάποιος μαζί του όταν γεννιέται. Στην πραγματικότητα είναι η Αρετή - ουσία απτή. Όσο περισσότερη από αυτή την ουσία μεταφέρετε μαζί σας, τόσο καλύτερη είναι η Εγγενής Ποιότητά σας. Άνθρωποι με καλή Εγγενή Ποιότητα επιστρέφουν στην αλήθεια και φωτίζονται ευκολότερα, επειδή δεν έχουν οποιοδήποτε εμπόδιο στις σκέψεις τους. Μόλις ακούσουν για τη μελέτη της Ενεργειακής Άσκησης, ή για πράγματα σχετικά με την καλλιέργεια, αμέσως ενδιαφέρονται και είναι πρόθυμοι να μάθουν. Μπορούν να συνδεθούν με το Σύμπαν. Ακριβώς όπως είπε ο Λάο Τζι, «Όταν κάποιος σοφός άνθρωπος ακούσει το Τάο, θα ασκηθεί σύμφωνα με αυτό επιμελώς. Όταν κάποιος μέσος άνθρωπος το ακούσει, θα ασκείται κάπου κάπου. Όταν κάποιος ανόητος το ακούσει, θα γελάσει δυνατά. Εάν δεν γελάσει δυνατά, δεν είναι το Τάο». Όσοι μπορούν εύκολα να επιστρέψουν στην αλήθεια και να φωτιστούν είναι σοφοί άνθρωποι. Αντιθέτως, για κάποιον με πολλή μαύρη ουσία και κατώτερη εγγενή ποιότητα, υπάρχει κάποιο εμπόδιο που διαμορφώνεται έξω από το σώμα του, και που τον κάνει ανήμπορο να δεχθεί τα καλά πράγματα. Εάν έρθει σε επαφή με καλά πράγματα, τον κάνει να μην πιστεύει σε αυτά. Στην πραγματικότητα, αυτός είναι ο ρόλος που παίζει το κάρμα.

Η συζήτηση για την Εγγενή Ποιότητα πρέπει να περιλάβει το ζήτημα της Ποιότητας Φώτισης. Όταν μιλάμε για φώτιση, μερικοί νομίζουν ότι το να είσαι φωτισμένος ισοδυναμεί με το να είσαι έξυπνος. Αυτό που οι συνηθισμένοι άνθρωποι θεωρούν έξυπνο ή πονηρό, στην πραγματικότητα διαφέρει πολύ από την καλλιέργεια για την οποία εμείς συζητάμε. Αυτός ο τύπος έξυπνου ανθρώπου συνήθως, δεν μπορεί να πετύχει εύκολα τη φώτιση. Επικεντρώνεται μόνο στον πρακτικό υλικό κόσμο, ώστε να μην πέσει θύμα εκμετάλλευσης και ώστε να μην παραιτηθεί από κανένα συμφέρον του. Ιδιαίτερα, μερικά άτομα εκεί έξω, που θεωρούν τους εαυτούς τους πεπειραμένους, μορφωμένους και έξυπνους, νομίζουν ότι η καλλιέργεια είναι παραμύθι. Για αυτούς, το να κάνεις τις ασκήσεις και να καλλιεργείς το Σίνσινγκ είναι ασύλληπτο. Θεωρούν τους καλλιεργητές βλακώδεις και προληπτικούς. Η φώτιση για την οποία εμείς μιλάμε δεν αναφέρεται στο να είσαι έξυπνος, αλλά στην επιστροφή στην ανθρώπινη φύση, στην αληθινή φύση του ανθρώπου, στο να είσαι καλός άνθρωπος και στο να προσαρμοστείς στο χαρακτηριστικό του Σύμπαντος. Η Εγγενής Ποιότητα προσδιορίζει την Ποιότητα Φώτισης κάποιου. Εάν η Εγγενής Ποιότητα κάποιου είναι καλή, η Ποιότητα Φώτισής του έχει επίσης την τάση να είναι καλή. Η Εγγενής Ποιότητα καθορίζει την Ποιότητα Φώτισης, αλλά η Ποιότητα Φώτισης δεν υπαγορεύεται εξ ολοκλήρου από την Εγγενή Ποιότητα. Ανεξάρτητα από το πόσο καλή είναι η εγγενής ποιότητά σας, αν η αντίληψη ή η κατανόησή σας κάπου χάνει, δεν γίνεται τίποτα. Για μερικά άτομα, η Εγγενής Ποιότητά τους δεν είναι τόσο καλή, αλλά κατέχουν θαυμάσια Ποιότητα Φώτισης, έτσι μπορούν να κάνουν καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Προσφέρουμε σωτηρία σε όλα τα έμβια όντα. Επομένως, εξετάζουμε την Ποιότητα Φώτισης, όχι την Εγγενή Ποιότητα. Αν και κουβαλάτε μαζί σας πολλά κακά πράγματα, εφόσον είστε αποφασισμένοι να κάνετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο, αυτή η σκέψη σας είναι σωστή. Έχοντας αυτή τη σκέψη, αρκεί μόνο να εγκαταλείψετε λίγο περισσότερα από τους άλλους, και θα φτάσετε τελικά στη φώτιση.

Το σώμα του καλλιεργητή έχει ήδη εξαγνιστεί. Από την στιγμή που έχει αναπτυχθεί η Ενέργεια Καλλιέργειάς του δεν θα προσλαμβάνει ασθένειες, επειδή η υψηλής ενέργειας ουσία που υπάρχει στο σώμα δεν επιτρέπει πλέον την παρουσία μαύρης ουσίας. Αλλά, μερικοί άνθρωποι αυτό απλώς δεν το πιστεύουν. Σκέπτονται συνεχώς ότι είναι άρρωστοι και

παραπονιούνται: «Γιατί είμαι τόσο αδιάθετος;» Εμείς λέμε ότι αυτό που έχετε κερδίσει είναι η Ενέργεια Καλλιέργειας. Έχετε κερδίσει τόσο καλό πράγμα. Πώς θα μπορούσατε να μην έχετε υποφέρει; Στην καλλιέργεια, πρέπει κανένας, σε αντάλλαγμα, να εγκαταλείψει κάποια πράγματα. Στην πραγματικότητα, όλα αυτά είναι επιφανειακά και δεν έχουν απολύτως καμία επίδραση στο σώμα σας. Δεν είναι ασθένειες αν και φαίνονται να είναι. Όλα εξαρτώνται από τον τρόπο με τον οποίο το αντιλαμβάνεστε. Οι καλλιεργητές όχι μόνο πρέπει να είναι σε θέση να αντέξουν τα χειρότερα βάσανα, αλλά πρέπει επίσης να έχουν καλή Ποιότητα Φώτισης. Μερικοί άνθρωποι όταν έρχονται αντιμέτωποι με δύσκολα θέματα, ούτε που προσπαθούν να τα κατανοήσουν. Μιλώ για ψηλότερα επίπεδα και πώς μπορούν να αναμετρηθούν με ψηλότερα κριτήρια, αλλά αυτοί ακόμα μεταχειρίζονται τους εαυτούς τους σαν συνηθισμένους ανθρώπους. Δεν μπορούν ακόμα να κάνουν τον ίδιο τον εαυτό τους να εισέλθει στην κατάσταση του αληθινού καλλιεργητή προκειμένου να καλλιεργηθούν, αλλά και ούτε που μπορούν να πιστέψουν ότι θα βρεθούν σε ανώτερο επίπεδο.

Η ανωτέρου επιπέδου φώτιση αναφέρεται στο να φωτιστείς, και ταξινομείται σε αιφνίδια φώτιση και σε βαθμιαία φώτιση. Η αιφνίδια φώτιση αναφέρεται στη διαδικασία με την οποία ολόκληρη η καλλιέργεια πραγματοποιείται με «κλειδωμένο» τρόπο. Αφού έχετε ολοκληρώσει όλη τη διαδικασία καλλιέργειας και το Σίνσινγκ σας έχει βελτιωθεί, την τελευταία στιγμή, όλες οι Εξαιρετικές Ικανότητες ελευθερώνονται εντελώς ξαφνικά, το Τρίτο Μάτι ανοίγει αμέσως στο ανώτατο επίπεδο, και ο νους σας μπορεί να επικοινωνήσει με όντα ανωτέρου επιπέδου σε άλλες διαστάσεις. Μπορεί κανένας να δει αμέσως την αλήθεια ολόκληρου του Σύμπαντος, τις διαφορετικές διαστάσεις του και τους μονοθεϊστικούς παραδείσους του, και να συνδεθεί μαζί τους. Μπορεί επίσης κάποιος να χρησιμοποιήσει τις μεγάλες Θεϊκές Δυνάμεις του. Η αιφνίδια φώτιση είναι το δυσκολότερο μονοπάτι που μπορεί να πάρει κανένας. Ιστορικά, μόνο άνθρωποι με θαυμάσια Εγγενή Ποιότητα επελέγησαν για να γίνουν αφοσιωμένοι μαθητές και αυτή τους δόθηκε, ιδιαιτέρως και χωριστά στον καθένα. Για το μέσο άνθρωπο είναι αφόρητη! Εγώ ακολούθησα το μονοπάτι της αιφνίδιας φώτισης.

Όσα σας μεταδίδω, ανήκουν όλα στη βαθμιαία φώτιση. Κατά τη διαδικασία της καλλιέργειας, όταν έρθει ο καιρός να αναπτύξετε ορισμένη Εξαιρετική Ικανότητα, την αναπτύσσετε. Αλλά δεν είναι σίγουρο ότι η Εξαιρετική Ικανότητα που αναπτύξατε είναι και διαθέσιμη για να την χρησιμοποιήσετε. Όταν δεν έχετε βελτιώσει το Σίνσινγκ σας μέχρι ορισμένο επίπεδο και είστε ανίκανοι να χειριστείτε σωστά τους εαυτούς σας, είναι εύκολο να κάνετε κακές πράξεις. Προς το παρόν, αυτές οι Εξαιρετικές Ικανότητες δεν είναι διαθέσιμες για να τις χρησιμοποιήσετε. Ωστόσο, τελικά αυτές θα σας είναι διαθέσιμες. Με την καλλιέργεια, θα βελτιώσετε βαθμιαία το επίπεδό σας και θα καταλάβετε την αλήθεια αυτού του Σύμπαντος. Ακριβώς όπως στην αιφνίδια φώτιση, τελικά, θα πετύχετε την τελειότητα. Το μονοπάτι της βαθμιαίας φώτισης είναι λίγο ευκολότερο και δεν είναι επικίνδυνο. Το δύσκολο μέρος του είναι ότι παρακολουθείτε ολόκληρη τη διαδικασία της καλλιέργειας και έτσι πρέπει να κρατηθείτε σε ακόμα ψηλότερα κριτήρια.

9. Διαυγής και καθαρός νους

Μερικοί δεν μπορούν να εισέλθουν στην ηρεμία κατά τη διάρκεια της εξάσκησης και ψάχνουν κάποιον τρόπο για να το κάνουν. Κάποιοι με ρώτησαν: «Δάσκαλε, γιατί δεν μπορώ να είμαι ήρεμος κατά τη διάρκεια της εξάσκησης; Μπορείτε να μου διδάξετε κάποια μέθοδο ή κάποια τεχνική έτσι ώστε να μπορώ να ηρεμώ όταν κάθομαι σε διαλογισμό;» Εγώ τους είπα: Πώς θα μπορούσατε να ηρεμήσετε;! Ακόμα κι αν κάποια θεότητα ερχόταν να σας διδάξει κάποιον τρόπο, δεν θα ήσασταν σε θέση να ηρεμήσετε. Γιατί; Ο λόγος είναι ότι το νου σας δεν είναι διαυγές και καθαρό. Ζώντας σε αυτήν την κοινωνία με τις πολλές συγκινήσεις και επιθυμίες, τα ποικίλα προσωπικά συμφέροντα, θέματα δικά σας ή ακόμα και της οικογένειας

και των φίλων σας καταλαμβάνουν πάρα πολύ μεγάλη μερίδα του νου σας, κατέχοντας ψηλή προτεραιότητα. Πώς μπορείτε να ηρεμήσετε όταν κάθεστε σε διαλογισμό; Εάν καταστείλετε κάτι με νοητική παρέμβαση, αυτό αυτομάτως θα επανέλθει.

Η καλλιέργεια στο Βουδισμό αναφέρεται σε «Κανόνα, Σαμάντι, Σοφία». Ο «Κανόνας» χρησιμεύει για να εγκαταλείψει κάποιος τις προσκολλήσεις του. Μερικοί υιοθετούν την μέθοδο που συνίσταται στην συνεχή επίκληση του ονόματος του Βούδα. Η μέθοδος αυτή απαιτεί την συγκέντρωση σε ένα μόνο ψαλμό ώστε να πετύχει κανένας την κατάσταση κατά την οποία μια σκέψη αντικαθιστά χιλιάδες άλλες. Πάντως, δεν είναι απλώς μέθοδος, αλλά είδος επιδεξιότητας. Εάν δεν το πιστεύετε, πρέπει να προσπαθήσετε να ψάλλετε. Μπορώ να σας υποσχεθώ ότι όταν εσείς θα ψέλνετε το όνομα του Βούδα, άλλες σκέψεις θα αρχίσουν να βγαίνουν στην επιφάνεια μέσα στο μυαλό σας. Ο Θιβετανικός Ταντρισμός ήταν που πρώτος δίδαξε πως να ψάλλετε το όνομα του Βούδα. Έπρεπε να ψέλνουν το όνομα του Βούδα εκατοντάδες χιλιάδες φορές την ημέρα για μια εβδομάδα. Έψελναν ώσπου να ζαλιστούν και τελικά, δεν απέμενε τίποτα στο μυαλό τους εκτός από το όνομα του Βούδα. Αυτή η μοναδική σκέψη είχε αντικαταστήσει όλες τις άλλες. Αυτό είναι είδος επιδεξιότητας, και μπορεί εσείς να μην είστε σε θέση να το κάνετε. Υπάρχουν ακόμα και μερικές άλλες μέθοδοι εξάσκησης που διδάσκουν πως να εστιάσετε την προσοχή σας στο Ντάντιεν. Ακόμα, διδάσκουν κάποιες άλλες μεθόδους όπως να μετράτε ή να συγκεντρώνεται σταθερά τα μάτια σας πάνω σε αντικείμενα και άλλες τέτοιες. Στην πραγματικότητα, όλες αυτές οι μέθοδοι δεν σε κάνουν να εισέρχεσαι στην απόλυτη ηρεμία. Οι καλλιεργητές πρέπει να αποκτήσουν νου διαυγή και καθαρό, να παραιτηθούν από το προσωπικό τους συμφέρον και να αφήσουν το γεμάτο με επιθυμίες μυαλό.

Πραγματικά, το εάν κάποιος μπορεί ή όχι να εισέλθει στην ακινησία και στην ηρεμία αντανακλά το ύψος των δυνατοτήτων του και το επίπεδό του. Εάν είστε ικανός να μπειτε σε κατάσταση ηρεμίας τη στιγμή που κάθεστε κάτω, αυτό αποτελεί ένδειξη ψηλού επιπέδου. Εάν προς το παρόν δεν μπορείτε να ηρεμήσετε, δεν πειράζει. Μπορεί να το πετύχετε αυτό σιγά-σιγά κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας. Το Σίνσινγκ βελτιώνεται βαθμιαία, όπως και η Ενέργεια Καλλιέργειας. Εάν όμως δεν σταματήσετε να δίνετε σημασία στο προσωπικό σας συμφέρον και στις επιθυμίες σας, δεν υπάρχει κανένας τρόπος για να αναπτυχθεί η Ενέργεια Καλλιέργειάς σας.

Τα κριτήρια των καλλιεργητών πρέπει συνεχώς να παραμένουν ψηλά. Οι καλλιεργητές παρεμποδίζονται συνεχώς από κάθε είδους περίπλοκα κοινωνικά φαινόμενα, πολλά χυδαία και ανθυγιεινά πράγματα, όπως και από διάφορα ισχυρά συναισθήματα και επιθυμίες. Όσα η τηλεόραση, ο κινηματογράφος και η λογοτεχνία προωθούν, σε προτρέπουν να γίνεις ισχυρότερος και πιο πραγματιστής ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους. Εάν αυτά δεν μπορέσετε να τα υπερβείτε, θα απομακρυνθείτε ακόμα περισσότερο από το Σίνσινγκ και την πνευματική κατάσταση του καλλιεργητή και θα αποκτήσετε λιγότερη Ενέργεια Καλλιέργειας. Οι καλλιεργητές πρέπει να έχουν ελάχιστες ή καθόλου συναλλαγές με χυδαία και ανθυγιεινά πράγματα. Πρέπει να κλείσουν τα μάτια και τα αυτιά τους σε αυτά και να μην συγκινούνται από ανθρώπους ή πράγματα. Λεω συχνά: Ο νους των συνηθισμένων ανθρώπων δεν μπορεί να με συγκινήσει. Δεν χαίρομαι όταν κάποιος με επαινεί. Δεν εκνευρίζομαι όταν κάποιος μου φωνάζει και ωρύεται. Ανεξάρτητα από το πόσο σοβαρή μπορεί να γίνει η παρέμβαση στο Σίνσινγκ μου όταν βρίσκομαι ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους, δεν έχει καμία επίπτωση πάνω μου. Οι καλλιεργητές πρέπει να μην δίνουν σημασία στο προσωπικό τους όφελος και να μην νοιάζονται για αυτό. Αν βρίσκεστε σε τέτοιο σημείο, η πρόθεσή σας για φωτισμό σταθεροποιείται. Χωρίς ισχυρή προσκόλληση στην επιδίωξη φήμης και προσωπικού οφέλους και θεωρώντας αυτά ως κάτι το ασήμαντο, δεν θα καταπιέξετε ούτε θα

στεναχωριέστε και θα διατηρείτε πάντα την ψυχολογική σας ισορροπία. Εάν όλα αυτά τα καταστείλετε, ο νους σας θα γίνει διαυγής και καθαρός.

Σας διδάσκω τον Μεγάλο Νόμο και τις πέντε σειρές ασκήσεων. Έχω προσαρμόσει το σώμα σας και του έχω εμφυτεύσει το Φάλουν και τον Ενεργειακό Μηχανισμό. Το Σώμα Του Νόμου μου σας προστατεύει επίσης. Ό,τι έπρεπε να σας δοθεί, σας έχει δοθεί πλήρως. Κατά τη διάρκεια της διάλεξης, τα πάντα εξαρτώνται από εμένα. Από τώρα και στο εξής, όλα αφήνονται πάνω σας. Ο δάσκαλος ανοίγει το δρόμο, η καλλιέργεια εξαρτάται από το άτομο. Εφόσον μελετάτε λεπτομερώς τον Μεγάλο Νόμο, αποκτάτε εμπειρίες προσεκτικά και με κατανόηση, προφυλάξετε το Σίνσινγκ σας κάθε στιγμή, καλλιεργείστε επιμελώς, αντέχετε το χειρότερο από όλα τα βάσανα και υπομένετε το χειρότερο από όλα τα πράγματα, νομίζω ότι οπωσδήποτε θα πετύχετε στην καλλιέργειά σας.

Η βελτίωση του Σίνσινγκ είναι ο δρόμος της καλλιέργειας.

Τα βάσανα είναι η βάρκα με την οποία διασχίζετε τον απέραντο Μεγάλο Νόμο.

Κεφάλαιο IV

Σύστημα εξάσκησης Φάλουν Γκονγκ

Το Φάλουν Γκονγκ είναι ιδιαίτερη εξάσκηση καλλιέργειας που ανήκει στη Σχολή του Φο. Η μοναδικότητά του το ξεχωρίζει από όλες τις άλλες μεθόδους καλλιέργειας της Σχολής του Φο. Το Φάλουν Γκονγκ είναι προηγμένο σύστημα ασκήσεων καλλιέργειας. Στο παρελθόν χρησίμευσε ως εντατική μέθοδος καλλιέργειας και απαιτούσε ασκούμενους με εξαιρετικά ψηλό Σίνσινγκ [ήθος] ή μεγάλη εγγενή ποιότητα. Για αυτόν το λόγο, αυτό το σύστημα εξάσκησης καλλιέργειας δύσκολα εκλαϊκεύεται. Πάντως, για να βελτιωθεί το επίπεδο περισσότερων ασκούμενων, για να γίνει γνωστό αυτό το σύστημα καλλιέργειας και ακόμα για να ικανοποιηθεί το αίτημα πολυάριθμων ασκούμενων που έχουν αφιερωθεί στην άσκηση, συνέλεξα μια σειρά ασκήσεων καλλιέργειας και τις προσαρμοσα ώστε να γίνουν κατάλληλες για το ευρύ κοινό. Παρά τις τροποποιήσεις, αυτές οι ασκήσεις εξακολουθούν να υπερβαίνουν κατά πολύ άλλα συστήματα καλλιέργειας, αν ληφθεί υπόψη αυτό που προσφέρουν και το επίπεδο στο οποίο εκτελούνται.

Οι ασκούμενοι στο Φάλουν Γκονγκ όχι μόνο μπορούν να αναπτύξουν γρήγορα το Ενεργειακό Δυναμικό τους και τις Εξαιρετικές Ικανότητές τους, αλλά μπορούν και να αποκτήσουν Φάλουν (Τροχό του Νόμου) ασύγκριτο σε ισχύ, σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα. Μόλις διαμορφωθεί, το Φάλουν περιστρέφεται συνεχώς, αυτόματα, στην κάτω κοιλιακή χώρα του ασκούμενου. Συλλέγει διαρκώς ενέργεια από το Σύμπαν και την μετασχηματίζει σε Ενέργεια Καλλιέργειας (Γκονγκ) στο φυσικό σώμα του ασκούμενου και στο σώμα του σε άλλες διαστάσεις (Μπέντι). Έτσι, επιτυγχάνεται ο στόχος, «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο».

Το Φάλουν Γκονγκ αποτελείται από πέντε ομάδες ασκήσεων, οι οποίες είναι: Η «Άσκηση ο Φο εμφανίζει χίλια χέρια», η «Άσκηση Φάλουν σε όρθια στάση», η «Άσκηση διαπερνώντας τα δύο άκρα του Σύμπαντος», η «Άσκηση ο Ουράνιος Κύκλος του Φάλουν» και η «Άσκηση ενισχύοντας τις Θεϊκές Δυνάμεις».

1. Η «Άσκηση ο Φο εμφανίζει χίλια χέρια» (Φόζαν Τσιάνσου Φα)

Βασικός κανόνας:

Η «Άσκηση ο Φο εμφανίζει χίλια χέρια» επικεντρώνεται στο τέντωμα για να ανοίξουν όλα τα ενεργειακά κανάλια. Αφού κάνουν αυτήν την άσκηση, οι αρχάριοι είναι σε θέση να αποκτήσουν ενέργεια σε σύντομο χρονικό διάστημα και οι πεπειραμένοι ασκούμενοι μπορούν γρήγορα να βελτιωθούν. Από την αρχή κιόλας αυτής της άσκησης, ανοίγονται όλα τα ενεργειακά κανάλια, επιτρέποντας έτσι στους ασκούμενους να ασκηθούν αμέσως σε πολύ ψηλό επίπεδο. Οι κινήσεις αυτής της άσκησης είναι αρκετά απλές επειδή το Μεγάλο Τάο, κατά κανόνα, είναι απλό και μαθαίνεται εύκολα. Αν και οι κινήσεις είναι απλές, μακροσκοπικά, ελέγχουν πολλά από όσα γεννιούνται και αναπτύσσονται από το σύστημα καλλιέργειας στην ολότητά του. Κατά την εκτέλεση αυτής της άσκησης, αισθάνεται κανένας το σώμα του να θερμαίνεται, και δοκιμάζει τη μοναδική αίσθηση, ότι υπάρχει κάποιος πολύ ισχυρός ενεργειακός πεδίο. Αυτό προκαλείται από το τέντωμα και άνοιγμα όλων των ενεργειακών καναλιών σε ολόκληρο το σώμα. Σκοπός της άσκησης είναι να ανοίξει το πέρασμα στις περιοχές όπου η ενέργεια έχει μπλοκαριστεί και να της επιτρέψει να κυκλοφορήσει ελεύθερα και ομαλά, να κινητοποιήσει την ενέργεια μέσα στο σώμα και κάτω από το δέρμα θέτοντάς την σε ζωηρή

κυκλοφορία, και να απορροφήσει μεγάλη ποσότητα ενέργειας από το Σύμπαν. Συγχρόνως, ο ασκούμενος εισέρχεται γρήγορα σε κατάσταση, όπου περιβάλλεται από το ενεργειακό πεδίο της Ενεργειακής Άσκησης. Αυτή η άσκηση αποτελεί βασική άσκηση του Φάλουν Γκονγκ και γίνεται συνήθως πριν από τις άλλες ασκήσεις. Είναι μια από τις μεθόδους που ακολουθούνται για να ενισχυθεί η καλλιέργεια.

Στίχος που λέγεται μία φορά, ακριβώς πριν από την άσκηση (Κόου Τσουέ):

Σεν Σεν Χε Γι, Ντονγκ Τσινγκ Σούι Τσι, Ντινγκ Τιέν Ντου Ζουν, Τσεν Σόου Φο Λι

Προετοιμασία:

Ολόκληρο το σώμα παραμένει χαλαρό, όχι όμως άτονο. Σταθείτε φυσικά, με τα πόδια σε διάσταση στο άνοιγμα των ώμων. Λυγίστε ελαφρώς τα γόνατα. Κρατήστε τα γόνατα και τα ισχία χαλαρά. Τραβήξτε το σαγόι ελαφρά προς τα μέσα. Η γλώσσα ακουμπάει απαλά στον ουρανίσκο. Αφήστε μικρό διάστημα ανάμεσα στα δόντια. Κλείστε τα χείλη και τα μάτια απαλά. Διατηρήστε γαλήνια έκφραση στο πρόσωπο. Κατά τη διάρκεια της εξάσκησης να έχετε την αίσθηση ότι είστε πολύ μεγαλόσωμοι και ψηλοί.

Ένωμα των χεριών (Λιάνγκ Σόου Τσιέ Γιν)

Σηκώστε τα δύο χέρια με τις παλάμες προς τα πάνω. Οι αντίχειρες ακουμπάνε ελαφρώς ο ένας με τον άλλο στο άκρο τους. Τα άλλα τέσσερα δάχτυλα ενώνονται μεταξύ τους, και η μια παλάμη τοποθετείται πάνω από την άλλη. Για τους άνδρες, η αριστερή παλάμη είναι από πάνω, για τις γυναίκες, η δεξιά. Τα χέρια παίρνουν σχήμα ωοειδές και κρατιούνται στο ύψος της κάτω κοιλιακής χώρας. Κρατήστε και τους δύο βραχίονες ελαφρώς προς τα εμπρός, με τους αγκώνες ανασηκωμένους, έτσι ώστε οι μασχάλες να είναι ανοικτές (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-1).



Ο Μαιτρέγια τεντώνει την πλάτη του (Μι Λε Σεν Γιάο)

Αρχίστε με τη στάση όπου ενώνονται τα χέρια (Τσιέ Γιν). Καθώς υψώνετε τα ενωμένα χέρια, τεντώστε βαθμιαία και τα πόδια. Όταν τα χέρια φθάσουν στο ύψος του μετώπου, χωρίστε τα και βαθμιαία στρέψτε και τις δύο παλάμες προς τα πάνω. Μόλις τα χέρια φθάσουν πάνω από την κορυφή του κεφαλιού, οι παλάμες είναι γυρισμένες προς τα πάνω και τα ακροδάχτυλα και των δύο χεριών είναι αντικριστά και σε απόσταση 20 έως 25 εκατ. (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-2). Συγχρόνως, ωθήστε το κεφάλι προς τα πάνω, πιέστε τα πόδια προς το έδαφος και ωθείστε προς τα πάνω δυνατά με τη βάση των παλαμών, τεντώνοντας το σώμα για περίπου 2 έως 3 δευτερόλεπτα. Κατόπιν χαλαρώστε απότομα ολόκληρο το σώμα. Ιδιαίτερα τα γόνατα και τα ισχία πρέπει να επιστρέψουν σε κατάσταση χαλάρωσης.

Ο Ταθαγκάτα γεμίζει με ενέργεια από την κορυφή του κεφαλιού (Ρου Λάι Γκουάν Ντινγκ)

Συνεχίστε από την παραπάνω στάση. Στρίψτε βαθμιαία και τα δύο χέρια ταυτόχρονα προς τα έξω με τις παλάμες να σχηματίζουν γωνία 140 μοιρών προς τους πήχεις. Έτσι, το εσωτερικό των καρπών αντικρίζει το ένα το άλλο, και τα χέρια σχηματίζουν χωνί. Ισιώστε τους καρπούς και κινήστε τους προς τα κάτω (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-3), ενώ οι παλάμες βαθμιαία στρέφονται προς τα πίσω.

Όταν τα χέρια φθάνουν στο ύψος του στήθους, οι παλάμες είναι γυρισμένες προς αυτό και απέχουν περίπου 10 εκατ. Συνεχίστε να κινείτε και τα δύο χέρια προς την κάτω κοιλιακή χώρα (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-4).

Ένωση των παλαμών μπροστά στο στήθος (Σουάνγκ Σόου Χε Σι)

Όταν τα χέρια φθάσουν στην κάτω κοιλιακή χώρα, ανυψώστε τα αμέσως μέχρι το ύψος του στήθους παίρνοντας την στάση Χε Σι (εικόνα 1-5). Στη στάση Χε Σι, τα δάχτυλα και η βάση των παλαμών πιέζονται το ένα ενάντια στο άλλο, αφήνοντας κοίλωμα ανάμεσα στις παλάμες. Κρατήστε τους αγκώνες προς τα πάνω, και τους πήχεις σε ευθεία γραμμή. (Να κρατάτε τα χέρια στη στάση του λωτού, εκτός από όταν παίρνετε τις στάσεις Χε Σι και Τσιέ Γιν. Αυτό ισχύει και για τις ασκήσεις που ακολουθούν).



圖 1-5

圖 1-6

圖 1-7

圖 1-8

Τα χέρια δείχνουν προς τον ουρανό και τη γη (Τζανγκ Τζι Τσιέν Κουν)

Αρχίστε με τη στάση Χε Σι. Απομακρύνετε τα δύο χέρια 2 έως 3 εκατ. και συγχρόνως, αρχίστε να τα περιστρέφετε. Οι άνδρες στρέφουν το αριστερό χέρι προς το στήθος (οι γυναίκες το δεξί) και το δεξί χέρι προς τα έξω, έτσι ώστε το αριστερό χέρι να έλθει από πάνω και το δεξί από κάτω. Και τα δύο χέρια ευθυγραμμίζονται με τους πήχεις (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-6).

Κατόπιν, εκτείνετε το αριστερό χέρι διαγώνια προς τα πάνω αριστερά, με την παλάμη προς τα κάτω έως ότου το χέρι φθάσει στο επίπεδο του κεφαλιού. Το δεξί παραμένει μπροστά στο στήθος με την παλάμη προς τα πάνω. Καθώς το αριστερό χέρι εκτείνεται, τεντώστε βαθμιαία ολόκληρο το σώμα, ωθήστε το κεφάλι προς τα πάνω και πιέστε τα πόδια προς τα κάτω. Το αριστερό χέρι τεντώνεται με κατεύθυνση προς τα πάνω αριστερά, ενώ το δεξί που παραμένει μπροστά στο στήθος, ακολουθεί τον βραχίονα που τεντώνεται προς τα έξω (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-7). Τεντωθείτε για περίπου 2 έως 3 δευτερόλεπτα, και στη συνέχεια χαλαρώστε απότομα ολόκληρο το σώμα. Φέρτε το αριστερό χέρι μπροστά στο στήθος στη στάση Χε Σι (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-5).

Κατόπιν περιστρέψτε πάλι τις παλάμες. Τώρα, το δεξί χέρι (για τις γυναίκες το αριστερό) έρχεται από πάνω και το αριστερό από κάτω (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-8).

Το δεξί χέρι επαναλαμβάνει τις κινήσεις που προηγουμένως έκανε το αριστερό. Δηλαδή εκτείνεται διαγώνια προς τα πάνω δεξιά με την παλάμη προς τα κάτω έως ότου φθάσει στο ύψος του κεφαλιού. Το αριστερό παραμένει μπροστά στο στήθος με την παλάμη προς τα πάνω. Κατόπιν τεντωθείτε (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-9) και χαλαρώστε αμέσως ολόκληρο το σώμα. Φέρτε το χέρι προς την στάση Χε Σι μπροστά στο στήθος (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-5).

Ο χρυσός πίθηκος διχάζει το σώμα του (Τσιν Χόο Φεν Σεν)

Αρχίστε με τη στάση Χε Σι. Χωρίστε τα χέρια μπροστά στο στήθος και εκτείνετε τα προς τα πλάγια σε ευθεία γραμμή με τους ώμους. Βαθμιαία τεντώστε ολόκληρο το σώμα. Ωθήστε το κεφάλι προς τα πάνω, πιέστε τα πόδια προς τα κάτω, τεντώστε τα δύο χέρια δυνατά προς τα πλάγια και τεντωθείτε προς τις τέσσερις κατευθύνσεις (όπως στην εικόνα 1-10) για 2 έως 3 δευτερόλεπτα. Απότομα, χαλαρώστε ολόκληρο το σώμα και λάβετε την στάση Χε Σι (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-5).



圖 1-9



圖 1-10



圖 1-11

Δύο δράκοι βουτούν στη θάλασσα (Σουάνγκ Λονγκ Σιά Χάι)

Από την στάση Χε Σι, χωρίστε τα χέρια και εκτείνετε τα προς τα εμπρός και κάτω. Όταν τα δύο χέρια είναι παράλληλα μεταξύ τους και τεντωμένα, πρέπει να σχηματίζουν γωνία περίπου 30 μοιρών με τα πόδια (όπως στην εικόνα 1-11). Τεντώστε ολόκληρο το σώμα. Ωθήστε το κεφάλι προς τα πάνω και πιέστε τα πόδια προς τα κάτω. Τεντωθείτε για περίπου 2 έως 3 δευτερόλεπτα. Χαλαρώστε ολόκληρο το σώμα απότομα και σύρετε πίσω τα δύο χέρια στη στάση Χε Σι.

Η Μποντισιάτβα ακουμπάει τα χέρια τις πάνω στο λωτό (Που Σα Φου Λιάν)

Από τη στάση Χε Σι, χωρίστε τα δύο χέρια και εκτείνετε τα διαγώνια προς τα πλάγια και κάτω, με γωνία μεταξύ των χεριών και των ποδιών περίπου 30 μοιρών (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-12). Τεντώστε ολόκληρο το σώμα βαθμιαία τεντώνοντας και τα άκρα των δακτύλων δυνατά προς τα κάτω. Κατόπιν, χαλαρώστε απότομα ολόκληρο το σώμα. Φέρτε τα χέρια προς το στήθος στη στάση Χε Σι.

Ο Άρχατ κουβαλάει στην πλάτη του το βουνό (Λουόχαν Μπέι Σαν)

Αρχίστε από την στάση Χε Σι. Χωρίστε τα χέρια και εκτείνετε τα προς τα κάτω και πίσω. Συγχρόνως, οι δυο παλάμες στρέφονται ώστε να κοιτάζουν προς τα πίσω. Όταν τα χέρια περνούν τα πλάγια του σώματος, κάμψτε αργά τους καρπούς. Όταν τα χέρια φθάνουν πίσω από το σώμα, η γωνία ανάμεσα στους καρπούς και τους πήχεις είναι 45 μοιρών (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-13). Τεντώστε βαθμιαία ολόκληρο το σώμα. Όταν τα δύο χέρια

φθάσουν στην σωστή θέση, ωθήστε το κεφάλι προς τα πάνω και πιέστε τα πόδια προς τα κάτω. Κρατήστε το σώμα όρθιο, και τεντωθείτε για περίπου 2 έως 3 δευτερόλεπτα. Χαλαρώστε απότομα ολόκληρο το σώμα. Σύρετε πίσω τα χέρια και επιστρέψτε στη στάση Χε Σι.



圖 1-12



圖 1-13



圖 1-14

Ο Βάτζρα ανατρέπει το βουνό (Τζιν Γκανγκ Πάι Σαν)

Αρχίστε με την στάση Χε Σι. Χωρίστε και τα δύο χέρια και ωθήστε με τις παλάμες προς τα εμπρός. Τα δάχτυλα προς τα πάνω. Κρατήστε τα χέρια στο ύψος των ώμων. Όταν τα χέρια τεντωθούν, ωθήστε το κεφάλι προς τα πάνω και πιέστε τα πόδια προς τα κάτω. Κρατήστε το σώμα όρθιο (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-14). Τεντωθείτε για 2 έως 3 δευτερόλεπτα. Απότομα, χαλαρώστε ολόκληρο το σώμα. Φέρτε τα δύο χέρια μαζί μπροστά στο στήθος και επιστρέψτε στη στάση Χε Σι.



圖 1-15

圖 1-16

Επικάλυψη των χεριών μπροστά στην κάτω κοιλιακή χώρα (Ντίε Κόου Σιάο Φου)

Αρχίστε με την στάση Χε Σι. Κινήστε αργά τα χέρια προς τα κάτω, στρέφοντας τις παλάμες προς την κοιλιά. Όταν τα χέρια φθάσουν στην κάτω κοιλιακή χώρα, επικαλύψτε τα. Για τους άνδρες το αριστερό χέρι είναι εσωτερικά, για τις γυναίκες το δεξί. Η παλάμη του εξωτερικού χεριού αντικρίζει την ράχη του εσωτερικού χεριού. Κρατήστε απόσταση 3 εκατ. μεταξύ των δύο χεριών και μεταξύ του εσωτερικού χεριού και της κάτω κοιλιακής χώρας. Συνήθως παραμένουμε σε αυτήν τη στάση για 40 έως 100 δευτερόλεπτα (όπως φαίνεται στην εικόνα 1-15). Τελειώστε την άσκηση με τα χέρια ενωμένα (Λιάνγκ Σόου Τσιέ Γιν - όπως φαίνεται στην εικόνα 1-16).

2. Η «Άσκηση Φάλουν σε όρθια στάση» (Φάλουν Τζουάνγκ Φα)

Βασικός κανόνας:

Αυτή είναι η δεύτερη σειρά ασκήσεων του Φάλουν Γκονγκ. Είναι ήρεμη άσκηση που εκτελείται σε όρθια στάση και αποτελείται από τέσσερις θέσεις στις οποίες κρατούμε αγκαλιασμένο το Φάλουν. Οι κινήσεις φαίνονται σχετικά μονότονες, και σε κάθε θέση πρέπει να στεκόμαστε για αρκετό χρόνο. Οι αρχάριοι μπορεί αρχικά να αισθάνονται τα χέρια τους βαριά και να τους πονούν. Όμως, μετά την εξάσκηση θα αισθάνονται ολόκληρο το σώμα τους χαλαρό, χωρίς εκείνο το αίσθημα της κούρασης που αισθάνεται κάποιος μετά από χειρονακτική εργασία. Καθώς η συχνότητα και η διάρκεια της εξάσκησης θα αυξάνονται, οι ασκούμενοι μπορεί να αισθανθούν ένα Φάλουν να περιστρέφεται ανάμεσα στα δυο τους χέρια. Η συχνή εξάσκηση της Άσκησης του Φάλουν σε όρθια στάση, θα επιτρέψει σε ολόκληρο το σώμα να ανοίξει εντελώς και θα ενισχύσει το Ενεργειακό Δυναμικό του. Η Άσκηση του Φάλουν σε όρθια στάση είναι περιεκτική μέθοδος καλλιέργειας για να αυξηθεί η σοφία, να αναβαθμισθούν τα επίπεδα και να ενισχυθούν οι Εξαιρετικές Δυνάμεις. Οι κινήσεις είναι απλές, όμως μεγάλα είναι τα οφέλη από αυτήν την τόσο περιεκτική άσκηση. Όταν την

εκτελείτε, κάντε τις κινήσεις φυσικά. Πρέπει να έχετε επίγνωση ότι ασκείστε. Μην ταλαντεύεστε, αν και κάποιες ελαφρές κινήσεις είναι φυσιολογικές. Όπως και στις άλλες ασκήσεις του Φάλουν Γκονγκ, το τέλος αυτής της άσκησης δεν σημαίνει και τέλος της εξάσκησης, επειδή το Φάλουν δεν σταματά ποτέ. Η διάρκεια παραμονής στην κάθε θέση, μπορεί να διαφέρει από άτομο σε άτομο, όμως, όσο μεγαλύτερη είναι αυτή τόσο καλύτερα.

Στίχος που λέγετε μία φορά πριν από την άσκηση (Κόου Τσουέ):

Σενγκ Χουί Ζενγκ Λι, Ρονγκ Σιν Σινγκ Τι, Σι Μιάο Σι Βου, Φα Λουν Τσου Τσι

Προετοιμασία:

Ολόκληρο το σώμα παραμένει χαλαρό, όχι όμως άτονο. Σταθείτε φυσικά, με τα πόδια σε διάσταση στο άνοιγμα των ώμων. Λυγίστε ελαφρώς τα γόνατα. Κρατήστε τα γόνατα και τα ισχία χαλαρά. Τραβήξτε το σαγόνι ελαφρά προς τα μέσα. Η γλώσσα ακουμπάει απαλά στον ουρανίσκο. Αφήστε μικρό διάστημα ανάμεσα στα δόντια. Κλείστε τα χείλη και τα μάτια απαλά. Διατηρήστε γαλήνια έκφραση στο πρόσωπο. Συνδέστε τα χέρια (Σανγκ Σόου Τσιέ Γιν - όπως φαίνεται στην εικόνα 2-1).



圖 2-1

圖 2-2

圖 2-3

Κρατώντας τον τροχό μπροστά στο κεφάλι (Τόου Τσιάν Μπάο Λουν)

Αρχίστε με τα χέρια ενωμένα (Τσιέ Γιν). Σηκώστε αργά προς τα εμπρός και πάνω και τα δύο χέρια ξεκινώντας από την κάτω κοιλιακή χώρα και απομακρύνοντας το ένα από το άλλο. Όταν τα χέρια φθάσουν στο ύψος του κεφαλιού, σταματήστε. Οι παλάμες προς το πρόσωπο και στο επίπεδο των φρυδιών. Τα άκρα των δακτύλων των δύο χεριών απέχουν 15 εκατ. Τα δύο χέρια σχηματίζουν κύκλο και ολόκληρο το σώμα βρίσκεται σε χαλάρωση (όπως φαίνεται στην εικόνα 2-2).



圖 2-4

圖 2-5

圖 2-6

圖 2-7

Κρατώντας τον τροχό μπροστά στην κοιλιά (Φου Τσιάν Μπάο Λουν)

Ξεκινώντας από την προηγούμενη θέση, κινήστε και τα δύο χέρια σιγά σιγά προς τα κάτω έως ότου φθάσουν στην κάτω κοιλιακή χώρα. Κρατήστε το κυκλικό σχήμα τους αμετάβλητο. Ανάμεσα στα χέρια και την κοιλιά, να υπάρχει απόσταση περίπου 10 εκατ. Οι αγκώνες προς τα εμπρός και οι μασχάλες ανοικτές. Οι παλάμες προς τα πάνω. Τα δάχτυλα και των δύο χεριών το απέναντι στο άλλο και σε απόσταση περίπου 10 εκατ. Τα χέρια σχηματίζουν κύκλο (όπως φαίνεται στην εικόνα 2-3).

Κρατώντας τον τροχό πάνω από το κεφάλι (Τόου Ντινγκ Μπάο Λουν)

Από την προηγούμενη θέση, σηκώστε τα χέρια αργά, κρατώντας το κυκλικό σχήμα τους αμετάβλητο. Κρατήστε τον τροχό πάνω από το κεφάλι με τα δάχτυλα το ένα απέναντι στο άλλο. Οι παλάμες προς τα κάτω και τα άκρα των δακτύλων των χεριών σε απόσταση 20 έως 30 εκατ. Τα χέρια σχηματίζουν κύκλο. Κρατήστε τους ώμους, τα χέρια, τους αγκώνες και τους καρπούς χαλαρούς (όπως φαίνεται στην εικόνα 2-4).

Κρατώντας τον τροχό στα πλάγια του κεφαλιού (Λιανγκ Τσε Μπάο Λουν)

Κινήστε αργά τα χέρια προς τα κάτω και πλάγια. Κρατήστε τα με τις παλάμες προς τα μέσα και στο ύψος των αυτιών. Οι πήχεις κατακόρυφοι και οι ώμοι χαλαροί. Μην κρατάτε τα χέρια πολύ κοντά στα αυτιά. (όπως φαίνεται στην εικόνα 2-5).

Επικάλυψη των χεριών μπροστά στην κάτω κοιλιακή χώρα (Ντίε Κόου Σιάο Φου)

Από την προηγούμενη θέση, κινήστε και τα δύο χέρια αργά, προς την κάτω κοιλιακή χώρα. Επικαλύψτε τις παλάμες (όπως φαίνεται στην εικόνα 2-6). Τελειώστε την άσκηση με τα χέρια ενωμένα (Λιάνγκ Σόου Τσιέ Γιν - όπως φαίνεται στην εικόνα 2-7).

3. Η «Άσκηση Διαπερνώντας τις δύο άκρες του Σύμπαντος» (Γκουάντόνγκ Λιανγκ Τζι Φα)

Βασικός κανόνας:

Αυτή η άσκηση χρησιμεύει για να γίνει ανταλλαγή και ανάμιξη της συμπαντικής ενέργειας και της ενέργειας που βρίσκεται μέσα στο σώμα κάποιου ατόμου. Μεγάλη ποσότητα ενέργειας αποβάλλεται από το σώμα και προσλαμβάνεται από το Σύμπαν. Σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα, ο ασκούμενος μπορεί να αποβάλει την παθογόνο και μαύρη Ζωτική Ενέργεια από το σώμα του και να προσλάβει πολλή ενέργεια από το Σύμπαν. Έτσι το σώμα του μπορεί να εξαγνιστεί και να φθάσει γρήγορα στην κατάσταση του «αγνού-λευκού σώματος». Επιπλέον, με την εκτέλεση των κινήσεων των χεριών αυτής της άσκησης, διευκολύνεται το «άνοιγμα της κορυφής του κεφαλιού» και ξεμπλοκάρονται οι δίοδοι της ενέργειας στη βάση των ποδιών.

Πριν κάνετε την άσκηση, φανταστείτε τον εαυτό σας σαν δύο μεγάλα κενά βαρέλια, που στέκονται όρθια ανάμεσα στον ουρανό και την γη, και ακόμα, γιγαντιαίο και ασύγκριτα ψηλό. Με την ανοδική κίνηση των χεριών, η Ζωτική Ενέργεια που βρίσκεται μέσα στο σώμα, βγαίνει από την κορυφή του κεφαλιού και κατευθύνεται προς το Ζενίθ του Σύμπαντος ενώ με την προς τα κάτω κίνηση των χεριών, βγαίνει από την βάση των ποδιών και κατευθύνεται προς το Ναδίρ του Σύμπαντος. Ακολουθώντας τις κινήσεις των χεριών, η ενέργεια επιστρέφει στο εσωτερικό του σώματος και από τα δύο άκρα του Σύμπαντος και στη συνέχεια εκπέμπεται προς την αντίθετη κατεύθυνση. Επαναλάβετε τις κινήσεις εννέα φορές εναλλάσσοντας τα χέρια. Στην ένατη φορά, κρατήστε το αριστερό χέρι (δεξί για γυναίκες) πάνω και περιμένετε την άφιξη του άλλου χεριού. Κατόπιν, και τα δύο χέρια κινούνται προς τα κάτω παράλληλα, φέρνοντας την ενέργεια στο Ναδίρ και έπειτα πίσω στο Ζενίθ, μέσα από το σώμα. Αφού κινηθούν τα χέρια πάνω-κάτω εννέα φορές, η ενέργεια επανέρχεται στο σώμα. Στη συνέχεια περιστρέψτε το Φάλουν στην κάτω κοιλιακή χώρα, τέσσερις φορές, κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού (κοιτάζοντας από μπροστά), για να περιστραφεί η ενέργεια που βρίσκεται έξω από το σώμα και να οδηγηθεί εκ νέου μέσα στο σώμα. Συνδέστε και τα δύο χέρια για να τελειώσει η άσκηση. Δεν τελειώνει όμως η εξάσκηση.

Στίχος που λέγετε μία φορά πριν από την άσκηση (Κόου Τσουέ):

Τσινγκ Χουά Μπέντι, Φα Κάι Ντινγκ Ντι, Σιν Τσι Γι Μενγκ, Τονγκ Τιέν Τζε Ντι

Προετοιμασία:

Ολόκληρο το σώμα παραμένει χαλαρό, όχι όμως άτονο. Σταθείτε φυσικά, με τα πόδια σε διάσταση στο άνοιγμα των ώμων. Λυγίστε ελαφρώς τα γόνατα. Κρατήστε τα γόνατα και τα ισχία χαλαρά. Τραβήξτε το σαγόνι ελαφρά προς τα μέσα. Η γλώσσα ακουμπάει απαλά στον ουρανίσκο. Αφήστε μικρό διάστημα ανάμεσα στα δόντια. Κλείστε τα χείλη και τα μάτια απαλά. Διατηρήστε γαλήνια έκφραση στο πρόσωπο. Ενώστε τα χέρια (Σανγκ Σόου Τσιέ Γιν - εικόνα 3-1) και στη συνέχεια ενώστε τις παλάμες μπροστά στο στήθος (Χε Σι - όπως φαίνεται στην εικόνα 3- 2).

Αντίθετη κίνηση των χεριών (Νταν Σόου Τζονγκ Γκουάν)

Ξεκινώντας από το Χε Σι, αρχίστε την αντίθετη κίνηση των χεριών. Τα χέρια κινούνται αργά, σύμφωνα με τον Ενεργειακό Μηχανισμό που βρίσκεται έξω από το σώμα. Ακολουθώντας τις κινήσεις των χεριών, η ενέργεια μέσα στο σώμα ρέει συνεχώς πάνω - κάτω. Οι άνδρες, ανυψώστε το αριστερό χέρι πρώτα, οι γυναίκες, το δεξί (όπως φαίνεται στην εικόνα 3-3).

Ανυψώστε αργά το χέρι περνώντας εμπρός από το πρόσωπο και εκτείνεται το πάνω από την κορυφή του κεφαλιού. Συγχρόνως, χαμηλώστε αργά το δεξί χέρι (αριστερό για τις γυναίκες). Εξακολουθήστε να κινείτε τα δύο σας χέρια με αυτόν τον τρόπο, εναλλάσσοντάς τα (όπως στις εικόνες 3 και 4). Οι δύο παλάμες να κοιτάζουν συνεχώς προς το σώμα και να κινούνται σε απόσταση 10 εκατ. από αυτό. Κατά την εκτέλεση της άσκησης, κρατήστε ολόκληρο το σώμα σας χαλαρό. Μια πάνω και μια κάτω κίνηση του χεριού, μετρείται ως μια φορά. Επαναλάβετε εννέα φορές συνολικά.



Παράλληλη κίνηση των χεριών (Σουάνγκ Σόου Τζονγκ Γκουάν)

Στην ένατη φορά της αντίθετης κίνησης των χεριών, το αριστερό χέρι (δεξί για τις γυναίκες) παραμένει πάνω και περιμένει την άφιξη και του άλλου χεριού. Τώρα, και τα δύο χέρια δείχνουν προς τα πάνω (όπως φαίνεται στην εικόνα 3-5).

Κατόπιν, κινήστε και τα δύο χέρια προς τα κάτω παράλληλα (όπως φαίνεται στην εικόνα 3-6). Οι παλάμες να κοιτάζουν συνεχώς προς το σώμα και να κινούνται σε απόσταση 10 εκατ. από αυτό. Μια πάνω και μια κάτω κίνηση των χεριών μετρείται ως μια φορά. Επαναλάβετε εννέα φορές.



圖 3-5



圖 3-6



圖 3-7



圖 3-8

Περιστροφή του Φάλουν με τα δύο χέρια (Σουάνγκ Σόου Τουί Ντονγκ Φάλουν)

Μετά την ολοκλήρωση της παράλληλης κίνησης των χεριών, κινήστε και τα δύο χέρια προς τα κάτω περνώντας μπροστά από το πρόσωπο και το στήθος έως ότου φθάσουν στην κάτω κοιλιακή χώρα. Τώρα, περιστρέψτε το Φάλουν στην κάτω κοιλιακή χώρα (όπως φαίνεται στην εικόνα 3-7, 3-8 και 3-9) με το αριστερό χέρι από μέσα για τους άνδρες και το δεξί χέρι από μέσα για τις γυναίκες. Κρατήστε απόσταση 3 εκατ. μεταξύ των δύο χεριών και μεταξύ του εσωτερικού χεριού και της κάτω κοιλιακής χώρας. Περιστρέψτε το Φάλουν κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού (κοιτάζοντας από εμπρός), τέσσερις φορές, για να περιστραφεί η ενέργεια που βρίσκεται έξω από το σώμα και να οδηγηθεί εκ νέου μέσα στο σώμα. Κατά την περιστροφή του Φάλουν, τα χέρια να κινούνται παραμένοντας μπροστά στην κάτω κοιλιακή χώρα.



圖 3-9



圖 3-10

Ένωμα των χεριών (Λιάνγκ Σόου Τσιέ Γιν - όπως φαίνεται στην εικόνα 3-10)

4. Η «Άσκηση ο Ουράνιος Κύκλος του Φάλουν (Φάλουν Ζου Τιέν Φα)

Βασικός κανόνας:

Αυτή η άσκηση επιτρέπει στην ενέργεια του ανθρώπινου σώματος να κυκλοφορήσει σε ευρύτερες περιοχές. Αντί να περάσει μόνο μέσα από ένα ή περισσότερα κανάλια, η ενέργεια κυκλοφορεί από ολόκληρη την Γιν πλευρά του σώματος προς την Γιάνγκ πλευρά συνεχώς. Αυτή η άσκηση είναι κατά πολύ ανώτερη από τις συνηθισμένες μεθόδους ανοίγματος των ενεργειακών καναλιών ή από τη μεγάλη και τη μικρή ουράνια κυκλοφορία. Είναι άσκηση του Φάλουν Γκονγκ μέσου επιπέδου. Βασισμένη στις τρεις προηγούμενες σειρές ασκήσεων, η άσκηση αυτή αποσκοπεί στο βαθμιαίο άνοιγμα όλων των ενεργειακών διόδων σε ολόκληρο το σώμα (συμπεριλαμβανομένου και του μεγάλου ουράνιου κυκλώματος), ώστε η ενέργεια να κυκλοφορήσει ελεύθερα σε ολόκληρο το σώμα από την κορυφή ως τα νύχια. Το σημαντικότερο χαρακτηριστικό αυτής της άσκησης είναι το ότι χρησιμοποιείται η περιστροφή του Φάλουν για να αποκατασταθούν όλες οι ανωμαλίες του ανθρώπινου σώματος, έτσι ώστε το ανθρώπινο σώμα, το μικρό Σύμπαν, να επιστρέψει στην πρωταρχική του κατάσταση και η ενέργεια σε ολόκληρο το σώμα να μπορεί να κυκλοφορεί ελεύθερα και ομαλά. Ευρισκόμενος σε αυτή την κατάσταση, ο ασκούμενος έχει φθάσει σε πολύ ψηλό επίπεδο καλλιέργειας του Νόμου του Τριπλού Κόσμου. Όσοι έχουν ανώτερη Εγγενή Ποιότητα μπορούν να αρχίσουν να καλλιεργούνται σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο. Από αυτή τη στιγμή, το Ενεργειακό Δυναμικό και οι Εξαιρετικές Δυνάμεις τους θα αυξηθούν εντυπωσιακά. Κάνοντας αυτήν την άσκηση, κινήστε τα χέρια και συντονιστείτε με τον Ενεργειακό Μηχανισμό. Εκτελέστε κάθε κίνηση χωρίς να βιάζεστε, αργά και ομαλά.

Στίχος που λέγετε μία φορά πριν από την άσκηση (Κόου Τσουέ):

Χουάν Φα Τσι Σου, Σιν Τσινγκ Σι Γιού, Φαν Μπεν Γκούι Τσεν, Γιόου Γιόου Σι Τσι

Προετοιμασία:

Ολόκληρο το σώμα παραμένει χαλαρό, όχι όμως άτονο. Σταθείτε φυσικά, με τα πόδια σε διάσταση στο άνοιγμα των ώμων. Λυγίστε ελαφρώς τα γόνατα. Κρατήστε τα γόνατα και τα ισχία χαλαρά. Τραβήξτε το σαγόνι ελαφρά προς τα μέσα. Η γλώσσα ακουμπάει απαλά στον ουρανίσκο. Αφήστε μικρό διάστημα ανάμεσα στα δόντια. Κλείστε τα χείλη και τα μάτια απαλά. Διατηρήστε γαλήνια έκφραση στο πρόσωπο.



圖 4-1

圖 4-2

圖 4-3

圖 4-4

Ενώστε τα χέρια (Σανγκ Σόου Τσιέ Γιν - όπως φαίνεται στην εικόνα 4-1) και στη συνέχεια ενώστε τις παλάμες μπροστά στο στήθος (Χε Σι - όπως φαίνεται στην εικόνα 4-2).

Χωρίστε τα χέρια από τη θέση Χε Σι. Κινήστε τα προς τα κάτω, προς την κάτω κοιλιακή χώρα, στρέφοντας και τις δύο παλάμες προς το σώμα. Κρατήστε απόσταση περίπου 10 εκατ. ανάμεσα στα χέρια και το σώμα. Όταν τα χέρια περάσουν την κάτω κοιλιακή χώρα, εξακολουθήστε να τα κατεβάζετε, κατά μήκος της εσωτερικής πλευράς των δύο ποδιών. Ταυτόχρονα, κάμψτε τη μέση και λυγίστε τα γόνατα (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-3).

Όταν τα άκρα των δακτύλων φθάσουν κοντά στο έδαφος, γλιστρήστε τα χέρια κατά μήκος των ποδιών και προς τα έξω και διαγράψτε κύκλο που ξεκινάει μπροστά από κάθε πόδι και κατευθύνεται προς τα έξω και πίσω από τη φτέρνα (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-4).

Στη συνέχεια στρέψτε τις παλάμες προς τις φτέρνες και ανεβάστε τα χέρια κατά μήκος της ράχης των ποδιών (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-5).

Ισιώστε τη σπονδυλική στήλη, καθώς σηκώνετε τα χέρια κατά μήκος της πλάτης (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-6). Κατά τη διάρκεια της άσκησης, μην αφήσετε τα δύο χέρια να αγγίξουν οποιοδήποτε μέρος του σώματος διαφορετικά, η ενέργεια και από τα δύο χέρια θα επιστρέψει στο σώμα.

Όταν τα χέρια δεν μπορούν να ανεβούν ψηλότερα, κάνετε κούφιας γροθιάς (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-7) και στη συνέχεια τραβήξτε τα χέρια εμπρός περνώντας τα κάτω από τις μασχάλες.

Σταυρώστε τα χέρια μπροστά στο στήθος (Δεν υπάρχει καμία ειδική απαίτηση για το ποιο χέρι θα είναι από πάνω ή ποιο χέρι θα είναι από κάτω. Αυτό εξαρτάται από τη συνήθεια καθενός και ισχύει και για τις γυναίκες και για τους άνδρες - όπως φαίνεται στην εικόνα 4-8).



圖 4-5

圖 4-6

圖 4-7

圖 4-8

Ανοίξτε τις κούφιες γροθιές και φέρτε τα δύο χέρια πάνω από τους ώμους (αφήνοντας κάποια απόσταση). Κινήστε και τα δύο χέρια κατά μήκος της εξωτερικής πλευράς (Γιάνγκ) των βραχιόνων και των πήχεων. Όταν φτάσουν στους καρπούς, γυρίστε τα χέρια με τις παλάμες αντικριστά, σε απόσταση 3 έως 4 εκατ. Δηλαδή ο εξωτερικός αντίχειρας προς τα πάνω και ο εσωτερικός προς τα κάτω. Αυτή τη στιγμή, τα χέρια και οι βραχίονες βρίσκονται σε ευθεία (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-9).

Περιστρέψτε και τα δυο χέρια προς αντίθετες κατευθύνσεις σαν να κρατάτε στις παλάμες σας κάποια σφαίρα, κινώντας το εξωτερικό χέρι προς τα μέσα και το εσωτερικό προς τα έξω. Όταν η κίνηση αυτή ολοκληρώνεται και οι δυο παλάμες έχουν αλλάξει θέση (Η εξωτερική παλάμη ήρθε από μέσα και η εσωτερική πήγε από έξω), ακολουθήστε αντίστροφη κίνηση των χεριών. Καθώς αυτά ωθούνται κατά μήκος της εσωτερικής πλευράς (Γιν) του πήχη και του βραχίονα, σηκώστε τα και περνώντας τα πάνω από το κεφάλι, φέρτε τα στο πίσω μέρος του κεφαλιού. Τα χέρια όταν βρεθούν στο πίσω μέρος του κεφαλιού, εξακολουθούν να παραμένουν διασταυρωμένα (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-10).



圖 4-9



圖 4-10



圖 4-11



圖 4-12

Κατόπιν, συνεχίστε να κινείτε τα χέρια προς τα κάτω ακολουθώντας τη σπονδυλική στήλη (όπως φαίνεται στην εικόνα 4-11).

Χωρίστε τα δύο χέρια, με τα άκρα των δακτύλων να δείχνουν προς τα κάτω, και συνδεθείτε με την ενέργεια της πλάτης. Στη συνέχεια κινήστε και τα δύο χέρια παράλληλα, πάνω από την κορυφή του κεφαλιού προς το στήθος (όπως στην εικόνα 4-12). Έτσι ολοκληρώνεται ένα ουράνιο κύκλωμα. Επαναλάβετε τις κινήσεις εννέα φορές. Μετά από την ολοκλήρωση της άσκησης, κινήστε τα δύο χέρια προς τα κάτω κατά μήκος του στήθους και προς την κάτω κοιλιακή χώρα.



圖 4-13



圖 4-14

Επικαλύψτε τα χεριά μπροστά στην κάτω κοιλιακή χώρα (Ντίε Κόου Σιάο Φου - όπως φαίνεται στην εικόνα 4-13), και συνδέστε τα χέρια (Σανγκ Σόου Τσιέ Γιν - όπως φαίνεται στην εικόνα 4-14).

5. Η «Άσκηση ενισχύοντας τις Θεϊκές Δυνάμεις (Σεν Τονγκ Τζιά Τσι Φα)

Βασικός κανόνας:

Η «Άσκηση ενισχύοντας τις Θεϊκές Δυνάμεις» είναι ήρεμη άσκηση καλλιέργειας στο Φάλουν Γκονγκ. Είναι άσκηση για πολλές χρήσεις προορισμένη να ενισχύσει τις Θεϊκές Δυνάμεις κάποιου (συμπεριλαμβανομένων των Εξαιρετικών Ικανοτήτων) και το Ενεργειακό Δυναμικό του, στρέφοντας το Φάλουν με τις κινήσεις των χεριών του Φο. Αυτή είναι άσκηση ανώτερη του μέσου επιπέδου και αρχικά ήταν άσκηση απόκρυφη. Προκειμένου να ικανοποιηθούν τα αιτήματα όσων ασκούνται σε ουσιαστική βάση, παρουσιάζω δημοσίως αυτή τη μέθοδο καλλιέργειας, ώστε να σωθούν όσοι ασκούμενοι είναι προκαθορισμένο να σωθούν. Αυτή η άσκηση απαιτεί κάθισμα σε στάση οκλαδόν. Η στάση του πλήρους λωτού προτιμάται αν και στην αρχή είναι αποδεκτή και η στάση του μισού λωτού. Κατά τη διάρκεια της εξάσκησης, η ροή της ενέργειας είναι ισχυρή και το ενεργειακό πεδίο που περιβάλλει το σώμα είναι αρκετά μεγάλο. Τα χέρια κινούνται ακολουθώντας τον Ενεργειακό Μηχανισμό που έχει εγκαταστήσει ο Δάσκαλος. Όταν αρχίζουν οι κινήσεις των χεριών, η καρδιά ακολουθεί την κίνηση των σκέψεων. Καθώς ενισχύετε τις Θεϊκές Δυνάμεις, κρατήστε το νου σας κενό, συγκεντρώνοντας ελαφρά την προσοχή σας στις παλάμες. Θα αισθανθείτε το κέντρο των παλαμών θερμό, βαρύ, ηλεκτρισμένο, μουδιασμένο, σα να κρατάτε βάρος, και άλλα παρόμοια. Πάντως, μην ακολουθήσετε οποιαδήποτε από αυτές τις αισθήσεις με νοητική παρέμβαση, απλώς αφήστε να συμβούν από μόνες τους. Όσο περισσότερη ώρα τα πόδια παραμένουν σταυρωμένα, τόσο καλύτερα, και αυτό εξαρτάται από το πόσο αντέχει κανένας. Όσο περισσότερη ώρα κάθεται κάποιος, τόσο πιο εντατική είναι η άσκηση και τόσο γρηγορότερα αυξάνεται η ενέργειά του. Κάνοντας αυτήν την άσκηση, μην σκέφτεστε τίποτα - δεν υπάρχει νοητική προδιάθεση - και μπίτε απαλά σε κατάσταση ηρεμίας. Από το δυναμικό στάδιο που είναι φαινομενικά ήρεμο όχι όμως Βαθιά Ηρεμία με συνειδητό νου, εισέρχεστε βαθμιαία στην κατάσταση Βαθιάς Ηρεμίας αλλά με συνειδητό νου (Ντινγκ). Πάντως, η Κύρια Συνείδησή σας πρέπει να γνωρίζει ότι ασκείστε.

Στίχος που λέγετε μία φορά πριν από την άσκηση (Κόου Τσουέ):

Γιόου Γι Βου Γι, Γιν Σουί Τζι Τσι, Σι Κονγκ Φέι Κονγκ, Ντονγκ Τζινγκ Ρου Γι

Ένωμα των χεριών (Λιάνγκ Σόου Τσιέ Γιν)

Καθίστε με τα πόδια σταυρωμένα στη στάση του λωτού. Ολόκληρο το σώμα σας να είναι χαλαρό, όχι όμως άτονο. Κρατήστε ίσια την μέση και τον αυχένα. Τραβήξτε το σαγόνι ελαφρά προς τα μέσα. Η γλώσσα ακουμπάει απαλά τον ουρανίσκο και η άκρη της αγγίζει τη ρίζα των δοντιών. Αφήστε λίγο διάστημα ανάμεσα στα δόντια. Κλείστε τα χείλια. Κλείστε απαλά τα μάτια. Η καρδιά γεμίζει με ευσπλαχνία. Πάρτε ήρεμη και αρμονική έκφραση στο πρόσωπό σας. (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-1).

Πρώτη Κίνηση των Χεριών

Όταν αρχίζουν οι κινήσεις των χεριών, η καρδιά ακολουθεί την κίνηση των σκέψεων. Οι κινήσεις πρέπει να συντονίζονται με τον Ενεργειακό Μηχανισμό που έχει εγκαταστήσει ο Δάσκαλος. Πρέπει να γίνονται χωρίς να βιάζεστε, αργά και ομαλά. Σηκώστε αργά και τα δύο χέρια που βρίσκονται σε Τσιέ Γιν , μέχρι που να φτάσουν μπροστά στο κεφάλι. Στη συνέχεια, στρέψτε βαθμιαία τις παλάμες προς τα πάνω. Όταν οι παλάμες βλέπουν προς τα πάνω, τα χέρια έχουν επίσης φθάσει στο ψηλότερο σημείο τους (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-2).

Κατόπιν, χωρίζοντας τα δύο χέρια, διαγράψτε τόξο πάνω από το κεφάλι με τις παλάμες πάντα προς τα πάνω, περιστρέφοντάς τα προς τα πλάγια μέχρι που να φτάσουν μπροστά στο κεφάλι (στη θέση που φαίνεται στην εικόνα 5-3).

Αμέσως μετά, χαμηλώστε αργά και τα δύο χέρια. Προσπαθήστε να κρατήσετε τους αγκώνες προς τα μέσα, με τις παλάμες προς τα πάνω και τα δάχτυλα προς τα εμπρός (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-4).

Έπειτα, καθώς ισιώνετε τους καρπούς, διασταυρώστε τους μπροστά στο στήθος. Για τους άνδρες, το αριστερό χέρι πάει από έξω, για τις γυναίκες, το δεξί (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-5).



圖 5-1

圖 5-2

圖 5-3

Μετά την ευθυγράμμιση χεριών και πήχεων, το εξωτερικό χέρι στρέφεται ανοίγοντας προς τα έξω και η παλάμη, διαγράφοντας τόξο, γυρίζει προς τα πάνω με τα δάχτυλα προς την πλάτη. Η παλάμη του εσωτερικού χεριού, αφού διασταυρωθεί με την άλλη μπροστά στο στήθος, στρέφεται προς τα κάτω. Βραχίονας και πήχης ευθυγραμμίζονται, και σχηματίζουν γωνία 30 μοιρών με το σώμα. Τέλος, η παλάμη στρέφεται προς τα πάνω (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-6). Εκτελέστε τις κινήσεις των χεριών δυναμικά.



圖 5-4



圖 5-5



圖 5-6

Δεύτερη κίνηση των χεριών

Μετά από την προηγούμενη θέση (που φαίνεται στην εικόνα 5-6), το αριστερό χέρι (το πάνω) κινείται προς τα μέσα και κάτω. Η παλάμη του δεξιού χεριού στρέφεται προς το σώμα ενώ το δεξί χέρι κινείται προς τα πάνω. Η κίνηση είναι η ίδια με την πρώτη, με εναλλαγή των χεριών. Οι θέσεις των χεριών είναι ακριβώς αντίθετες (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-7).

Τρίτη κίνηση των χεριών

Το δεξί χέρι για τους άνδρες (αριστερό για τις γυναίκες) κατεβαίνει κινούμενο μπροστά στο στήθος, με την παλάμη γυρισμένη προς το σώμα και στην ευθεία του καρπού. Αφού διασταυρωθεί με το άλλο χέρι, η παλάμη αρχίζει να στρέφεται προς τα κάτω και συνεχίζει την προς τα κάτω κίνηση έως ότου φθάσει όσο το δυνατόν χαμηλότερα, μπροστά στο γόνατο. Όταν φθάνει στη θέση του, το χέρι είναι τεντωμένο και η παλάμη γυρισμένη προς τα κάτω. Ταυτόχρονα, το αριστερό χέρι για τους άνδρες (δεξί για τις γυναίκες) κινείται προς τα πάνω με την παλάμη γυρισμένη προς το σώμα. Αφού διασταυρωθεί με το δεξί χέρι συνεχίζει να κινείται προς τον αριστερό ώμο (δεξί για τις γυναίκες) ενώ η παλάμη στρέφεται σιγά - σιγά προς τα πάνω. Όταν το χέρι φθάνει στη θέση του, η παλάμη του είναι γυρισμένη προς τα πάνω και τα δάχτυλά του προς τα εμπρός (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-8).



圖 5-7



圖 5-8



圖 5-9

Τέταρτη κίνηση των χεριών

Είναι η ίδια κίνηση με την προηγούμενη αλλά με τις θέσεις των χεριών εναλλαγμένες. Το αριστερό χέρι για τους άνδρες (δεξί για τις γυναίκες) κινείται εσωτερικά, και το δεξί χέρι (αριστερό για τις γυναίκες) κινείται εξωτερικά. Με τις κινήσεις απλώς εναλλάσσονται το αριστερό με το δεξί χέρι. Οι θέσεις των χεριών είναι αντίθετες (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-9). Και οι τέσσερις κινήσεις γίνονται συνεχώς και χωρίς ενδιάμεση παύση.



圖 5-10



圖 5-11

Ενίσχυση των Θεϊκών Δυνάμεων που σχηματίζουν σφαίρα

Συνεχίζοντας μετά από την τέταρτη κίνηση των χεριών, το πάνω χέρι κατεβαίνει εσωτερικά και το κάτω χέρι ανεβαίνει εξωτερικά. Οι παλάμες στρέφονται βαθμιαία προς το σώμα και διασταυρώνονται μπροστά στο στήθος. Όταν οι δύο πήχεις ευθυγραμμιστούν, (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-10), τραβήξτε τα χέρια τα προς τα πλάγια (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-11) ενώ οι παλάμες στρέφονται βαθμιαία προς τα κάτω.

Στη συνέχεια, τα χέρια εκτείνονται προς τα έξω και χαμηλώνουν. Κρατήστε τα στο επίπεδο της μέσης. Οι πήχεις και οι καρποί στο ίδιο επίπεδο. Χαλαρώστε και τα δύο χέρια (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-12).

Αυτή η θέση έχει σκοπό να βγάλει έξω στα χέρια τις εσωτερικές Θεϊκές Δυνάμεις, για να ενισχυθούν. Είναι οι Θεϊκές Δυνάμεις που σχηματίζουν σφαίρα. Κατά την ενίσχυση των Θεϊκών Δυνάμεων, αισθανόμαστε τις παλάμες θερμές, βαριές και μουδιασμένες ή σα να κρατούν κάποιο βάρος. Όμως, μην επιδιώκετε αυτές τις αισθήσεις με νοητική παρέμβαση. Αφήστε να συμβούν από μόνες τους. Όσο περισσότερη ώρα κρατιέστε σε αυτή τη θέση, τόσο καλύτερα. Υπομείνετέ την μέχρις ότου αισθανθείτε πάρα πολύ κουρασμένοι.



圖 5-12



圖 5-13

Ενίσχυση των Θεϊκών Δυνάμεων που σχηματίζουν κολόνα

Μετά από την προηγούμενη θέση, το δεξί χέρι (αριστερό για γυναίκες) περιστρέφεται έτσι ώστε η παλάμη να γυρίζει προς τα πάνω καθώς κινείται προς την κάτω κοιλιακή χώρα. Όταν το χέρι φθάσει στη θέση του, στην κάτω κοιλιακή χώρα, η παλάμη του είναι γυρισμένη προς τα πάνω. Ταυτόχρονα με την κίνηση του δεξιού χεριού, σηκώστε το αριστερό χέρι (δεξί για τις γυναίκες) και κινήστε το προς το σαγόني. Με την παλάμη προς τα κάτω, κρατήστε το χέρι στο ύψος του σαγονιού. Ο πήχης και το χέρι βρίσκονται στο ίδιο επίπεδο με τον ώμο. Αυτή τη στιγμή, οι δύο παλάμες αντικρίζουν η μία την άλλη και μένουν ακίνητες (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-13). Αυτή είναι μια ακόμα θέση με την οποία ενισχύονται οι Θεϊκές Δυνάμεις που σχηματίζουν κολόνα, όπως η «Βροντή των παλαμών» και άλλες. Κρατείστε αυτή τη θέση μέχρι ότου θεωρείτε ότι είναι αδύνατο να την κρατήσετε άλλο.

Κατόπιν, το πάνω χέρι διαγράφει ημικύκλιο προς τα εμπρός και εξωτερικά κατεβαίνει στην κάτω κοιλιακή χώρα ενώ η παλάμη στρέφεται προς τα πάνω. Συγχρόνως, το κάτω χέρι ανασηκώνεται εσωτερικά ενώ η παλάμη στρέφεται προς τα κάτω, έως ότου βρεθεί ακριβώς κάτω από το σαγόني (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-14). Ο πήχης είναι στο ίδιο επίπεδο με τον ώμο, και οι δύο παλάμες αντικρίζουν η μία την άλλη. Και έτσι ενισχύονται οι Θεϊκές Δυνάμεις, απλώς με αντίθετη θέση των χεριών. Κρατήστε αυτή τη θέση έως ότου τα χέρια να είναι τόσο κουρασμένα που να μην αντέχουν άλλο.

Ήρεμη καλλιέργεια

Από την προηγούμενη θέση, το πάνω χέρι διαγράφει ημικύκλιο προς την κάτω κοιλιακή χώρα. Ελάτε στο Λιάνγκ σόου Τσιέγιν (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-15), και αρχίστε την ήρεμη καλλιέργεια. Παραμείνετε σε Βαθιά Ηρεμία αλλά με συνειδητό νου. Όσο περισσότερη ώρα, τόσο καλύτερα.



圖 5-14



圖 5-15



圖 5-16

Τελική στάση

Χε Σι (όπως φαίνεται στην εικόνα 5-16). Βγείτε από την Βαθιά Ηρεμία και τελειώστε το κάθισμα με τα πόδια σταυρωμένα.

Μερικές βασικές προϋποθέσεις και οδηγίες για την εξάσκηση στο Φάλουν Γκονγκ

1. Οι πέντε σειρές ασκήσεων Φάλουν Γκονγκ μπορούν να εκτελεστούν με τη συγκεκριμένη σειρά ή επιλεκτικά. Πάντως, γενικά πρέπει να αρχίζετε την εξάσκησή σας με την πρώτη σειρά ασκήσεων. Επιπλέον, θα ήταν καλύτερα να επαναλάβετε την πρώτη σειρά ασκήσεων τρεις φορές. Βεβαίως, μπορείτε να εκτελέσετε τις άλλες σειρές χωρίς να κάνετε την πρώτη. Μπορείτε να ασκηθείτε σε κάθε σειρά χωριστά.

2. Κάθε κίνηση πρέπει να γίνεται με ακρίβεια και σαφή ρυθμό. Τα χέρια και οι βραχίονες πρέπει να κινούνται απαλά, πάνω-κάτω, πέρα δώθε, αριστερά και δεξιά, ακολουθώντας τον Ενεργειακό Μηχανισμό. Να κινείστε χωρίς να βιάζεστε, αργά και απαλά. Μην κινείστε πάρα πολύ γρήγορα ή πάρα πολύ αργά.

3. Κατά τη διάρκεια της άσκησης, πρέπει να παραμένετε υπό τον έλεγχο της κύριας συνείδησής σας. Το Φάλουν Γκονγκ καλλιεργεί την κύρια συνείδηση. Μην επιδιώκετε σκόπιμα την ταλάντευση. Σταματήστε την ταλάντευση του σώματος όταν αυτή συμβαίνει. Μπορείτε να ανοίξετε τα μάτια σας, εάν υπάρχει ανάγκη.

4. Χαλαρώστε ολόκληρο το σώμα, ιδιαίτερα τις περιοχές των γονάτων και των ισχίων. Τα ενεργειακά κανάλια μπλοκάρονται εάν η στάση σας είναι πάρα πολύ άκαμπτη.

5. Κατά τη διάρκεια των ασκήσεων, οι κινήσεις πρέπει να είναι χαλαρές και φυσικές, ελεύθερες και ανοιχτές, άνετες και ανεμπόδιστες. Οι κινήσεις πρέπει να είναι σταθερές όμως απαλές, με κάποια δύναμη χωρίς όμως καμία ακαμψία ή σκληρότητα. Εκτελώντας τις με αυτό τον τρόπο, θα έχετε αποτελέσματα εμφανή.

6. Κάθε φορά που τελειώνετε την άσκηση, τελειώνουν οι κινήσεις δεν σταματά όμως η εξάσκηση. Χρειάζεστε μόνο να έρθετε στην θέση Τσιέγιν (τα χέρια ενωμένα). Όταν τελειώσει το Τσιέγιν σημαίνει ότι τελείωσαν οι κινήσεις. Μην έχετε την προδιάθεση να τελειώσει και η εξάσκηση μια και το Φάλουν δεν μπορεί ποτέ να σταματήσει.

7. Όσοι είναι αδύνατοι ή χρόνια άρρωστοι μπορεί να ασκηθούν σύμφωνα με την κατάστασή τους. Μπορεί να ασκηθούν λιγότερο ή να επιλέξουν να κάνουν οποιαδήποτε από τις πέντε σειρές. Όσοι δεν μπορούν να εκτελέσουν τις κινήσεις, μπορεί αντί για αυτό, να ασκηθούν καθισμένοι στη στάση του λωτού. Πάντως, πρέπει να συνεχίζετε την άσκηση χωρίς διακοπή.

8. Δεν υπάρχουν ειδικές απαιτήσεις όσον αφορά τον τόπο, την ώρα ή την κατεύθυνση κατά τη διάρκεια της άσκησης. Πάντως συνιστάται, καθαρή περιοχή και ήρεμο περιβάλλον.

9. Αυτές οι ασκήσεις εκτελούνται χωρίς νοητική παρέμβαση. Ποτέ μην παραστρατήσετε κατά τη διάρκεια της άσκησης. Αλλά, μην αναμινγύετε το Φάλουν Γκονγκ με οποιοδήποτε σύστημα καλλιέργειας. Διαφορετικά υπάρχει περίπτωση το Φάλουν να παραμορφωθεί.

10. Όταν το βρίσκετε πραγματικά αδύνατο να μπειτε σε κατάσταση ηρεμίας κατά τη διάρκεια της άσκησης, μπορείτε να απαγγείτε το όνομα του Δασκάλου. Καθώς θα περνάει ο καιρός, θα είστε σε θέση σταδιακά να μπειτε σε κατάσταση ηρεμίας.

11. Κατά τη διάρκεια της άσκησης, μπορεί να εμφανιστούν κάποιες δοκιμασίες. Αυτός είναι ένας τρόπος για να ξεπληρώσετε το κάρμα. Ο καθένας έχει κάρμα. Όταν αισθάνεστε ταλαιπωρία στο σώμα σας, αυτό μην το θεωρείτε ασθένεια. Για να αποβληθεί το κάρμα και να προετοιμαστεί ο δρόμος της καλλιέργειας, μπορεί μερικές δοκιμασίες να έρθουν ταχύτερα και νωρίτερα.

12. Εάν δεν μπορείτε να σταυρώσετε τα πόδια σας στην καθιστή άσκηση, μπορείτε πρώτα να κάνετε αυτή τη σειρά των ασκήσεων καθισμένοι στην άκρη κάποιας καρέκλας. Και με αυτόν τον τρόπο μπορεί να επιτύχετε τα ίδια αποτελέσματα. Αλλά ως ασκούμενοι, πρέπει να είστε ικανοί να λάβετε τη στάση του λωτού. Καθώς θα περνάει ο καιρός, σίγουρα θα είστε ικανοί να το κάνετε.

13. Εκτελώντας την ήρεμη άσκηση, εάν δείτε οποιεσδήποτε εικόνες ή σκηνές, στην άσκησή σας μην τις προσέχετε καθόλου. Εάν παρεμποδίζετε από κάποιες τρομακτικές σκηνές ή αισθάνεστε απειλούμενος, πρέπει αμέσως να θυμηθείτε: «Προστατεύομαι από τον Δάσκαλο του Φάλουν Γκονγκ. Δεν φοβάμαι τίποτα». Εναλλακτικά, μπορείτε επίσης να καλέσετε το όνομα του Δασκάλου Λι, και να συνεχίσετε την εξάσκηση σας.

Κεφάλαιο V

Ερωτήσεις και απαντήσεις

1. Φάλουν και Φάλουν Γκονγκ

Ε: Από τι αποτελείται το Φάλουν;

Α: Το Φάλουν είναι ευφυής ύπαρξη αποτελούμενη από ουσίες υψηλής ενέργειας. Μετασχηματίζει την Ενέργεια Καλλιέργειας (Γκονγκ) αυτόματα και δεν υπάρχει στη διάστασή μας.

Ε: Πώς μοιάζει το Φάλουν;

Α: Το μόνο που μπορούμε να πούμε είναι ότι το χρώμα ενός Φάλουν είναι χρυσοκίτρινο. Αυτό το χρώμα δεν υπάρχει στη διάστασή μας. Το χρώμα του φόντου του εσωτερικού κύκλου είναι πολύ ανοιχτό κόκκινο. Το φόντο του εξωτερικού κύκλου είναι πορτοκαλί. Υπάρχουν δύο κοκκινόμαυρα σύμβολα Τάιτσι (Γιν-Γιάνγκ), τα οποία ανήκουν στη Σχολή του Τάο. Υπάρχουν επίσης δύο άλλα κόκκινο-μπλε σύμβολα Τάιτσι, τα οποία ανήκουν στη Μεγάλη Σχολή του Προ-Ταοϊσμού. Αυτές είναι δύο διαφορετικές σχολές. Το σύμβολο Σρίβατσα [卐] είναι χρυσοκίτρινο. Οι άνθρωποι με το Τρίτο Μάτι (Τιένμου) τους ανοιγμένο σε χαμηλό επίπεδο, βλέπουν το Φάλουν να περιστρέφεται σαν ηλεκτρικός ανεμιστήρας. Εάν κάποιος μπορεί να το δει καθαρά, είναι πολύ όμορφο και μπορεί να εμπνεύσει τον ασκούμενο ώστε να καλλιεργηθεί ακόμα σκληρότερα και να προσπαθήσει να προχωρήσει σθεναρά.

Ε: Πού βρίσκεται το Φάλουν στην αρχή της άσκησης; Πού βρίσκεται αργότερα;

Α: Στην πραγματικότητα σας έδωσα μόνο ένα Φάλουν. Βρίσκεται στην κάτω κοιλιακή χώρα, στην ίδια θέση όπου καλλιεργείται και κρατιέται το Ελιξίριο για το οποίο μιλήσαμε. Η θέση του δεν αλλάζει. Μερικοί μπορεί να δουν πολλά Φάλουν να περιστρέφονται. Εκείνα χρησιμοποιούνται από τα Σώματα Του Νόμου μου, προσωρινά έξω από το σώμα σας, για να το ρυθμίσουν.

Ε: Μπορεί το Φάλουν να δημιουργηθεί με την άσκηση και την καλλιέργεια; Πόσα από αυτά μπορούν να διαμορφωθούν; Υπάρχει οποιαδήποτε διαφορά ανάμεσα σε αυτά και σε εκείνο που δίνεται από το Δάσκαλο;

Α: Το Φάλουν μπορεί να διαμορφωθεί με την άσκηση και την καλλιέργεια. Καθώς το Ενεργειακό Δυναμικό σας συνεχίζει να ενισχύεται, όλο και περισσότερα Φάλουν θα διαμορφώνονται. Όλα τα Φάλουν είναι ίδια. Η μόνη διαφορά είναι ότι το Φάλουν που είναι τοποθετημένο στην κάτω κοιλιακή χώρα δεν αλλάζει θέση, επειδή αυτό είναι η ρίζα όλων των άλλων.

Ε: Πώς μπορεί κάποιος να αισθανθεί και να παρατηρήσει την παρουσία και την περιστροφή του Φάλουν;

Α: Δεν υπάρχει καμία ανάγκη να το αισθανθεί ή να το παρατηρήσει. Μερικοί είναι πολύ ευαίσθητοι, και θα αισθανθούν την περιστροφή του Φάλουν. Κατά τη διάρκεια της πρώτης περιόδου αφότου εγκατασταθεί το Φάλουν, μπορεί να αισθανθείτε λίγο περίεργα που αυτό

βρίσκεται στο σώμα σας, μπορεί να έχετε πόνο στην κοιλιά, ή να αισθανθείτε σαν κάτι να κινείται και να έχετε κάποια αίσθηση θερμότητας και άλλα τέτοια. Αφού προσαρμοστείτε σε αυτό, δεν θα έχετε καμιά αίσθηση. Αλλά, άνθρωποι με Εξαιρετικές Ικανότητες μπορούν να το δουν. Συμβαίνει ακριβώς όπως και με το στομάχι. Δεν αισθάνεστε τις κινήσεις του στομαχιού σας.

Ε: Η κατεύθυνση προς την οποία το Φάλουν περιστρέφεται στο έμβλημα Φάλουν, δεν είναι η ίδια με αυτήν που έχει τυπωθεί στην ταυτότητα των μαθητών (αναφέρομαι στο πρώτο και δεύτερο σεμινάριο). Το Φάλουν που έχει τυπωθεί στη ταυτότητα που έχουν οι μαθητές για το σεμινάριο, περιστρέφεται αντιθέτως προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού. Γιατί;

Α: Αυτό συμβαίνει γιατί σκοπός μου είναι να σας δώσω κάτι ωφέλιμο. Όταν το Φάλουν περιστρέφεται κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού εκπέμπει ενέργεια για να ρυθμίσει το σώμα σας. Μπορείτε να το δείτε να περιστρέφεται.

Ε: Πότε εγκαθιστάτε το Φάλουν στους μαθητές;

Α: Καταρχήν, εδώ, πρέπει να σας διευκρινίσω κάτι: αρκετοί από τους μαθητές μας έχουν εξασκηθεί με διάφορες ασκήσεις καλλιέργειας και είναι δύσκολο να καθαριστεί το σώμα τους. Πρέπει να κάνω ιδιαίτερες προσπάθειες ώστε να εξαλείψω όλα τα κακά που υπάρχουν στο σώμα τους, διατηρώντας όμως τα καλά. Και αυτό είναι πρόσθετη εργασία. Μετά, μπορώ πλέον να τους εγκαταστήσω το Φάλουν. Το μέγεθος του Φάλουν, ποικίλλει ανάλογα με το επίπεδο καλλιέργειας του καθενός. Μερικοί μαθητές δεν έχουν κάνει ποτέ πριν Ενεργειακή Άσκηση, όμως, διαθέτουν καλή εγγενή ποιότητα. Αυτοί, θα αποκτήσουν το Φάλουν όταν, με την επαναρύθμιση που τους κάνω στο σεμινάριό μου, αποβάλλουν τις ασθένειές τους, αφήνοντας το επίπεδο της Ζωτικής Ενεργειας και μπαίνοντας στην κατάσταση του «Γαλακτώδους Λευκού Σώματος». Άλλοι μαθητές έχουν κακή υγεία και χρειάζονται συνεχή ρύθμιση. Πώς θα μπορούσα να τους εγκαταστήσω το Φάλουν πριν αποκατασταθούν; Αυτοί που δεν μπορούν να αποκτήσουν το Φάλουν στο σεμινάριο, είναι πολύ λίγοι. Αλλά δεν πειράζει, γιατί έχω ήδη εγκαταστήσει σε αυτούς τον Ενεργειακό Μηχανισμό που χρησιμεύει στη διαμόρφωση του Φάλουν.

Ε: Πώς αποκτιέται το Φάλουν;

Α: Δεν αποκτιέται. Εγώ εκπέμπω το Φάλουν και το εγκαθιστώ στην κάτω κοιλιακή σας χώρα. Δεν υφίσταται στη δική μας φυσική διάσταση, αλλά σε διαφορετική. Εάν υπήρχε σε αυτήν εδώ τη διάσταση, τι θα συνέβαινε με τα έντερα που βρίσκονται μέσα στην κάτω κοιλιακή χώρα σας, εάν αυτό άρχιζε να περιστρέφεται; Υφίσταται σε άλλη διάσταση και δε βρίσκεται σε καμία σύγκρουση με αυτήν εδώ.

Ε: Θα μας δώσετε και άλλα Φάλουν στο επόμενο σεμινάριο σας;

Α: Θα λάβετε μόνο ένα. Κάποιοι έχουν την αίσθηση ότι σε αυτούς περιστρέφονται πολλά Φάλουν. Αυτά υπάρχουν για εξωτερική χρήση, με μοναδικό σκοπό τη ρύθμιση του σώματός σας. Το κυριότερο χαρακτηριστικό γνώρισμα της άσκησής μας είναι το ότι όταν εκπέμπεται ενέργεια, απελευθερώνεται σειρά από Φάλουν. Επομένως πριν ακόμα αρχίσετε την εξάσκηση, έχετε ήδη πάνω σας πολλά περιστρεφόμενα Φάλουν, τα οποία ακριβώς ρυθμίζουν το σώμα σας. Το Φάλουν όμως που εγώ πραγματικά σας δίνω είναι αυτό που βρίσκεται στην κάτω κοιλιακή σας χώρα.

Ε: Το σταμάτημα της άσκησης σημαίνει και εξαφάνιση του Φάλουν; Για πόσο μπορεί να παραμείνει στο σώμα μου το Φάλουν;

Α: Εφόσον θεωρείτε τον εαυτό σας καλλιεργητή και ακολουθείτε τις συμβουλές μου σχετικά με το Σίνσινγκ, όχι μόνο δεν εξαφανίζεται το Φάλουν με το σταμάτημα της άσκησης, αλλά αντιθέτως ενισχύεται. Το Ενεργειακό Δυναμικό σας θα συνεχίσει να αυξάνεται ακόμα περισσότερο. Αντιθέτως, εάν ασκείστε συχνότερα από οποιονδήποτε άλλο, αλλά αποτυχαίνετε να συμπεριφέρεστε σύμφωνα με τις απαιτήσεις του Σίνσινγκ, φοβάμαι ότι η άσκησή σας είναι άχρηστη. Αν και ασκείστε, δεν θα λειτουργήσει. Οποιοδήποτε σύστημα εξάσκησης και αν ακολουθείτε, εάν δεν το κάνετε σύμφωνα με τις απαιτήσεις, είναι πολύ πιθανό ότι καλλιεργείτε με κακό τρόπο. Για παράδειγμα, εάν έχετε μόνο κακές ιδέες στο μυαλό σας σκεφτόμενοι: «Πόσο κακός είναι ο τάδε, θα τον καθαρίσω μόλις αναπτύξω τις Εξαιρετικές Ικανότητές μου, και αφήνετε τέτοιου είδους ιδέες να σας διακατέχουν κατά τη διάρκεια της άσκησης, δεν ακολουθείτε τις οδηγίες μου σχετικά με το Σίνσινγκ. Στην πραγματικότητα εξασκείστε με κακό τρόπο, ακόμα και αν ασκείστε σύμφωνα με το Φάλουν Γκονγκ.

Ε: Ο Δάσκαλος λει συχνά: «Δεν μπορείτε να αποκτήσετε ένα Φάλουν ακόμα κι αν ξοδέψετε 100 εκατομμύρια Γιουάν». Τι σημαίνει αυτό;

Α: Σημαίνει ότι είναι εξαιρετικά πολύτιμο. Αυτό που σας δίνω δεν είναι μόνο ένα Φάλουν αλλά και άλλα πράγματα που εγγυώνται την καλλιέργειά σας και που είναι επίσης πολύτιμα. Είναι πράγματα που δεν μπορεί να ανταλλαχθούν με οποιονδήποτε χρηματικό ποσό.

Ε: Μπορεί να αποκτήσουν Φάλουν και άνθρωποι που άρχισαν να παρακολουθούν το μάθημα με καθυστέρηση;

Α: Εάν αρχίσατε να παρακολουθείτε το μάθημα πριν από τις τελευταίες τρεις ημέρες, μπορεί να έχετε το σώμα σας ρυθμισμένο και το Φάλουν εγκατεστημένο, μαζί με πολλά άλλα πράγματα. Εάν ήρθατε κατά τη διάρκεια των τελευταίων τριών ημερών, δεν μπορώ να είμαι σίγουρος. Το σώμα σας είναι δυνατόν να ρυθμιστεί. Φαίνεται όμως δύσκολο να εγκατασταθούν πάνω σας τα διάφορα πράγματα, εκτός εάν έχετε αρκετά καλές προϋποθέσεις.

Ε: Η χρήση του Φάλουν είναι ο μόνος τρόπος για να διορθωθεί η ανώμαλη κατάσταση του ανθρώπινου σώματος;

Α: Όχι, χρησιμοποιώ και πολλούς άλλους τρόπους.

Ε: Ποιο είναι το προϊστορικό υπόβαθρο του Φάλουν Γκονγκ;

Α: Σκέφτομαι ότι αυτή είναι πάρα πολύ ευρεία ερώτηση και μάλιστα τόσο βαθιά που ξεπερνά τις γνώσεις που δικαιούμαστε να έχουμε στο επίπεδο που βρισκόμαστε. Αυτό δεν μπορώ να το συζητήσω εδώ. Αλλά, υπάρχει κάτι που πρέπει να καταλάβετε. Το Φάλουν Γκονγκ δεν είναι Ενεργειακή Άσκηση του Βουδισμού. Είναι Ενεργειακή Άσκηση της Σχολής του Φο. Δεν είναι Βουδισμός. Πάντως, έχουμε τον ίδιο στόχο με το Βουδισμό. Απλώς είμαστε δύο διαφορετικές μέθοδοι καλλιέργειας, που παίρνουν δύο διαφορετικά μονοπάτια. Ο στόχος μας είναι ο ίδιος.

Ε: Πόσο παλιά είναι η ιστορία του Φάλουν Γκονγκ;

Α: Το σύστημα εξάσκησης σύμφωνα με το οποίο εγώ ασκήθηκα είναι λίγο διαφορετικό από αυτό που παρουσίασα στο κοινό. Στην εξάσκηση που έκανα εγώ, το Φάλουν, ήταν ισχυρότερο από αυτό για το οποίο σας διδάσκω και το οποίο σας παραδίδω σήμερα. Επιπλέον, η ανάπτυξη της Ενέργειας Καλλιέργειας ήταν γρηγορότερη από όσο επιτρέπεται στα πλαίσια αυτού εδώ του συστήματος. Παρόλα αυτά, το σύστημα εξάσκησης που παρουσίασα στο κοινό, εξακολουθεί να επιτρέπει την ταχεία ανάπτυξη της Ενέργειας Καλλιέργειας. Έτσι, οι απαιτήσεις που έχουμε σχετικά με το Σίνσινγκ του καλλιεργητή είναι αυστηρότερες και ψηλότερου επιπέδου. Αυτά που εγώ παρουσίασα στο κοινό, έχουν ρυθμιστεί εκ νέου ώστε οι απαιτήσεις να είναι μικρότερες, πάντως αυτές εξακολουθούν να είναι αυστηρότερες από τις απαιτήσεις των συνηθισμένων μεθόδων καλλιέργειας. Επειδή η μέθοδος καλλιέργειας που σας διδάσκω είναι διαφορετική από την πρωταρχική, θεωρούμαι ο ιδρυτής της. Σχετικά με το πόσο παλιά είναι η ιστορία του Φάλουν Γκονγκ, χωρίς να υπολογίσετε τα χρόνια που αυτό δεν ήταν δημόσια γνωστό, μπορείτε να πείτε ότι ξεκίνησε από τον περασμένο Μάιο (1992) όταν άρχισα να το διαδίδω στα βορειοανατολικά [της Κίνας].

Ε: Τι λαμβάνουμε από τον Δάσκαλο κατά την διάρκεια των διαλέξεων;

Α: Δίνω σε όλους Φάλουν. Υπάρχει Φάλουν για την καλλιέργεια και υπάρχουν Φάλουν για τη ρύθμιση του σώματος. Συγχρόνως, το Σώμα Του Νόμου μου φροντίζει τον καθένα από σας, εφόσον καλλιεργείστε σύμφωνα με το Φάλουν Γκονγκ. Εάν δεν καλλιεργείστε, το Σώμα Του Νόμου μου φυσικά δεν θα σας φροντίζει. Δεν θα πηγαινε ακόμα κι αν είχε την υποχρέωση. Το Σώμα Του Νόμου μου ξέρει σαφώς και επακριβώς τι σκέφτεστε.

Ε: Εάν καλλιεργούμαι σύμφωνα με το Φάλουν Γκονγκ είναι δυνατόν να φθάσω στη Ορθόδοξη Επίτευξη;

Α: Ο Μεγάλος Νόμος δεν έχει κανένα όριο. Ακόμα κι αν καλλιεργούμενοι έχετε φθάσει στο επίπεδο του Ταθαγκάτα, δεν έχετε ακόμα φθάσει στο τέλος. Η μέθοδός μας είναι ο Ορθόδοξος Νόμος. Αν καλλιεργηθείτε σύμφωνα με αυτήν, θα φθάσετε στην Ορθόδοξη Επίτευξη.

2. Βασικοί κανόνες και μέθοδοι εξάσκησης

Ε: Μερικοί, όταν τελείωσαν την άσκηση «Ουράνιος κύκλος» και επέστρεψαν στο σπίτι, είδαν στο όνειρό τους, πολύ ξεκάθαρα, ότι αιωρούνταν στον ουρανό. Τι σημαίνει αυτό;

Α: Λεω σε όλους σας, ότι όταν συμβαίνει κάτι τέτοιο κατά τη διάρκεια του διαλογισμού ή των ονείρων σας, αυτό δεν είναι όνειρο. Προκαλείται από το Κυρίως Πνεύμα σας που αφήνει το φυσικό σας σώμα, και αυτό είναι τελείως διαφορετικό από το να ονειρεύεστε. Όταν ονειρεύεστε, δεν βλέπετε τόσο καθαρά ή τόσο λεπτομερώς. Όταν το Κυρίως Πνεύμα σας αφήνει το σώμα, αυτά που βλέπετε και η αιώρησή σας μπορεί να φανούν σαν πραγματικότητα και να μείνουν με σαφήνεια στη μνήμη σας.

Ε: Εάν το Φάλουν παραμορφωθεί, τι δυσμενείς συνέπειες θα υπάρξουν;

Α: Αυτό σημαίνει ότι κάποιος έχει παραστρατήσει. Τότε, το Φάλουν θα χάσει την αποτελεσματικότητά του. Επιπλέον, θα προκαλέσει πολλά προβλήματα στην καλλιέργειά σας. Είναι σαν να επιλέγετε να μην βαδίζετε στη βασική οδό, αλλά σε δευτερεύοντα δρόμο, όπου

χάνεστε και είστε ανίκανος να βρείτε προς τα που να πάτε. Θα αντιμετωπίσετε προβλήματα. Αυτά θα έχουν αντανάκλαση στην καθημερινή σας ζωή.

Ε: Κάποιος που ασκείτε μόνος του, τι πρέπει να κάνει ώστε να καθαρίσει το περιβάλλον στο σπίτι του; Υπάρχουν επίσης Φάλουν στο σπίτι μας;

Α: Πολλοί από σας που κάθονται εδώ έχουν ήδη δει την παρουσία Φάλουν στο σπίτι τους. Τα μέλη της οικογενείας τους έχουν αρχίσει επίσης να ωφελοούνται από αυτό το γεγονός. Όπως έχουμε αναφέρει, υπάρχουν ταυτόχρονα πολλές διαστάσεις και στην ίδια θέση, και το σπίτι σας δεν αποτελεί εξαίρεση. Επομένως, πρέπει να καθαριστεί τελείως. Ο τρόπος για να το καθαρίσετε, γενικά, είναι με το να ξεφορτωθείτε ό,τι κακό έχετε και στη συνέχεια, να εγκαταστήσετε ασπίδα έτσι ώστε τίποτα το κακό να μη μπορεί πια να βρει τρόπο να μπει μέσα.

Ε: Κατά τη διάρκεια της άσκησης, η ενέργεια χτυπά το άρρωστο σημείο, δίνοντάς μας αίσθηση από πόνο και πρήξιμο. Γιατί συμβαίνει αυτό;

Α: Η ασθένεια είναι είδος δέσμης μαύρης ενέργειας. Αφότου τη σπάζουμε σε κομμάτια κατά τη διάρκεια του αρχικού σταδίου του σεμιναρίου, θα αισθανθείτε ότι το σημείο που νοσεί είναι πρησμένο. Πάντως, έχει ήδη χάσει τις ρίζες της, και έχει αρχίσει να εκχύνεται προς τα έξω. Πολύ γρήγορα, θα αποβληθεί. Η ασθένεια δεν θα υπάρξει πλέον.

Ε: Οι παλιές ασθένειες μου εξαφανίστηκαν μετά από μερικές ημέρες στο σεμινάριο, αλλά ξαφνικά, μερικές ημέρες αργότερα ξαναπαρουσιάστηκαν. Γιατί;

Α: Επειδή οι βελτιώσεις πραγματοποιούνται γρήγορα με το σύστημα καλλιέργειάς μας και τα επίπεδα αλλάζουν σε πολύ μικρή χρονική περίοδο, η ασθένειά σας θεραπεύεται πριν καλά καλά το καταλάβετε. Τα μεταγενέστερα συμπτώματα είναι αυτά που ανέφερα στις συζητήσεις μου ως ο ερχομός των «δοκιμασιών». Αισθανθείτε τα και παρατηρήστε τα προσεκτικά. Δεν είναι τα ίδια με τα συμπτώματα της παλιάς ασθένειάς σας. Εάν ψάχνετε άλλους δασκάλους ενεργειακής άσκησης για να ρυθμίσουν το σώμα σας, δεν θα είναι σε θέση να το κάνουν. Γιατί αυτά αποτελούν εκδήλωση του κάρμα καθώς αυξάνεται η Ενέργεια Καλλιέργειας.

Ε: Εξακολουθούμε να χρειαζόμαστε φάρμακα ενώ καλλιεργούμε;

Α: Σχετικά με αυτό το ζήτημα, πρέπει να σκεφτείτε και να αποφασίσετε για τον εαυτό σας. Η λήψη φαρμάκων κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας υπονοεί ότι δεν πιστεύετε στα αποτελέσματα της καλλιέργειας, σχετικά με την θεραπεία των ασθενειών. Εάν πιστεύατε σε αυτά, γιατί θα παίρνατε φάρμακα; Πάντως, εάν η συμπεριφορά σας δεν ακολουθεί τα ψηλά κριτήρια του Σίνσινγκ, μόλις προκύψουν προβλήματα, θα πείτε ότι ο Λι Χόνγκτζι σας έχει πει να μην παίρνετε φάρμακα. Πάντως, ο Λι Χόνγκτζι σας έχει ζητήσει επίσης να κρατηθείτε αυστηρά στα ψηλά κριτήρια του Σίνσινγκ. Αυτό το έχετε κάνει; Ό,τι υπάρχει στο σώμα των αληθινών καλλιεργητών δεν είναι το ίδιο με των συνηθισμένων ανθρώπων. Όλες οι ασθένειες που αποκτούν οι συνηθισμένοι άνθρωποι δεν επιτρέπεται να εμφανιστούν στο δικό σας σώμα. Εάν το μυαλό σας κρατάει τη σωστή θέση και θεωρεί ότι η καλλιέργεια μπορεί να θεραπεύσει τις ασθένειες, εάν σταματήσετε τη λήψη φαρμάκων, μην ανησυχείτε για αυτό και μην ακολουθείτε θεραπείες, κάποιος αβίαστα θα τις θεραπεύσει για χάρη σας. Μέρα με την ημέρα, όλοι σας θα βελτιώνεστε και θα αισθάνεστε καλύτερα. Γιατί συμβαίνει αυτό; Γιατί το Σώμα Του Νόμου μου, μπαينوβγαίνει στο σώμα πολλών από εσάς και σας βοηθά, υπό αυτήν

την άποψη, κάνοντας αυτό που πρέπει. Εάν το μυαλό σας δεν είναι σταθερό και καλλιεργείστε υιοθετώντας στάση δυσπιστίας ή «ας το δοκιμάσουμε», τότε δεν πρόκειται να πετύχετε τίποτα. Το αν πιστεύετε ή όχι σε Φωτισμένους προσδιορίζεται από την Ποιότητα Φώτισης και την εγγενή σας ποιότητα. Εάν εμφανιζόταν εδώ κάποιος Φο, που θα μπορούσαμε να τον δούμε καθαρά με τα ανθρώπινα μάτια μας, τότε ο καθένας θα πήγαινε να μελετήσει για να γίνει Φο. Επομένως, δεν θα υπήρχε πια θέμα μεταστροφής της σκέψης σας. Πρέπει πρώτα να πιστέψετε, και μετά θα είστε σε θέση να δείτε.

Ε: Μερικοί ζητούν από τον Δάσκαλο και τους μαθητές του, να θεραπεύσουν ασθένειες. Αυτό είναι αποδεκτό;

Α: Σκοπός της δημόσιας παρουσίας μου δεν είναι να θεραπεύω ασθένειες. Υπάρχουν άνθρωποι που είναι στο πεπρωμένο τους να υποφέρουν από ασθένειες. Φαίνεται ότι μερικοί απλώς δεν καταλαβαίνουν τα λόγια που έχω πει, αλλά δεν θα δώσω περισσότερες εξηγήσεις. Καθώς τα συστήματα καλλιέργειας της Σχολής του Φο αποβλέπουν στο να σωθούν όλα τα έμβια όντα, αποδέχονται την θεραπεία ασθενειών. Ωστόσο, εμείς θεραπεύουμε άλλους, οργανωμένα με σκοπό την γνωστοποίηση του συστήματος καλλιέργειάς μας. Καθώς μόλις παρουσιάστηκα στο κοινό και δεν είμαι ευρέως γνωστός, είναι πιθανό ότι οι άνθρωποι δεν θα παρακολουθούσαν τις διαλέξεις που δίνω για να μεταδώσω το σύστημα καλλιέργειάς μου αν δεν μπορούσα να τους πείσω για την αποτελεσματικότητα του συστήματός μου, θεραπεύοντας ασθένειες και δίνοντας συμβουλές. Αυτό το κάναμε για να γνωστοποιήσουμε το σύστημα καλλιέργειάς μας και όχι για την θεραπεία αυτή καθαυτή. Επομένως, δεν το κάναμε εξ ολοκλήρου με σκοπό τη θεραπεία των ασθενειών. Δεν επιτρέπεται στον ασκούμενο να θεραπεύει ασθένειες επαγγελματικά χρησιμοποιώντας την πανίσχυρη Ενέργεια Καλλιέργειας, ούτε είναι σωστό να αντικατασταθούν οι Νόμοι αυτού του κόσμου με Νόμους που ξεπερνούν αυτόν τον κόσμο. Εάν το κάνετε αυτό, δεν θα έχετε καλά αποτελέσματα θεραπείας των ασθενειών, γιατί αυτή δεν είναι η σωστή θέση των πραγμάτων. Είναι δική μου ευθύνη να εξαλείψω όλες σας τις ασθένειες ρυθμίζοντας τη φυσική σας κατάσταση έτσι ώστε να σας προετοιμάσω για καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Εάν σκέφτεστε διαρκώς τις ασθένειές σας και δεν θέλετε καθόλου να καλλιεργηθείτε, τελικά δεν πρόκειται να πετύχετε τίποτα, καθώς ακόμα κι αν δεν λετε τίποτα, το Σώμα Του Νόμου μου, γνωρίζει κάθε σκέψη σας. Κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου, έχω ήδη ρυθμίσει το σώμα σας. Φυσικά, πρέπει πρώτα να είστε καλλιεργητής. Δεν πρόκειται να αρχίσω να θεραπεύω ασθένειες για χάρη σας και να ζητάω και άλλα χρήματα στη μέση του σεμιναρίου. Δεν θα κάνω κάτι τέτοιο. Εάν οι ασθένειές σας δεν έχουν εξαλειφθεί, αυτό είναι ζήτημα της ποιότητας φώτισής σας. Βεβαίως δεν αποκλείονται οι περιπτώσεις στις οποίες μερικά άτομα πάσχουν από σοβαρές ασθένειες. Μπορεί να μην έχουν εμφανή συμπτώματα αλλά οι ασθένειές τους είναι πάρα πολύ σοβαρές. Ίσως μια ρύθμιση δεν είναι αρκετή για να τους διορθώσει, αλλά έκανα ό,τι μπορούσα. Δε μπορείτε να πείτε ότι δεν είμαι υπεύθυνος για αυτούς. Αυτό συμβαίνει επειδή η ασθένειές τους είναι πραγματικά σοβαρές. Όταν θα επιστρέψουν στο σπίτι, θα εξακολουθήσω να τους θεραπεύω, έως ότου θεραπευθούν πλήρως. Ωστόσο, τέτοιες περιπτώσεις είναι πολύ σπάνιες.

Ε: Πώς εισερχόμαστε στην ηρεμία κατά τη διάρκεια της εξάσκησης; Θεωρείται προσκόλληση όταν σκεφτόμαστε για τα προβλήματα στη δουλειά μας ενώ κάνουμε τις ασκήσεις;

Α: Πάρτε τα θέματα που σχετίζονται με τα προσωπικά σας ενδιαφέροντα ελαφριά, και κρατήστε συνεχώς το νου σας διαυγές και καθαρό. Εάν είστε προετοιμασμένοι, και γνωρίζετε τότε θα έρθουν οι δοκιμασίες και τι είδους θα είναι αυτές, τότε δεν θα ήταν πλέον δοκιμασίες.

Συνήθως οι δοκιμασίες εμφανίζονται ξαφνικά από το πουθενά. Θα τις ξεπεράσετε οπωσδήποτε εάν είστε απολύτως αποφασισμένοι. Έτσι μπορεί να αποκαλυφθεί και το επίπεδο του Σίνσινγκ σας. Μόλις η προσκόλληση σας εξαφανισθεί, το Σίνσινγκ σας βελτιωθεί, οι φιλονικίες και οι διαπληκτισμοί σας με τους άλλους, όπως και η εχθρότητα και οι μνησικακίες σας εγκαταλειφθούν και οι σκέψεις σας καθαριστούν, τότε μπορείτε πλέον να μιλήσετε για τη δυνατότητα να ηρεμήσετε. Εάν εξακολουθείτε να μην μπορείτε να ηρεμήσετε, τότε φανταστείτε ότι είστε κάποιο διαφορετικό πρόσωπο και θεωρήσετε αυτές τις σκέψεις να μην είναι δικές σας. Όσο ποικίλες και αν είναι οι σκέψεις σας, πρέπει να βγείτε από αυτές, αφήνοντάς τις να περιδιαβαίνουν ελεύθερα. Υπάρχουν επίσης μερικοί που προτείνουν να ψάλλετε το όνομα του Βούδα ή να μετράτε αριθμούς. Όλα αυτά είναι διάφορες μέθοδοι που χρησιμοποιούνται για άσκηση. Όταν ασκούμεστε, δεν είναι ανάγκη να συγκεντρώνουμε την προσοχή μας σε κάτι. Πάντως, πρέπει να έχετε πλήρη επίγνωση του ότι ασκείστε. Δεν υπάρχει τίποτα το μεμπτό όταν σκέφτεστε τα προβλήματα που εμφανίζονται στη δουλειά σας. Αυτό δεν είναι προσκόλληση, γιατί δεν έχει τίποτα να κάνει με τα προσωπικά σας ενδιαφέροντα. Ξέρω κάποιο μοναχό που γνωρίζει πάρα πολλά για την καλλιέργεια. Είναι ηγούμενος σε κάποιο ναό και έχει πολλά καθήκοντα. Όταν όμως κάθεται σε διαλογισμό, αποσπάται από αυτά τα πράγματα και δεν σκέφτεται απολύτως τίποτα. Και αυτό επίσης αποτελεί επίτευγμα στην καλλιέργεια. Στην πραγματικότητα, όταν καλλιεργείτε αληθινά, έχετε τη δυνατότητα να αδειάσετε το νου σας από όλες τις σκέψεις χωρίς εγωιστικές ιδέες και προσωπικές εκτιμήσεις.

Ε: Τι πρέπει να κάνουμε όταν εμφανίζονται κακές σκέψεις κατά τη διάρκεια της άσκησης;

Α: Πολλά κακά μπορούν να εμφανιστούν κατά περιόδους κατά τη διάρκεια της άσκησης. Εσείς μόλις αρχίσατε την καλλιέργεια, και κατά την έναρξη είναι αδύνατο να επιτύχει κανένας πολύ ψηλό επίπεδο. Και ούτε θα σας επιβάλουμε πολύ ψηλές απαιτήσεις προς το παρόν. Δεν έχει ουσία να σας ζητηθεί να μην αφήσετε οποιεσδήποτε κακές σκέψεις να εμφανιστούν στο μυαλό σας. Αυτό πρέπει να επιτευχθεί βαθμιαία. Στην αρχή δεν πειράζει, αλλά μην αφήνετε τις σκέψεις σας να τρέχουν ελεύθερα. Καθώς ο χρόνος θα περνά και η εγρήγορσή σας θα ανέβει σε ψηλότερο επίπεδο, πρέπει να επιβάλετε μεγαλύτερες απαιτήσεις στον εαυτό σας, επειδή καλλιεργείσαι σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο. Όταν τελειώσετε αυτό το σεμινάριο, δεν θα είστε πλέον συνηθισμένο άτομο. Αυτά που κουβαλάτε τώρα μαζί σας είναι τόσο μοναδικά που πρέπει να επιβάλετε αυστηρές απαιτήσεις στο Σίνσινγκ σας.

Ε: Όταν ασκούμαι, αισθάνομαι να στριφογυρίζει το κεφάλι και η κοιλιά μου, και νιώθω ενόχληση στο στήθος μου.

Α: Αυτό συμβαίνει στο αρχικό στάδιο και προκαλείται από την περιστροφή του Φάλουν. Μάλλον δεν θα έχετε αυτό το σύμπτωμα στο μέλλον.

Ε: Τι πρέπει να κάνουμε όταν προσελκύουμε μικρά ζώα κατά τη διάρκεια της εξάσκησης;

Α: Όποιο είδος καλλιέργεια και αν κάνετε είναι δυνατό να προσελκύσετε μικρά ζώα. Αγνοήστε τα. Αυτό είναι όλο. Επειδή το ενεργειακό πεδίο είναι θετικό, ιδιαίτερα στη Σχολή του Φο, η Ενέργεια Καλλιέργειας περιέχει στοιχεία που βοηθούν όλα τα ζωντανά όντα. Όταν το Φάλουν μας περιστρέφεται κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού, βοηθά εμάς τους ίδιους, όταν περιστρέφεται αντιθέτως προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού, βοηθά άλλους. Κατόπιν, περιστρέφεται ανάποδα και πάλι ξαναρχίζει. Επομένως, όλα γύρω μας ωφελούνται.

Ε: Στην άσκηση « Διαπερνώντας τις δύο άκρες του Σύμπαντος» μετριέται ως μια φορά όταν κινείται το χέρι πάνω-κάτω μια φορά; Κάνοντας την άσκηση «Ο Φο εμφανίζει χίλια χέρια», θα πρέπει να φανταστώ ότι είμαι πολύ μεγάλος και ψηλός προτού εκτείνω τα χέρια μου;

Α: Μετριέται ως μια φορά, όταν κάθε χέρι κινηθεί πάνω-κάτω μια φορά. Κάνοντας την άσκηση «Ο Φο εμφανίζει χίλια χέρια» μην σκέφτεστε τον εαυτό σας. Θα αισθανθείτε μεγαλόσωμοι και ψηλοί χωρίς ούτε καν να το φανταστείτε. Απλώς πάρτε την στάση έχοντας την αμυδρή ιδέα ότι είστε ο μεγαλύτερος γίγαντας ανάμεσα στον ουρανό και τη γη και αυτό είναι αρκετό. Μην επιζητάτε πάντοτε σκόπιμα αυτή την αίσθηση. Αυτό θα ήταν προσκόλληση.

Ε: Στην άσκηση του διαλογισμού, τι γίνεται όταν δεν μπορώ να σταυρώσω τα πόδια μου στη θέση του λωτού;

Α: Εάν δεν μπορείτε να σταυρώσετε τα πόδια σας, μπορείτε να ασκείστε καθισμένοι στην άκρη κάποιας καρέκλας. Η αποτελεσματικότητα είναι η ίδια. Δεδομένου όμως ότι είστε καλλιεργητές, πρέπει να εξασκήσετε τα δύο σας πόδια, και πρέπει να μπορέσετε να τα σταυρώσετε. Καθίστε στην άκρη κάποιας καρέκλας όταν ασκείστε στο σταύρωμα των ποδιών. Τελικά θα πρέπει να μπορέσετε να σταυρώσετε τα πόδια σας.

Ε: Εάν τα μέλη της οικογένειάς μας συμπεριφέρονται ανάρμοστα και δεν ακολουθούν «Αλήθεια-Καλοσύνη-Ανεκτικότητα» (Τζεν-Σαν-Ρεν), τι πρέπει να κάνουμε;

Α: Εάν τα μέλη της οικογένειάς σας δεν ασκούνται στο Φάλουν Γκονγκ, αυτό δεν αποτελεί πρόβλημα. Το βασικό ζήτημα είναι να καλλιεργηθείτε εσείς. Καλλιεργείστε τον εαυτό σας και μην σκέφτεστε πάρα πολύ. Πάρτε τα πράγματα ελαφρά. Η μεγαλύτερη προσπάθεια να επικεντρώνεται στον εαυτό σας.

Ε: Στη καθημερινή ζωή, μερικές φορές κάνω λάθη και μετά το μετανιώνω, αλλά αυτό επαναλαμβάνεται. Αυτό συμβαίνει επειδή το Σίνσινγκ μου είναι πάρα πολύ χαμηλό;

Α: Εφόσον μπορείτε και γράφετε για αυτό, αυτό δείχνει ότι έχετε βελτιώσει ήδη το Σίνσινγκ σας και είστε σε θέση να το παραδεχτείτε. Οι συνηθισμένοι άνθρωποι δεν ξέρουν πότε έχουν κάνει κάτι λαθεμένο. Αυτό σημαίνει ότι έχετε ήδη ξεπεράσει τους συνηθισμένους ανθρώπους. Κάνετε λάθος την πρώτη φορά και δεν προφυλάξατε το Σίνσινγκ σας. Την επόμενη φορά, όταν θα αντιμετωπίσετε κάποιο πρόβλημα, προσπαθήστε πάλι να βελτιωθείτε. Αυτή είναι η διαδικασία.

Ε: Μπορούν οι άνθρωποι που διανύουν την δεκαετία των 40 ή των 50 τους, να φθάσουν στην κατάσταση «δέσμη τριών λουλουδιών πάνω από την κορυφή του κεφαλιού»;

Α: Επειδή καλλιεργούμε και το νου και το σώμα, η ηλικία δεν έχει σημασία. Εφόσον επικεντρώνεστε στην καλλιέργεια και μπορείτε να ακολουθήσετε τις οδηγίες του Σίνσινγκ όπως τις επεξήγησα, θα εμφανιστούν τα φαινόμενα παράτασης της ζωής καθώς καλλιεργείστε. Αυτό δεν σας παρέχει αρκετό χρόνο για να καλλιεργηθείτε; Πάντως, υπάρχει κάτι που χαρακτηρίζει τις ασκήσεις που καλλιεργούν και το νου και το σώμα. Όταν η ζωή σας παρατείνεται, εάν υπάρχει κάποιο πρόβλημα με το Σίνσινγκ σας, η ζωή σας μπαίνει σε άμεσο κίνδυνο. Επειδή η ζωή σας παρατείνεται με σκοπό την καλλιέργεια, μόλις παραστρατήσετε το Σίνσινγκ σας, η ζωή σας θα βρίσκεται σε άμεσο κίνδυνο.

Ε: Πώς θα πρέπει να χειριστούμε το ζήτημα της δύναμης ώστε να πετύχουμε το αποτέλεσμα «με δύναμη αλλά απαλά»;

Α: Αυτό πρέπει να το ερευνήσετε μόνοι σας. Για παράδειγμα, όταν κάνουμε τις μεγάλες κινήσεις των χεριών, τα χέρια φαίνονται πολύ απαλά, στην πραγματικότητα όμως οι κινήσεις των χεριών γίνονται με δύναμη. Η δύναμη είναι αρκετά μεγάλη ανάμεσα στον πήχη και τον καρπό και ανάμεσα στα δάχτυλα. Αλλά, συγχρόνως, όλα φαίνονται πολύ απαλά. Αυτό είναι που ονομάζουμε «με δύναμη αλλά απαλά». Όταν έκανα για όλους εσάς τις κινήσεις των χεριών, σας μετέδωσα ήδη αυτή την επιδεξιότητα. Βαθμιαία μπορεί να την παρατηρήσετε και να την αισθανθείτε κατά τη διάρκεια της άσκησης σας.

Ε: Είναι αλήθεια ότι οι σεξουαλικές σχέσεις μεταξύ ανδρών και γυναικών δεν είναι απαραίτητες; Θα έπρεπε να χωρίσουν οι νέοι;

Α: Το ζήτημα του σεξουαλικού πόθου συζητήθηκε προηγουμένως. Στο επίπεδο που βρίσκεστε τώρα, κανένας δεν σας ζητάει να γίνετε μοναχός ή καλόγρια. Εσείς το ζητάτε αυτό από τον εαυτό σας. Το κλειδί είναι να σας ζητήσουμε να απαλλαγείτε από αυτή την προσκόλληση. Πρέπει να εγκαταλείψετε όλες τις προσκολλήσεις που δεν θέλετε να εγκαταλείψετε. Στο συνηθισμένο άτομο, αυτό είναι είδος επιθυμίας. Εμείς οι καλλιεργητές, πρέπει να μπορούμε να το εγκαταλείψουμε και να μην του δίνουμε πολύ σημασία. Μερικοί πραγματικά το επιδιώκουν αυτό, και το νου τους είναι γεμάτο με όλα αυτά. Αυτό είναι υπερβολικά μεγάλη επιθυμία ακόμα και για τους συνηθισμένους ανθρώπους. Είναι ακόμα πιο ανάρμοστο για τους καλλιεργητές. Επειδή εσείς καλλιεργείστε και τα μέλη της οικογενείας σας όχι, είναι επιτρεπόμενο να διάγετε συνηθισμένη ζωή στο παρόν στάδιο. Όταν θα φτάσετε σε ψηλότερο επίπεδο, θα ξέρετε από μόνοι σας τι να κάνετε.

Ε: Πειράζει να κοιμάται κανένας κατά τον διαλογισμό; Πώς πρέπει να το χειριστώ αυτό; Κατά περιόδους χάνω τις αισθήσεις μου ακόμα και για 3 λεπτά, και δεν ξέρω τι συμβαίνει.

Α: Ναι, πειράζει να κοιμάστε. Πώς είναι δυνατόν να κοιμάστε όταν ασκείστε; Ο ύπνος στον διαλογισμό είναι και αυτό μορφή δαιμονικής παρέμβασης. Δεν πρέπει να σας συμβεί να χάσετε τις αισθήσεις σας. Μήπως δεν εξέφρασες με σαφήνεια την ερώτησή σου γράφοντας; Το να χάσεις την επίγνωσή σου για τρία λεπτά δεν σημαίνει ότι κάτι έχει πάει στραβά. Η κατάσταση απώλειας της επίγνωσης συμβαίνει συχνά στους ανθρώπους που έχουν την υπέρτατη δυνατότητα να πετυχαίνουν κατάσταση ηρεμίας αλλά με συνειδητό μυαλό (Ντινγκ). Πάντως, εάν διαρκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, υπάρχει πρόβλημα.

Ε: Είναι αλήθεια ότι ο καθένας που είναι αποφασισμένος να εκπληρώσει την Ορθόδοξη Επίτευξη με την καλλιέργεια, μπορεί να την πετύχει; Και εάν η εγγενής ποιότητά του είναι κατώτερη;

Α: Όλα εξαρτώνται από την αποφασιστικότητά σας. Ο κρίσιμος παράγοντας είναι πόσο αποφασισμένοι είστε. Ακόμα και για εκείνους από εσάς που έχουν κατώτερη εγγενή ποιότητα, εξακολουθεί να εξαρτάται από την αποφασιστικότητα και την ποιότητα φώτισής σας.

Ε: Μπορώ να ασκώμαι όταν είμαι κρυωμένος ή έχω πυρετό;

Α: Αν σας πω, ότι όταν θα έχετε τελειώσει αυτό το σεμινάριο δεν θα αρρωστήσετε ποτέ, ίσως να μην το πιστέψετε. Γιατί οι μαθητές μου μερικές φορές έχουν συμπτώματα που

μοιάζουν με εκείνα του κρυολογήματος ή του πυρετού; Αυτό αποτελεί ξεπέρασμα κάποιας δοκιμασίας και κάποιας δυσκολίας, και υπονοεί ότι χρειάζεται βελτίωση σε κάποιο άλλο επίπεδο. Όλοι καταλαβαίνουν ότι δεν είναι ανάγκη να του δώσουν ιδιαίτερη προσοχή, και θα περάσει.

Ε: Μπορούν οι έγκυες γυναίκες να ασκούνται στο Φάλουν Γκονγκ;

Α: Δεν υπάρχει πρόβλημα επειδή το Φάλουν εγκαθίσταται σε άλλη διάσταση. Στο σύστημά μας, δεν υπάρχει καμία ζωηρή κίνηση στις ασκήσεις που θα μπορούσε να έχει κακή επίδραση στις έγκυες γυναίκες. Είναι πραγματικά ευεργετικό για αυτές.

Ε: Όταν ο Δάσκαλος βρίσκεται μακριά μας, υπάρχει απόσταση ανάμεσά μας;

Α: Πολλοί κάνουν την εξής σκέψη, «Ο Δάσκαλος δεν βρίσκεται στο Πεκίνο. Τι πρέπει να κάνουμε;» Το ίδιο συμβαίνει όταν κάνετε άλλου είδους άσκηση. Οι δάσκαλοι δεν μπορούν να σας προσέχουν καθημερινά. Τον Νόμο τον έχετε διδαχθεί, τις αρχές τις έχετε διδαχθεί. Αυτή τη σειρά ασκήσεων την έχετε διδαχθεί. Σας έχει δοθεί μια ολοκληρωμένη σειρά. Εξαρτάται από σας το πώς θα καλλιεργηθείτε. Είναι λάθος να σκέφτεστε ότι έχετε κάποια εγγύηση όταν βρίσκεστε δίπλα μου, και ότι δεν έχετε όταν δεν βρίσκεστε. Ας πάρουμε για παράδειγμα τους βουδιστές. Περισσότερο από δύο χιλιάδες χρόνια πέρασαν από τότε που έφυγε ο Σακιαμούνι, εντούτοις, αυτοί ακόμα συνεχίζουν την καλλιέργειά τους χωρίς δεύτερη σκέψη. Έτσι, το εάν καλλιεργείστε ή όχι είναι προσωπικό ζήτημα.

Ε: Η άσκηση του Φάλουν Γκονγκ οδηγεί στο να ζεις χωρίς τροφή και ποτό (Μπίγκου);

Α: Όχι, επειδή το να ζεις χωρίς τροφή και ποτό (Μπίγκου), είναι Μεγάλος Νόμος Καλλιέργειας της εποχής του Προ-Ταοϊσμού, ο οποίος υπήρξε πριν από το Βουδισμό ή τον Ταοϊσμό. Υπήρξε πριν από την καθιέρωση των θρησκειών. Συχνά, αυτή η μέθοδος ανήκει στη μοναχική καλλιέργεια. Δεδομένου ότι εκείνη την περίοδο δεν υπήρχε καν μοναχικό σύστημα, έπρεπε να κάνουν την καλλιέργειά τους πάνω στα βουνά, όπου κανένας δεν μπορούσε να τους παράσχει τροφή. Καθώς έπρεπε να καλλιεργούνται απομονωμένοι, κατάσταση που απαιτούσε να μένεις σε ακινησία για έξι μήνες μέχρι ένα έτος, υιοθέτησαν αυτήν την προσέγγιση. Σήμερα, δεν είμαστε υποχρεωμένοι να υιοθετήσουμε αυτή την μέθοδο μια και είναι μόνο βοήθεια που χρησιμοποιείται σε ιδιαίτερες περιστάσεις. Βεβαία δεν είναι Εξαιρετική Ικανότητα. Κάποιοι διδάσκουν αυτήν τη μέθοδο. Εγώ σας λεω, ότι εάν όλοι οι άνθρωποι σε ολόκληρο τον κόσμο δεν χρειαζόταν να τρωνε, αυτό θα αναστάτωνε τις κοινωνικές συνθήκες των συνηθισμένων ανθρώπων. Επομένως, θα υπήρχε πρόβλημα. Εάν κανένας δεν έτρωγε, θα ήταν αυτή ανθρώπινη κοινωνία; Αυτό δεν είναι σωστό και δεν θα έπρεπε να είναι έτσι.

Ε: Σε ποίο επίπεδο μπορεί να μας οδηγήσουν αυτές οι πέντε σειρές ασκήσεων;

Α: Αυτές οι πέντε σειρές θα σας επιτρέψουν να καλλιεργηθείτε ώστε να φθάσετε σε εξαιρετικά ψηλό επίπεδο. Βεβαίως, εσείς από μόνοι σας, θα μάθετε εγκαίρως ως ποιο επίπεδο μπορείτε να φθάσετε. Η Ενέργεια Καλλιέργειας δεν έχει όρια. Όταν θα έχετε πραγματικά φθάσει εκείνο το επίπεδο θα έχετε άλλη σχέση πετρωμένου και θα αποκτήσετε τον Μεγάλο Νόμο σε ακόμα ψηλότερο επίπεδο.

Ε: Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο. Μήπως αυτό σημαίνει ότι αφού το Φάλουν περιστρέφεται συνεχώς, δεν χρειάζεται να ασκούμαστε;

A: Η άσκηση διαφέρει από την καλλιέργεια στους ναούς. Στην πραγματικότητα, όταν καλλιεργείστε μέσα σε ναό, οφείλετε πραγματικά επίσης να καθόσαστε σε διαλογισμό. Αυτή είναι ικανότητα η οποία χρειάζεται άσκηση. Αν κάποιος λει το μόνο που θέλει είναι να αναπτύξει την Ενέργεια Καλλιέργειάς του και αυτή να αυξηθεί στην κορυφή του κεφαλιού του χωρίς να κάνει οποιαδήποτε άσκηση, εγώ λεω ότι αυτός δεν είναι καλλιεργητής, έτσι δεν είναι; Κάθε σχολή έχει στις παραδόσεις της, τη δική της σειρά πραγμάτων, που χρειάζεται να αναπτύσσονται με άσκηση.

E: Ασκούμενοι από άλλα συστήματα καλλιέργειας διατείνονται: «Μέθοδος καλλιέργειας χωρίς νοητική δραστηριότητα δεν είναι μέθοδος καλλιέργειας». Αυτό είναι σωστό;

A: Μπορεί να ακούσετε πολλούς ανθρώπους να λένε το ένα ή το άλλο, κανένας όμως δεν διδάσκει τον Μεγάλο Νόμο όπως εγώ. Η Σχολή του Φο λεει ότι μέθοδος που ενέχει δραστηριότητα δεν μπορεί να είναι πολύ ψηλού επιπέδου. Αυτό το δραστηριότητα δεν αναφέρεται σε κινήσεις. Ο διαλογισμός και η σύνδεση των χεριών (Τσιέγιν) απαιτούν και αυτά κινήσεις. Επομένως, το ζήτημα δεν τίθεται στις κινήσεις. Η δραστηριότητα ή η μη-δραστηριότητα παραπέμπουν στη νοητική δραστηριότητα και στις επιθυμίες του νου σας. Εάν έχετε νοητική δραστηριότητα και προθέσεις, αυτό είναι προσκόλληση. Αυτή είναι η σημασία της δραστηριότητας που αναφέρεται παραπάνω.

E: Το Σίνσινγκ δεν είναι ισοδύναμο με την Αρετή. Λετε ότι η Αρετή καθορίζει το επίπεδο καλλιέργειας αλλά έπειτα λετε ότι το επίπεδο του Σίνσινγκ καθορίζει το επίπεδο της Ενέργειας Καλλιέργειας. Αυτές οι δυο δηλώσεις είναι αντιφατικές;

A: Μπορεί να μην το ακούσατε καθαρά. Το Σίνσινγκ έχει μεγάλο εύρος, και την Αρετή είναι μέρος του. Περιλαμβάνει επίσης το Ρεν (Ανεκτικότητα), την ικανότητα αντοχής στα βάσανα, την Ποιότητα Φώτισης ή τη στάση απέναντι στα προβλήματα και άλλα. Όλα αυτά είναι ζητήματα του Σίνσινγκ που περιλαμβάνει επίσης το μετασχηματισμό της Ενέργειας Καλλιέργειας και της Αρετής. Για αυτό έχει μεγάλο εύρος. Η ποσότητα Αρετής που έχετε δεν προσδιορίζει πόση Ενέργεια Καλλιέργειας κατέχετε. Αντί για αυτό, δείχνει πόσο μπορεί να αναπτυχθεί στο μέλλον η Ενέργεια Καλλιέργειάς σας. Μόνο με τη βελτίωση του Σίνσινγκ μπορεί την Αρετή να μετασχηματιστεί σε Ενέργεια Καλλιέργειας.

E: Αν κάθε μέλος της οικογένειας ασκείτε με διαφορετικό είδος Ενεργειακής Άσκησης, θα παρεμποδίζουν ο ένας τον άλλον;

A: Όχι το Φάλουν Γκονγκ. Αλλά, δεν ξέρω εάν τα άλλα συστήματα εξάσκησης θα παρεμποδίζουν το ένα το άλλο. Όσον αφορά το Φάλουν Γκονγκ μας, κανένας δεν είναι σε θέση να το παρεμποδίσει. Επιπλέον, επειδή εμείς καλλιεργούμαστε σύμφωνα με τον Ορθόδοξο Νόμο και δεν παραστρατούμε, θα ωφεληθούν από την άσκησή σας.

E: Στις ημέρες μας πολλά διαδίδονται στην κοινωνία, όπως οι «αλυσιδωτές επιστολές». Πώς υποτίθεται ότι θα τα χειριζόμαστε αυτά;

A: Σας λεω ότι αυτά τα πράγματα είναι καθαρή απάτη. Μην απαντάτε στην επιστολή. Είναι απλώς χάσιμο χρόνου. Δεν χρειάζεται να ασχοληθείτε με αυτή. Μπορείτε να ανακαλύψετε εάν κάτι είναι σωστό ή όχι μόνο με μια ματιά. Ο Νόμος μας έχει ακριβείς απαιτήσεις για την καλλιέργεια του Σίνσινγκ. Αποκαλώ μερικούς από τους δασκάλους Ενεργειακής Άσκησης «έμπορους της Ενεργειακής Άσκησης», οι οποίοι χρησιμοποιούν την Ενεργειακή Άσκηση ως μορφή εμπορεύματος, μετατρέποντας τη σε κεφάλαιο που

ανταλλάσσεται με χρήμα. Αυτό το είδος ανθρώπων δεν έχουν τίποτα πραγματικό να διδάξουν. Και εάν ακόμα έχουν κάτι λίγο να σας διδάξουν, αυτό θα είναι χαμηλού επιπέδου ή ακόμα και κακό.

Ε: Τι πρέπει να κάνουν κάποιοι σπουδαστές του Φάλουν Γκονγκ που έχουν προσηλυτιστεί τυπικά στο Βουδισμό; Πρέπει να αποσυρθούν από αυτόν;

Α: Αυτά λίγο μας ενδιαφέρουν. Αν έχετε ήδη προσηλυτιστεί τυπικά στο Βουδισμό, αυτό αποτελεί απλώς τυπικότητα.

Ε: Υπάρχουν αρκετοί από μας που αισθάνονται το κεφάλι τους πρησμένο και ζαλισμένο από τότε που αρχίσαμε τη μελέτη μας.

Α: Αυτό μπορεί να συμβαίνει επειδή είστε νέοι μαθητές των οποίων οι οργανισμοί δεν έχουν ρυθμιστεί πλήρως. Η ενέργεια που εκπέμπω είναι πολύ ισχυρή. Όταν η άρρωστη Ζωτική Ενέργεια βγαίνει, θα σας κάνει να αισθάνεστε το κεφάλι σας φουσκωμένο. Αυτό συμβαίνει όταν θεραπεύουμε την ασθένεια στο κεφάλι σας, και είναι καλό. Πάντως, όσο γρηγορότερα φεύγει η ασθένεια, τόσο ισχυρότερη θα είναι η αντίδρασή σας. Όταν είχαμε επταήμερα σεμινάρια, μερικοί αυτό δεν μπορούσαν να το αντέξουν. Μπορεί να προκύψουν προβλήματα, όταν ο χρόνος μειώνεται ακόμα περισσότερο. Η ενέργεια που εκπέμπεται είναι πολύ ισχυρή, και η αντίδραση είναι πολύ ισχυρή με αβάσταχτο πονοκέφαλο. Φαίνεται ότι τα δεκαήμερα σεμινάρια είναι ασφαλέστερα. Όσοι άρχισαν το σεμινάριο αργότερα, μπορεί να αντιδράσουν λίγο εντονότερα.

Ε: Μπορούμε να καπνίζουμε τσιγάρα ή να πίνουμε ποτά κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας; Εάν είμαστε αναγκασμένοι να πιούμε λόγω της φύσης της εργασίας μας, τι πρέπει να κάνουμε;

Α: Η άποψή μου σχετικά με αυτό το θέμα είναι η εξής. Μια και ασκούμεστε με τη μέθοδο καλλιέργειας της Σχολής του Φο οφείλουμε να μην πίνουμε οινόπνευμα. Μετά από κάποιο χρονικό διάστημα χωρίς ποτό, μπορεί πάλι να θελήσετε να πιείτε. Κόψτε το σταδιακά, αλλά να μην σας πάρει πάρα πολύ χρόνο, διαφορετικά θα τιμωρηθείτε. Όσον αφορά το κάπνισμα, πιστεύω ότι είναι ζήτημα δύναμης της θέλησης. Εφόσον θέλετε να το κόψετε, μπορείτε. Οι συνηθισμένοι άνθρωποι συχνά σκέφτονται: «Θα το κόψω σήμερα». Αρκετές ημέρες αργότερα, δεν μπορούν να επιμείνουν σε αυτό. Κατόπιν, μετά από μερικές ημέρες, ξαναέχουν αυτήν τη σκέψη και προσπαθούν για άλλη μια φορά να το κόψουν. Με αυτόν τον τρόπο, δεν είναι δυνατόν να το κόψουν ποτέ. Οι συνηθισμένοι άνθρωποι ζουν σε αυτόν τον κόσμο και το να έχεις κοινωνικές συναλλαγές, όταν βρίσκεσαι σε επαφή με άλλους, είναι αναπόφευκτο. Αλλά, έχοντας ήδη αρχίσει την καλλιέργεια, δεν πρέπει πλέον να θεωρείστε άτομο συνηθισμένο. Εφόσον έχετε τη θέληση, θα πετύχετε το στόχο σας. Φυσικά, μερικοί από τους μαθητές μου εξακολουθούν να καπνίζουν τσιγάρα. Μπορεί κανένας να το κόψει όταν είναι μόνος του, αλλά όταν κάποιος άλλος του δίνει είναι πάρα πολύ ευγενικός για να αρνηθεί. Θέλει να καπνίσει και όταν δεν καπνίζει για μερικές ημέρες, αισθάνεται ανήσυχος. Αλλά όταν ξανακαπνίσει, πάλι θα αισθανθεί ανήσυχος. Πρέπει να ασκείτε έλεγχο στον εαυτό σας. Μερικοί εργάζονται σε επιχειρήσεις δημόσιων σχέσεων, όπου συχνά απαιτείται να προσφέρουν στους φιλοξενούμενους κρασί και δείπνο. Αυτό είναι πρόβλημα που δύσκολα λύνεται. Κάνετε το καλύτερο δυνατόν, πιείτε όσο μπορείτε λιγότερο. Ή σκεφτείτε κάποιον άλλο τρόπο για να λύσετε αυτό το πρόβλημα.

Ε: Όταν δεν μπορούμε ακόμα να δούμε το Φάλουν να περιστρέφεται, εάν χρησιμοποιήσουμε τη σκέψη μας για να το κάνουμε να περιστραφεί κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού, θα έχουμε επιπτώσεις στο Φάλουν, αν αυτό εκείνη τη στιγμή περιστρέφεται αντιθέτως προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού;

Α: Το Φάλουν περιστρέφεται αυτόματα. Δεν χρειάζεται καθοδήγηση από τη σκέψη σας. Αυτό θέλω να το υπογραμμίσω για άλλη μια φορά: Μην χρησιμοποιείτε νοητική παρέμβαση. Στην πραγματικότητα δεν μπορείτε να το ελέγξετε με νοητική παρέμβαση έτσι κι αλλιώς. Μη νομίζετε ότι μπορείτε να χρησιμοποιήσετε νοητική παρέμβαση για να το ελέγξετε ώστε να περιστρέφεται προς την αντίθετη κατεύθυνση. Το Φάλουν τοποθετημένο στην κάτω κοιλιακή χώρα δεν ελέγχεται με νοητική παρέμβαση. Όσο για τα Φάλουν που χρησιμοποιούνται εξωτερικά για να ρυθμίσουν το σώμα σας, εάν επιθυμείτε να τα κάνετε να περιστρέφονται προς κάποια κατεύθυνση, αυτά μπορεί να λάβουν το μήνυμά σας και να σας δώσουν αυτή την αίσθηση. Πάντως, επιθυμώ να σας συμβουλευσω να μην το κάνετε αυτό. Δεν μπορείτε να καλλιεργηθείτε με τεχνητό τρόπο. Εάν το κάνετε δεν θα συμβαίνει «ο ασκούμενος καλλιεργεί την Ενέργεια Καλλιέργειας»; Θα πρέπει να είναι το Φάλουν ή ο Νόμος που καλλιεργούν τον ασκούμενο. Γιατί πάντοτε κολλάτε στη χρήση νοητικής παρέμβασης; Σε κανένα σύστημα καλλιέργειας ψηλού επιπέδου δεν χρησιμοποιείται νοητική παρέμβαση, ούτε σε σύστημα καλλιέργειας της Σχολής του Τάο.

Ε: Ποια είναι η καλύτερη ώρα, μέρος ή κατεύθυνση για την εξάσκηση στο Φάλουν Γκονγκ έτσι ώστε να μπορεί να επιτευχθούν τα καλύτερα αποτελέσματα; Πόσες φορές την ημέρα θεωρείται καλό; Πειράζει εάν κάποιος ασκείται πριν ή μετά από τα γεύματα;

Α: Επειδή το Φάλουν είναι στρογγυλό και μικρογραφία του Σύμπαντός μας, η καλλιέργειά μας γίνεται σύμφωνα με τις Αρχές του Σύμπαντος. Επιπλέον, το Σύμπαν βρίσκεται σε κίνηση. Επομένως, μπορούμε να λέμε ότι είναι ο Νόμος που καλλιεργεί τον ασκούμενο. Σας καλλιεργεί, ακόμα και όταν δεν κάνετε τις ασκήσεις, κάτι που είναι διαφορετικό από οποιονδήποτε άλλο βασικό κανόνα ή θεωρία καλλιέργειας που έχει παρουσιαστεί στο κοινό. Το δικό μου είναι το μόνο σύστημα όπου «Ο Νόμος καλλιεργεί τον ασκούμενο». Όλα τα άλλα συστήματα ανήκουν στην Σχολή της Εσωτερικής Αλχημείας. Αυτοί καλλιεργούν τεχνητά, για να αναπτύξουν το εσωτερικό ελιξίριο. Εμείς δεν είμαστε υποχρεωμένοι να το κάνουμε αυτό. Στο σύστημά μας μπορεί κάποιος να ασκείται οποτεδήποτε. Όταν δεν ασκείστε, η Ενέργεια Καλλιέργειας σας καλλιεργεί. Δεν είναι ανάγκη να επιλέξετε ορισμένη ώρα. Ασκηθείτε όσο πιο πολύ μπορείτε, ανάλογα με το πόσο χρόνο διαθέτετε. Για τις ασκήσεις μας δεν υπάρχει αυστηρή απαίτηση σχετικά με αυτό, έχουμε όμως αυστηρές απαιτήσεις ως προς το Σίνσινγκ. Η μέθοδος καλλιέργειάς μας δεν δίνει σημασία στην κατεύθυνση. Οποιαδήποτε κατεύθυνση και αν επιλέξετε δεν πειράζει, επειδή το Σύμπαν περιστρέφεται και βρίσκεται σε κίνηση. Εάν βλέπετε προς τη δύση, αυτή δεν είναι απαραίτητως και η πραγματική δύση. Εάν βλέπετε προς την ανατολή, αυτή δεν είναι απαραίτητως και η πραγματική ανατολή. Έχω ζητήσει από τους μαθητές μου να στρέφονται προς τη δύση όταν ασκούνται, απλώς για να δείχνουν σεβασμό. Στην πραγματικότητα, αυτό δεν έχει οποιαδήποτε επίδραση. Μπορείτε να ασκείστε σε οποιοδήποτε μέρος, μέσα ή έξω από το σπίτι. Εντούτοις, θεωρώ ότι πρέπει να βρίσκουμε θέση με σχετικά καλό έδαφος, περιβάλλον και αέρα. Ιδιαίτερα, πρέπει να είναι μακριά από βρόμικα αντικείμενα όπως κάδοι σκουπιδιών ή τουαλέτες. Τίποτε άλλο δεν έχει σημασία στην πραγματικότητα. Ως καλλιεργητές του Μεγάλου Νόμου δεν πρέπει να σας απασχολεί ο χρόνος, το μέρος ή η κατεύθυνση. Μπορείτε να ασκείστε πριν ή μετά από τα γεύματα, αλλά εάν το στομάχι σας είναι γεμάτο, δεν θα αισθάνεστε άνετα αν ασκηθείτε ευθύς αμέσως. Καλύτερα είναι να

ξεκουραστείτε λίγο. Από την άλλη, θα σας είναι δύσκολο να μπειτε σε κατάσταση ηρεμίας εάν πεινάτε τρομερά. Πράξτε ανάλογα με την περίπτωση.

Ε: Υπάρχει κάποια απαίτηση μετά το τέλος των ασκήσεων, όπως τρίψιμο του προσώπου;

Α: Δεν ανησυχούμε για το κρύο νερό ή άλλα πράγματα μετά από τις ασκήσεις, ούτε χρειάζεται να τρίψουμε το πρόσωπο ή τα χέρια. Αυτά όλα αποσκοπούν στο να ανοίξουν τα κανάλια και τα σημεία βελονισμού μέσα στο σώμα του ανθρώπου, κατά το αρχικό στάδιο. Εμείς καλλιεργούμε σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο, ο οποίος αυτά δεν τα περιλαμβάνει. Τώρα δεν βρίσκεστε ακόμα στο στάδιο κατά το οποίο το σώμα σας μόλις ρυθμίστηκε. Φαίνεται πάρα πολύ δύσκολο για τον συνηθισμένο άνθρωπο να αρχίσει την καλλιέργεια. Επιπλέον, μερικές μέθοδοι καλλιέργειας δεν μπορούν άμεσα να αλλάξουν το ανθρώπινο σώμα. Για αυτές, μερικές απαιτήσεις είναι πολύ περίπλοκες. Εδώ δεν έχουμε τέτοιες, ούτε έχουμε τέτοιου είδους έννοιες. Μην σας απασχολούν πράγματα για τα οποία εγώ δεν σας έχω μιλήσει. Απλώς συνεχίστε να καλλιεργείτε. Ως καλλιεργητές του Μεγάλου Νόμου στην αρχή μπορεί να έχετε πολλές ανησυχίες και φόβους, αλλά θα τα ξεπεράσετε σε λίγες μέρες. Δεν θα έλεγα ότι ισοδυναμεί με μερικά χρόνια εξάσκησης με άλλες μεθόδους καλλιέργειας, αλλά είναι σχεδόν το ίδιο. Δεν μιλώ για όσα αφορούν χαμηλότερα επίπεδα, όπως για την κατεύθυνση, για τα κανάλια ενέργειας και άλλα. Συζητάμε μόνο για πράγματα ψηλότερου επιπέδου. Η καλλιέργεια που γίνεται σύμφωνα με το Μεγάλο Νόμο είναι πραγματική καλλιέργεια. Πρόκειται για καλλιέργεια, όχι για ασκήσεις.

Ε: Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε το λουτρό αμέσως μετά τον τέλος των ασκήσεών μας; Στα ούρα μου υπάρχουν πολλές φυσαλίδες. Μήπως υπάρχει διαρροή Ζωτικής ενέργειας ;

Α: Αυτό δεν αποτελεί πρόβλημα. Δεδομένου ότι κάνουμε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο, τα ούρα ή τα περιττώματά μας πράγματι περιέχουν ενέργεια. Πάντως, περιέχουν μόνο πολύ μικρή ποσότητα και αυτό δεν επηρεάζει τίποτα. Η καλλιέργεια σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο σημαίνει επίσης, σωτηρία όλων των έμβιων όντων. Αυτή η λίγη διαρροή δεν είναι τίποτα το σοβαρό. Το κέρδος μας είναι πολύ μεγαλύτερο. Κατά την διάρκεια της διδασκαλίας σε αυτό το σεμινάριο, η ενέργεια που εξέπεμψα ήταν πάρα πολύ ισχυρή που έμεινε ακόμα και στους τοίχους.

Ε: Μπορούμε να διαδίδουμε και να προωθούμε το Φάλουν Γκονγκ; Μπορούμε να το διδάξουμε σε ανθρώπους που δεν παρακολούθησαν το σεμινάριο; Μπορούν άνθρωποι που δεν παρακολούθησαν το σεμινάριο να ασκούνται στο χώρο άσκησής μας; Πειράζει να στείλουμε ταινίες και βιβλία στους συγγενείς ή τους φίλους μας που ζουν έξω από την πόλη;

Α: Δεν παραστρατείτε όταν διαδίδετε το σύστημα καλλιέργειάς μας και επιτρέπετε σε περισσότερους ανθρώπους να ωφεληθούν από αυτό. Σας έχω μιλήσει πολύ για τον Νόμο, ακριβώς για να γνωρίσετε το Νόμο και να καταλάβετε όσα σας αποκαλύπτει από το ανώτερο επίπεδο. Σας τα έχω πει όλα αυτά εκ των προτέρων επειδή φοβάμαι ότι μπορεί να μην τα καταλάβετε όταν θα τα δείτε ή θα τα συναντήσετε. Μπορείτε να διδάξετε άλλους ανθρώπους πώς να ασκούνται, αλλά δεν είστε ικανοί να τους εγκαταστήσετε το Φάλουν. Τι πρέπει να κάνετε; Έχω πει ότι το Σώμα Του Νόμου μου θα σας αφήσει εάν καλλιεργείτε σπανίως και δεν ασκείστε πραγματικά. Εάν καλλιεργείτε αληθινά, το Σώμα Του Νόμου μου θα σας φροντίζει. Έτσι όταν διδάσκετε κάποιον, του μεταφέρετε το μήνυμα της διδασκαλίας μου, και τον Ενεργειακό Μηχανισμό που δημιουργεί το Φάλουν. Εάν το άτομο που διδάσκετε κάνει

προσπάθεια στην άσκησή του, το Φάλουν θα δημιουργηθεί. Εάν είναι στο πεπρωμένο του και έχει καλή εγγενή ποιότητα, μπορεί να αποκτήσει το Φάλουν επιτόπου. Το βιβλίο μας είναι πολύ λεπτομερές, έτσι ώστε ο αναγνώστης να μπορεί να μάθει να ασκείται από μόνος του.

Ε: Το Φάλουν Γκονγκ έχει σχέση με την αναπνοή; Πώς ρυθμίζουμε τις αναπνοές;

Α: Δεν χρειάζεται να ρυθμίζετε την αναπνοή σας κατά την καλλιέργεια του Φάλουν Γκονγκ. Δεν μας ενδιαφέρει η αναπνοή. Αυτό είναι κάτι που κάποιος θα μάθαινε στο αρχικό στάδιο. Δεν το χρειαζόμαστε εδώ επειδή η ρύθμιση και ο έλεγχος της αναπνοής αποσκοπούν στην καλλιέργεια του Ελιξιρίου, προσθέτοντας αέρα για να τροφοδοτηθεί η φωτιά. Η αντίστροφη αναπνοή, η κανονική αναπνοή ή η κατάποση του σάλιου, όλα αποσκοπούν στην καλλιέργεια του Ελιξιρίου. Εμείς δεν καλλιεργούμε με αυτόν τον τρόπο. Όλα όσα χρειάζεστε πραγματοποιούνται από το Φάλουν. Τα ψηλότερου επιπέδου και δυσκολότερα να πραγματοποιηθούν, γίνονται από το Σώμα Του Νόμου του Δασκάλου. Κάθε σχολή, ιδιαίτερα η Σχολή του Τάο τα περιγράφει όλα αυτά λεπτομερώς, όμως δεν είναι αποτελέσματα τεχνητού εξευγενισμού. Στην πραγματικότητα, είναι ο μεγάλος δάσκαλος εκείνης της ιδιαίτερης σχολής, που τα αναπτύσσει και τα μετασχηματίζει για χάρη του ασκούμενου. Πάντως, ο ίδιος ο ασκούμενος συνήθως αυτό δεν το γνωρίζει. Δεν μπορεί να δουλέψει τεχνητά. Αυτό, μόνο όσοι έχουν φθάσει στη φώτιση μπορούν να το κάνουν.

Ε: Χρειάζεται να υπάρχει νοητική παρέμβαση κατά την άσκηση; Πού εντοπίζεται η νοητική παρέμβαση σε αυτές τις ασκήσεις;

Α: Εδώ δε χρειάζεται να υπάρχει νοητική παρέμβαση. Έχω πει σε όλους να μη μεταχειρίζονται νοητική παρέμβαση και να εγκαταλείψουν τις προσκολλήσεις. Μη μεταχειρίζεστε καμιά νοητική παρέμβαση. Στη τρίτη άσκηση που οι δύο παλάμες μεταφέρουν ενέργεια για να διαπεράσουν τα δύο άκρα του Σύμπαντος, το μόνο που χρειάζεται είναι μια γρήγορη σκέψη. Μην σκέφτεστε τίποτε άλλο.

Ε: Η συλλογή ενέργειας είναι το ίδιο με τη συλλογή Ζωτικής ενέργειας ;

Α: Τι τη χρειάζεστε τη Ζωτική ενέργεια; Εμείς καλλιεργούμε σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο. Στο μέλλον, δεν θα μπορείτε ούτε και να εκπέμψετε Ζωτική ενέργεια. Αυτό που καλλιεργούμε δεν είναι η Ζωτική Ενέργεια χαμηλού επιπέδου. Αντί για αυτή, εμείς εκπέμπουμε φως. Η συλλογή της ενέργειας γίνεται από το Φάλουν, όχι από μας. Για παράδειγμα, στην άσκηση «Διαπερνώντας τις δύο άκρες του Σύμπαντος» ο ασκούμενος δεν απορροφά Ζωτική Ενέργεια. Αυτό που κάνει είναι να κάνει την ενέργεια να περάσει μέσα από το σώμα του, αλλά αυτός δεν είναι ο βασικός του σκοπός. Όσο για την τεχνική συλλογής Ζωτικής ενέργειας, ο ασκούμενος που καλλιεργεί σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο, θα αισθανθεί ένταση πάνω από το κεφάλι του και θα απορροφήσει μεγάλη ποσότητα Ζωτικής Ενέργειας, απλώς με το νεύμα του. Αλλά τι τη χρειάζεστε τη Ζωτική Ενέργεια; Δεν πρέπει να συλλέγεται ενέργεια σκόπιμα.

Ε: Καλύπτει το Φάλουν Γκονγκ τις τεχνικές «Χτίζοντας μια βάση μέσα σε 100 ημέρες» και «Εμβρυϊκή αναπνοή»;

Α: Αυτές όλες είναι τεχνικές χαμηλού επιπέδου, και εμείς δεν τις χρησιμοποιούμε στην καλλιέργειά μας. Έχουμε περάσει αυτό το ασταθές εισαγωγικό στάδιο από καιρό.

Ε: Υπάρχει κάποια τεχνική στο Φάλουν Γκονγκ για να επιτύχουμε την ισορροπία ανάμεσα στο Γιν και το Γιάνγκ;

Α: Αυτά ανήκουν όλα στο επίπεδο καλλιέργειας Ζωτικής Ενέργειας και ανήκουν στο χαμηλότερο επίπεδο. Όταν ξεπεράσετε αυτό το επίπεδο, δεν θα υπάρχει πλέον στο σώμα σας ζήτημα ισορροπίας ανάμεσα στο Γιν και το Γιάνγκ. Δεν έχει σημασία σύμφωνα με ποιο σύστημα καλλιεργείστε. Εφόσον λαμβάνετε γνήσια διδασκαλία από τον δάσκαλο, είναι σίγουρο ότι θα φύγετε από το χαμηλότερο επίπεδο. Θα πρέπει να απορρίψετε εντελώς όλα όσα έχετε μάθει στο παρελθόν, χωρίς να κρατήσετε τίποτα. Στο νέο επίπεδο θα καλλιεργήσετε καινούργια σειρά πραγμάτων. Με το ξεπέρασμα και αυτού του νέου επιπέδου, άλλη σειρά πραγμάτων πάλι θα καλλιεργηθεί. Ακριβώς έτσι προχωράει το πράγμα.

Ε: Μπορούμε να ασκούμαστε όταν βροντά; Οι ασκούμενοι του Φάλουν Γκονγκ φοβούνται τους ήχους;

Α: Επιτρέψτε μου να σας δώσω κάποιο παράδειγμα. Κάποτε δίδασκα τους μαθητές μου στο προαύλιο κάποιου μεγάλου κτιρίου στο Πεκίνο. Επρόκειτο να βρέξει και η βροντές ήταν εξαιρετικά έντονες. Εκείνη την ώρα, έκαναν τις ασκήσεις που διδάσκω μόνο στους αφοσιωμένους μαθητές μου, κάτι που απαιτούσε περπάτημα πάνω στο Φάλουν. Είδα τη βροχή να έρχεται, όμως αυτοί δεν είχαν ακόμα τελειώσει την άσκηση. Αλλά, η δυνατή βροχή δεν έλεγε να πέσει. Τα σύννεφα ήταν πολύ χαμηλά, και κυλούσαν πάνω από τη στέγη του κτηρίου. Ήταν πολύ σκοτεινά, έπεφταν κεραυνοί και βροντούσε. Εκείνη τη στιγμή, ένας κεραυνός χτύπησε την άκρη του Φάλουν, αλλά δεν μας πείραξε ούτε τρίχα. Μπορούσαμε να δούμε σαφώς το πώς ο κεραυνός χτύπησε το έδαφος και όμως εμάς δεν μας πείραξε. Αυτό σημαίνει ότι η ενέργεια από την άσκησή μας μας προσφέρει προστασία. Συνήθως, όταν ασκούμε, δεν με νοιάζει πως είναι ο καιρός. Όποτε σκέφτομαι να ασκηθώ, ασκούμε. Εφόσον έχω χρόνο, ασκούμε. Ούτε φοβάμαι τον ήχο. Ασκούμενοι με άλλες μεθόδους καλλιέργειας φοβούνται τον ήχο, επειδή όταν βρίσκονται σε μεγάλη ησυχία και ακούσουν ξαφνικά έναν πολύ δυνατό θόρυβο, συνήθως έχουν την αίσθηση ότι όλη η ενέργειά τους εκρήγνυται και ξεχύνεται έξω από το σώμα τους σαν αστραπή. Εσείς όμως μην ανησυχήστε, όταν ασκείστε με το δικό μας σύστημα καλλιέργειας, δεν θα βγείτε από τον σωστό δρόμο. Φυσικά, το καλύτερο είναι να βρείτε ήσυχο μέρος για να κάνετε τις ασκήσεις.

Ε: Πρέπει να βλέπουμε νοερά τη μορφή του Δασκάλου;

Α: Δεν υπάρχει λόγος να οραματίζεστε. Όταν ανοίξει το Τρίτο Μάτι σας, θα δείτε δίπλα σας το Σώμα Του Νόμου μου.

Ε: Υπάρχουν απαιτήσεις για την εκτέλεση αυτών των πέντε σειρών ασκήσεων; Πρέπει να εκτελούνται όλες μαζί; Μπορούμε να μετράμε από μέσα μας κατά την διάρκεια των ασκήσεων που απαιτούν εννέα επαναλήψεις; Υπάρχουν δυσμενείς επιπτώσεις εάν κάνουμε περισσότερες από εννέα επαναλήψεις ή αν δεν θυμόμαστε ορισμένες κινήσεις επακριβώς;

Α: Μπορείτε να κάνετε οποιαδήποτε από τις πέντε σειρές ασκήσεων. Νομίζω ότι είναι καλύτερα να κάνετε την πρώτη σειρά πριν από τις άλλες επειδή η πρώτη σειρά ζεσταίνει ολόκληρο το σώμα και το προετοιμάζει για την εκτέλεση των υπολοίπων ασκήσεων. Πρέπει να κάνετε αυτήν την άσκηση μία φορά. Αφού το σώμα σας προετοιμασθεί πλήρως, τότε προχωρήστε στις άλλες σειρές. Αυτό θα έχει καλύτερα αποτελέσματα. Ασκηθείτε όσο πιο πολύ μπορείτε, ανάλογα με το χρόνο που διαθέτετε. Ή μπορείτε να επιλέξετε μια μόνο σειρά για να ασκηθείτε. Οι κινήσεις στην τρίτη και τέταρτη σειρά πρέπει να επαναλαμβάνονται εννέα

φορές και γράφεται στο βιβλίο ότι μπορείτε να μετράτε από μέσα σας. Μπορείτε να πάτε στο σπίτι σας και να ζητήσετε από το παιδί σας να σταθεί δίπλα σας και να μετράει ενώ εσείς εξασκείστε. Όταν τελειώσετε τις εννέα επαναλήψεις, δεν θα βρείτε πλέον τον Ενεργειακό Μηχανισμό για να συνεχίσετε τις επαναλήψεις ακόμα και αν τον ψάξετε. Κατά την εκτέλεση των ασκήσεων στο δικό μας σύστημα, στην αρχή, θα πρέπει να μετράτε τον αριθμό των κινήσεων, μόλις όμως συνηθίσετε, αυτό θα σταματήσει από μόνο του. Εάν δεν θυμάστε κάποιες ασκήσεις επακριβώς ή αν κάνετε πάρα πολλές ή πολύ λίγες επαναλήψεις, διορθώστε το αυτό και όλα θα πάνε καλά.

Ε: Γιατί οι ασκήσεις τελειώνουν αλλά δεν τελειώνει η καλλιέργεια;

Α: Το Φάλουν περιστρέφεται αυτομάτως. Γνωρίζει στη στιγμή ότι σταματήσατε την άσκηση. Η ενέργειά του είναι τόσο ισχυρή ώστε μπορεί αυτοστιγμεί να ανακτήσει ό,τι εξέπεμψε, πράγμα το οποίο δεν μπορεί ποτέ να επιτευχθεί τεχνητά. Αυτό δεν αποτελεί και τέλος της καλλιέργειας, είναι μάλλον ανάκτηση της ενέργειας. Σε άλλα συστήματα, η καλλιέργεια πραγματικά τελειώνει τη στιγμή που τελειώνουν οι ασκήσεις. Στο δικό μας σύστημα όμως, η καλλιέργεια εξακολουθεί, ακόμα και όταν σταματούν οι κινήσεις. Για αυτό λέμε ότι η καλλιέργεια δεν μπορεί να σταματήσει. Ακόμα κι αν θέλετε να σταματήσετε την περιστροφή του Φάλουν δεν θα το κατορθώσετε. Εάν αυτό το συζητήσω σε βαθύτερο επίπεδο, δεν θα το καταλάβετε. Εάν θα μπορούσατε να σταματήσετε την περιστροφή του, θα έπρεπε να σταματήσει και το Φάλουν που υπάρχει μέσα μου. Είστε ικανοί να σταματήσετε το Φάλουν που υπάρχει μέσα στο σώμα μου;

Ε: Μπορούμε να κάνουμε τις ασκήσεις Τσιένγκ και Σουάγκνκ Σόου Χε Σι ως στατικές ασκήσεις;

Α: Η πρώτη σειρά ασκήσεων: «Ο Φο εμφανίζει χίλια χέρια» δεν μπορεί να γίνεται σαν στατική άσκηση. Όταν χρησιμοποιείτε υπερβολική δύναμη για να τεντωθείτε, θα αντιμετωπίσετε προβλήματα.

Ε: Χρειάζεται να είναι βαθουλωμένες οι μασχάλες μου κατά τη διάρκεια της άσκησης; Κατά την εκτέλεση της πρώτης σειράς ασκήσεων, αισθάνομαι τις μασχάλες μου πολύ τεντωμένες. Τι συμβαίνει;

Α: Μήπως έχετε καμιά ασθένεια; Κατά το αρχικό στάδιο, όταν γίνονται οι ρυθμίσεις στο σώμα σας, μπορεί να ανακαλύψετε διάφορα φαινόμενα. Θα έχετε μερικά συμπτώματα, αλλά αυτά δεν προέρχονται από τις ασκήσεις.

Ε: Μπορούν όσοι δεν παρευρέθηκαν στο σεμινάριο του Δασκάλου Λι να ασκούνται μαζί με άλλους μαθητές στα πάρκα;

Α: Ναι μπορούν. Όλοι οι μαθητές μου μπορούν να διδάξουν άλλους πώς να ασκούνται, όμως δεν διδάσκουν όπως εγώ το κάνω εδώ. Όταν σας διδάσκω εγώ, επιφέρω άμεσες προσαρμογές στο σώμα σας. Ωστόσο, υπάρχουν κάποιοι που διδάσκονται από τους μαθητές μου και αποκτούν το Φάλουν αμέσως μόλις αρχίζουν την άσκηση, επειδή κάθε μαθητής μου καλύπτεται από το Σώμα Του Νόμου μου, το οποίο μπορεί και διεκπεραιώνει άμεσα αυτά τα θέματα. Αυτό εξαρτάται από το πεπρωμένο του καθενός. Όταν το πεπρωμένο τους είναι ισχυρό, μπορούν να αποκτήσουν το Φάλουν επιτόπου. Εάν το πεπρωμένο τους δεν είναι τόσο ισχυρό, ασκούμενοι για μεγάλο χρονικό διάστημα, μπορεί να αναπτύξουν τον

περιστρεφόμενο μηχανισμό από μόνοι τους. Με περισσότερη άσκηση, αυτός ο μηχανισμός μπορεί να εξελιχθεί σε Φάλουν.

Ε: Ποια είναι η σημασία των κινήσεων των χεριών στην στατική άσκηση «Ενισχύοντας τις Θεϊκές Δυνάμεις»;

Α: Τα λόγια δεν μπορούν να το περιγράψουν. Κάθε κίνηση των χεριών εμπεριέχει πλούτο από σημασίες. Η κεντρική ιδέα είναι η ακόλουθη: «Είμαι έτοιμος να εξασκηθώ. Είμαι έτοιμος να εξασκηθώ σύμφωνα με τον Νόμο του Φο. Έχω ρυθμίσει το σώμα μου και έχω εισέλθει σε κατάσταση καλλιέργειας».

Ε: Όταν, καλλιεργούμενοι, φθάνουμε στην κατάσταση του «Γαλακτώδους Λευκού Σώματος», είναι αλήθεια ότι αναπνέουμε με το σώμα μας, έχοντας όλους τους πόρους ανοιχτούς;

Α: Η προσωπική σας πείρα θα σας πει ότι έχετε ήδη περάσει αυτό το επίπεδο. Προκειμένου να φέρω το σώμα σας στην κατάσταση του «Γαλακτώδους Λευκού Σώματος», χρειάστηκε να διδάσκω τον Νόμο για περισσότερο από 10 ώρες, και όχι λιγότερο. Για να φθάσετε σε αυτήν την κατάσταση, θα χρειαζόσαστε δεκαετίες ή και παραπάνω αν ακολουθούσατε άλλες μεθόδους καλλιέργειας. Εδώ, εγώ, σας έφερα σε αυτήν την κατάσταση σε σύντομο, μόλις, χρονικό διάστημα. Μια και για αυτό το βήμα δεν υπάρχουν απαιτήσεις σχετικά με το Σίνσινγκ, αυτό γίνεται από τον δάσκαλο, ανάλογα με τις δυνατότητές του. Εσείς περνάτε αυτό το στάδιο σε λίγες μόνο ώρες, χωρίς καν να το αντιληφθείτε. Ίσως ήταν μόνο μερικές ώρες. Κάποια ημέρα, αισθανθήκατε πολύ ευαίσθητοι, όμως σε σύντομο χρονικό διάστημα, πάψατε να αισθάνεστε έτσι. Στην πραγματικότητα, μόλις περάσατε σε ψηλότερο επίπεδο. Ωστόσο, αυτή η κατάσταση θα διαρκούσε ένα έτος ή περισσότερο αν ακολουθούσατε άλλες μεθόδους καλλιέργειας. Στην πραγματικότητα όλα αυτά ανήκουν σε χαμηλότερο επίπεδο.

Ε: Πειράζει εάν σκεφτόμαστε τις ασκήσεις του Φάλουν Γκονγκ όταν καθόμαστε στο λεωφορείο ή περιμένουμε στη ουρά;

Α: Οι ασκήσεις μας δεν απαιτούν νοητική δραστηριότητα, ούτε υπάρχουν προδιαγραφές σχετικά με τον χρόνο εξάσκησης. Χωρίς καμιά αμφιβολία, όσο περισσότερη χρόνο εξασκείτε τόσο καλύτερα. Όταν δεν ασκείστε, το Φάλουν εξακολουθεί να σας καλλιεργεί. Κατά τη διάρκεια όμως του αρχικού σταδίου, είναι καλύτερα να ασκείστε περισσότερο για να ενδυναμώσετε τον Ενεργειακό Μηχανισμό σας. Συμβαίνει σε μερικούς μαθητές ότι όταν πηγαίνουν σε ταξίδια εξαιτίας της εργασίας τους, για μερικούς μήνες, δεν έχουν καθόλου χρόνο για εξάσκηση, αυτό όμως δεν έχει απολύτως καμία συνέπεια. Το Φάλουν εξακολουθεί να περιστρέφεται όταν επιστρέψουν γιατί αυτό ποτέ δεν σταματά. Όσο θεωρείτε τον εαυτό σας καλλιεργητή και προσέχετε πολύ το Σίνσινγκ σας, αυτό θα εξακολουθήσει να λειτουργεί. Υπάρχει όμως κάτι, εάν δεν κάνετε την άσκησή σας και συγχέετε τον εαυτό σας με τους συνηθισμένους ανθρώπους, το Φάλουν σας θα διαλυθεί.

Ε: Μπορεί κάποιος να ασκείται ταυτόχρονα στο Φάλουν Γκονγκ και στον Ταντρισμό;

Α: Ο Ταντρισμός χρησιμοποιεί επίσης Φάλουν, αλλά δεν είναι δυνατόν να εξασκείστε σε αυτόν ταυτόχρονα με τη δική μας μέθοδο καλλιέργειας. Εάν έχετε καλλιεργηθεί σύμφωνα με τον Ταντρισμό και το Φάλουν του έχει ήδη διαμορφωθεί, μπορείτε να συνεχίσετε να καλλιεργείστε σύμφωνα με τον Ταντρισμό, επειδή ο Ταντρισμός είναι και αυτός Ορθόδοξος

Νόμος. Πάντως, δεν είναι δυνατόν να εξασκείστε και στα δύο συστήματα συγχρόνως. Το Φάλουν του Ταντρισμού χρησιμοποιείται για την καλλιέργεια του μεσαίου ενεργειακού καναλιού. Περιστρέφεται οριζόντια και έχει μάντρας πάνω στον τροχό. Έτσι, διαφέρει από το δικό μας. Το δικό μας Φάλουν στέκεται κατακόρυφα στην κάτω κοιλιακή χώρα και βλέπει προς τα έξω. Η κάτω κοιλιακή σας χώρα είναι τόσο μικρή που χωράει ένα μόνο Φάλουν. Εάν τοποθετήσετε εκεί και άλλο ένα, θα γίνει μπέρδεμα.

Ε: Μπορούμε να κάνουμε ασκήσεις που ανήκουν σε άλλα συστήματα καλλιέργειας της Σχολής του Φο, όταν κάνουμε τις ασκήσεις του Φάλουν Γκονγκ; Μπορούμε να ακούμε τις κασέτες που ψέλνουν το όνομα της Μποντισάτβα Γκουάνγκ Γινγκ; Μπορούν οι βουδιστές που ζουν στο σπίτι μας να ψέλνουν ιερά κείμενα από τη στιγμή που έμαθαν το Φάλουν Γκονγκ; Μπορούμε να κάνουμε άλλες ασκήσεις συγχρόνως;

Α: Δε νομίζω. Κάθε μέθοδος είναι ένας τρόπος καλλιέργειας. Πρέπει να καλλιεργείστε σύμφωνα με έναν μόνο τρόπο, εάν πραγματικά θέλετε να καλλιεργείστε και όχι μόνο να θεραπεύσετε ασθένειες ή να βελτιώσετε την υγεία σας. Αυτό είναι σοβαρό θέμα. Η καλλιέργεια προς πιο ψηλά επίπεδα απαιτεί από κάποιον να συνεχίσει να καλλιεργεί σύμφωνα με έναν τρόπο καλλιέργειας. Αυτό είναι απόλυτη αλήθεια. Δεν μπορεί να αναμιχθούν, ακόμα και οι τρόποι καλλιέργειας μέσα στην Σχολή του Φο. Η καλλιέργεια για την οποία συζητάμε είναι ψηλότερου επιπέδου και προέρχεται από το απώτερο παρελθόν. Είναι πραγματικά λάθος να κρίνετε βασιζόμενοι στη δική σας αίσθηση. Κοιτάζοντάς την από διαφορετική διάσταση, η διαδικασία μετασχηματισμού είναι εξαιρετικά βαθιά και σύνθετη. Ακριβώς όπως όργανο ακριβείας, εάν βγάλετε ένα από τα εξαρτήματά του και το αντικαταστήσετε με κάτι άλλο, θα χαλάσει στη στιγμή. Το ίδιο ισχύει και για το σύστημα καλλιέργειας, τίποτα δεν πρέπει να αναμιχθεί με αυτό. Είναι προορισμένο να αποτύχει εάν του προσθέσετε κάτι. Το ίδιο ισχύει με όλους τους τρόπους καλλιέργειας. Εάν θέλετε να καλλιεργηθείτε, πρέπει να επικεντρωθείτε μόνο σε έναν τρόπο. Εάν δεν το κάνετε αυτό δεν θα μπορέσετε να καλλιεργηθείτε καθόλου. Το ρητό «πάρε το καλύτερο από κάθε μέθοδο καλλιέργειας» ισχύει μόνο για όσους επιθυμούν να θεραπεύουν ασθένειες ή να βελτιώνουν την υγεία τους. Δεν ανεβάζει το επίπεδο της καλλιέργειας σας.

Ε: Θα παρεμποδίσουμε ο ένας τον άλλον όταν κάνουμε άσκηση με κάποιον που ακολουθεί άλλον τρόπο καλλιέργειας;

Α: Ανεξάρτητα σύμφωνα με ποιο είδος καλλιέργειας ασκείται κάποιος, από την Σχολή του Τάο, την Πνευματική Σχολή ή την Σχολή του Φο, εφόσον αυτό είναι ορθόδοξο, δεν μας εμποδίζει καθόλου. Ούτε εσείς θα τον εμποδίζετε. Είναι ευεργετικό για αυτόν εάν ασκείται κοντά σας. Επειδή το Φάλουν είναι ευφυής οντότητα και δεν καλλιεργεί το Ελιξίριο, θα τον βοηθήσει αυτομάτως.

Ε: Μπορούμε να ζητήσουμε από άλλους δασκάλους Ενεργειακής Άσκησης να ρυθμίσουν το σώμα μας; Θα με βλάψει εάν παρακολουθώ τις διαλέξεις που δίνει κάποιος άλλος δάσκαλος Ενεργειακής Άσκησης;

Α: Πιστεύω ότι μετά από το παρόν σεμινάριο, θα αισθανθείτε σε ποια φυσική κατάσταση βρίσκεται το σώμα σας. Μετά από κάποια χρονική περίοδο, δεν θα είναι επιτρεπτό να σας προσβάλλουν ασθένειες. Εάν ξαναρρωστήσετε, κάτι σαν κρυολόγημα ή στομαχόπονος, αυτό δεν θα είναι αρρώστια. Αυτό είναι δοκιμασία την οποία πρέπει να αντιμετωπίσετε. Εάν ζητήσετε από άλλους δασκάλους Ενεργειακής Άσκησης να ρυθμίσουν το σώμα σας, αυτό σημαίνει ότι δεν κατανοείτε ή δεν πιστεύεται ό,τι σας είπα και κάτι ψάχνετε.

Σε αυτή την περίπτωση, θα προσελκύσετε κακά μηνύματα, τα οποία θα παρεμποδίσουν την καλλιέργειά σας. Ο δάσκαλος της Ενεργειακής Άσκησης μπορεί να διακατέχεται από κακά πνεύματα, και αυτά μπορεί να τα κουβαλήσετε πάνω σας. Το ίδιο θα συμβεί και αν παρακολουθείτε τις διαλέξεις του. Δεν πηγαίνετε γυρεύοντας όταν επιθυμείτε να τον ακούσετε; Σκεφτείτε το πρόβλημα, μόνοι σας. Αυτό είναι ζήτημα Σίνσινγκ και είναι δική σας υπόθεση το πώς θα το χειριστείτε. Εγώ δεν πρόκειται να το εξετάσω. Εάν αυτά για τα οποία μιλάει ο δάσκαλος είναι αρχές ψηλού επιπέδου η αφορούν το Σίνσινγκ, μπορεί να είναι σωστό για σας να παρακολουθείτε τις διαλέξεις του. Τώρα ήλθατε στο δικό μου σεμινάριο και το σώμα σας έχει ρυθμιστεί μετά από μεγάλη προσπάθεια. Αρχικά, τα πνεύματα που λάβατε με την εξάσκηση ήταν πολύ σύνθετα και το σώμα σας βρισκόταν σε αταξία. Τώρα έβαλα το σώμα σας σε τάξη, απαλείφοντας τα κακά και κρατώντας τα καλά. Φυσικά, δεν αντιτίθεται το να μαθαίνετε άλλες μεθόδους καλλιέργειας. Μπορείτε να μάθετε άλλες μεθόδους καλλιέργειας αν νομίζετε ότι η δική μας δεν είναι καλή. Όμως, δεν σας κάνει καλό το να μαθαίνετε και τα δύο συγχρόνως. Αρχίσατε ήδη να καλλιεργείτε σύμφωνα με τον Μεγάλο Νόμο και το Σώμα Του Νόμου μου σας παραστέκεται. Έχετε αποκτήσει κάτι που ανήκει σε ψηλότερο επίπεδο και τώρα θέλετε να γυρίσετε πίσω και να ξαναψάξετε για κάτι που ανήκει σε χαμηλό επίπεδο!

Ε: Μπορούμε να μελετήσουμε άλλες μεθόδους όπως μασάζ, αυτοάμυνα, Ζεν του Ενός Δακτύλου, Τάιτσι και άλλα, εάν κάνουμε τις ασκήσεις του Φάλουν Γκονγκ; Πειράζει αν δεν ασκούμαστε σε αυτά αλλά απλώς διαβάζουμε σχετικά βιβλία;

Α: Δεν πειράζει αν πρόκειται να μελετήσετε μασάζ και αυτοάμυνα. Μερικές φορές όμως δεν θα αισθάνεστε άνετα αν γίνετε σκληρόκαρδοι. Το Ζεν του Ενός Δακτύλου, και το Τάιτσι, κατατάσσονται στις Ενεργειακές Ασκήσεις. Ενασκούμενοι σε αυτά, σημαίνει ότι προσθέτετε στοιχεία σε όσα εγώ σας έχω δώσει, και ρυπαίνετε το σώμα σας. Όσο για τα βιβλία, μπορείτε να διαβάζετε όσα αναφέρονται στο Σίνσινγκ. Όμως μερικοί συγγραφείς συχνά συνάγουν συμπεράσματα προτού ακόμα και οι ίδιοι τα καταλάβουν όλα. Αυτό θα μπερδέψει τις σκέψεις σας.

Ε: Στην άσκηση «Κρατώντας το Φάλουν μπροστά στο κεφάλι», τα χέρια μου μερικές φορές αγγίζουν. Αυτό πειράζει;

Α: Ναι, πρέπει να τα κρατάτε σε κάποια απόσταση μεταξύ τους. Αν αγγίζουν, η ενέργεια από τα χέρια θα επιστρέψει πίσω στο σώμα.

Ε: Όταν κάνουμε τη δεύτερη σειρά ασκήσεων, εάν δεν μπορούμε να κρατήσουμε τα χέρια περισσότερο, μπορούμε να τα κατεβάσουμε και μετά να συνεχίσουμε την άσκηση;

Α: Η καλλιέργεια είναι δύσκολη δουλειά. Είναι άσκοπο να κατεβάζετε τα χέρια σας τη στιγμή που αρχίζουν να πονάνε. Όσο περισσότερο ασκείστε τόσο καλύτερα. Φυσικά δεν πρέπει να το παρακάνετε.

Ε: Γιατί το αριστερό πόδι είναι κάτω από το δεξί, για τις γυναίκες, στη θέση του πλήρους λωτού;

Α: Η καλλιέργειά μας λαμβάνει υπόψη τον ουσιώδη παράγοντα, ότι το γυναικείο σώμα είναι διαφορετικό από το ανδρικό ως προς την φυσιολογία του. Επομένως, η γυναίκα πρέπει να εναρμονιστεί με τη γυναικεία της διάπλαση, εάν επιθυμεί να χρησιμοποιήσει το φυσικό της σώμα και το σώμα της σε άλλες διαστάσεις για να καλλιεργηθεί. Το κάθισμα με το αριστερό

πόδι σταυρωμένο κάτω από το δεξί, είναι σε αρμονία με την φυσιολογία της γυναίκας. Για τον άνδρα ισχύει το αντίθετο, μια και η φυσιολογία του είναι διαφορετική.

Ε: Είναι αποδεκτό κατά την διάρκεια της εξάσκησης, να ακούει κανένας μουσική ή κασέτες ή να απαγγέλλει τους στίχους που λέγονται πριν από τις ασκήσεις μας;

Α: Εάν πρόκειται για ευπρεπή μουσική της Σχολής του Φο, μπορείτε να την ακούτε. Αλλά η καλλιέργεια υπό την αληθινή της έννοια δεν χρειάζεται καμία μουσική επειδή απαιτεί συγκέντρωση. Το να ακούς μουσική είναι προσπάθεια να αντικατασταθούν οι διάφορες σκέψεις από μία και μόνο.

Ε: Όταν κάνουμε την άσκηση «Διαπερνώντας τις δύο άκρες του Σύμπαντος», πρέπει να είμαστε χαλαροί ή να χρησιμοποιούμε δύναμη;

Α: Η άσκηση «Διαπερνώντας τις δύο άκρες του Σύμπαντος», απαιτεί να στέκεσαι φυσικά και χαλαρά, σε αντίθεση με την πρώτη σειρά. Όλες οι υπόλοιπες απαιτούν χαλάρωση, κάτι που είναι διαφορετικό από την πρώτη σειρά.

3. Καλλιέργεια του Σίνσινγκ

Ε: Θέλω να φθάσω στο «Τζεν-Σαν-Ρεν». Αλλά χθες ονειρεύτηκα ότι μάλωνα πολύ άσχημα με κάποιον, θέλησα να είμαι ανεκτικός, αλλά απέτυχα. Υποτίθεται ότι αυτό θα με βοηθήσει να βελτιώσω το Σίνσινγκ μου;

Α: Ασφαλώς. Σας έχω ήδη πει τι είναι τα όνειρα. Πρέπει να προσπαθήσετε να το σκεφτείτε και να το καταλάβετε από μόνοι σας. Ό,τι σας βοηθά να βελτιώσετε το Σίνσινγκ σας, έρχεται ξαφνικά και απροσδόκητα. Δεν περιμένει να είστε διανοητικά προετοιμασμένοι για να το καλωσορίσετε. Για να διαπιστώσετε εάν κάποιος είναι καλός ή κακός, μπορείτε να τον δοκιμάσετε μόνο όταν δεν είναι διανοητικά προετοιμασμένος.

Ε: Το «Ρεν» (Ανεκτικότητα) του «Τζεν-Σαν-Ρεν» στο Φάλουν Γκονγκ σημαίνει ότι πρέπει να τα ανεχόμαστε όλα, ανεξάρτητα από το εάν είναι σωστά ή όχι;

Α: Το «Ρεν» για το οποίο σας μιλάω εγώ, αναφέρεται στη βελτίωση του Σίνσινγκ για ζητήματα σχετικά με το προσωπικό σας συμφέρον και όλες εκείνες τις προσκολλήσεις που είστε απρόθυμοι να αφήσετε. Στην πραγματικότητα, το «Ρεν» δεν είναι κάτι το φοβερό, ακόμα και για τους συνηθισμένους ανθρώπους. Επιτρέψτε μου να σας πω μία ιστορία. Ο Χαν Σιν ήταν μεγάλος αρχιστράτηγος και αγαπούσε τις πολεμικές τέχνες από τότε που ήταν νέος. Εκείνη την περίοδο, στους ανθρώπους που μάθαιναν πολεμικές τέχνες τους άρεσε να περιφέρονται φορώντας το σπαθί τους. Κάποτε ο Χαν Σιν περπατούσε στον δρόμο και κάποιος κακοποιός ήρθε προς το μέρος του και τον προκάλεσε: «Γιατί φοράς σπαθί; Τολμάς να σκοτώσεις άνθρωπο; Εάν τολμάς, σκότωσε εμένα πρώτα». Όπως μιλούσε, πρότεινε το λαιμό του. Είπε: «Εάν δεν τολμάς να με σκοτώσεις, να συρθείς κάτω από τα πόδια μου!» Ο Χαν Σιν σύρθηκε κάτω από τα πόδια του. Είχε εξαιρετικά ανεπτυγμένη την ικανότητα του «Ρεν». Μερικοί θεωρούν την ανεκτικότητα αδυναμία και δειλία. Η αλήθεια είναι ότι όσοι μπορούν και εφαρμόζουν στην πράξη την ανεκτικότητα έχουν πολύ ισχυρή θέληση. Όσο για το αν κάτι είναι δίκαιο ή άδικο, πρέπει να κοιτάξετε για να δείτε εάν αυτό συμμορφώνεται πραγματικά με τις Αρχές του Σύμπαντος. Μπορεί να σκεφτείτε ότι δεν κάνετε λάθος για κάποιο συγκεκριμένο συμβάν και ότι το άλλο άτομο είναι που σας έχει ενοχλήσει. Το γεγονός είναι ότι δε γνωρίζετε πραγματικά γιατί. Θα πείτε: «Ξέρω, πρόκειται απλώς για κάτι

ασήμαντο». Αυτό που λεω εγώ είναι διαφορετική αρχή, η οποία δεν μπορεί να φανεί σε αυτήν την υλική διάσταση. Έτσι για να πούμε κάποιο αστείο, ίσως οφείλατε σε κάποιους άλλους στην προηγούμενη ζωή σας. Πώς θα μπορούσατε να κρίνετε το δίκαιο ή το άδικο; Πρέπει να είμαστε ανεκτικοί. Πώς θα μπορούσατε πρώτα να αναστατώσετε και να προσβάλετε κάποιους άλλους και μετά να δείξετε ανεκτικότητα; Με όσους σας έχουν πραγματικά αναστατώσει, πρέπει όχι μόνο να είστε ανεκτικοί, αλλά και να τους ευγνωμονείτε. Εάν κάποιος φωνάζει, ωρύεται και μετά καταφέρεται εναντίον σας μπροστά στο δάσκαλο, κατηγορώντας σας ότι εσείς του φωνάξετε, πρέπει από μέσα σας να πείτε ευχαριστώ. Λετε: «Δεν θα μετατρεπόμεν σε Α Κιού [ανόητος χαρακτήρας σε κάποιο κινεζικό μυθιστόρημα];» Αυτή είναι η γνώμη σας. Στην προκειμένη περίπτωση, εάν δεν συμπεριφερθείτε προς αυτόν με τον ίδιο τρόπο που αυτός συμπεριφέρθηκε προς εσάς, έχετε βελτιώσει το Σίνσινγκ σας. Αυτός κέρδισε κάποιο πλεονέκτημα στην παρούσα υλική διάσταση, αλλά σε κάποια άλλη διάσταση δεν θα πρέπει να σας δώσει κάτι σε ανταπόδοση; Και, με την βελτίωση του Σίνσινγκ σας, θα μετασχηματιστεί και η μαύρη ουσία σας. Έτσι κερδίζετε με τρεις τρόπους. Γιατί να μην είστε ευγνώμων προς αυτόν; Αυτό δεν γίνεται εύκολα κατανοητό από την πλευρά των συνηθισμένων ανθρώπων. Όμως εγώ, εδώ, μιλάω σε καλλιεργητές και όχι σε συνηθισμένους ανθρώπους.

Ε: Όσοι δεν κατέχονται από πνεύματα, μπορούν να αποφύγουν την κατοχή από αυτά όταν θα έχει βελτιωθεί το Σίνσινγκ τους; Και εάν κάποιος κατέχεται ήδη από κακά πνεύματα (Φούτι), πώς μπορεί να τα ξεφορτωθεί;

Α: Ένας δίκαιος νους καθυποτάσσει εκατό δαίμονες. Σήμερα λάβατε τον Μεγάλο Νόμο. Από τώρα και στο εξής, ακόμα κι αν το Φούτι σας προσκομίζει οφέλη, δεν πρέπει να τα αποδεχθείτε. Όταν σας προσκομίζει χρήματα, φήμη και προσωπικό κέρδος, αισθάνεστε πολύ ευτυχισμένοι μέσα σας, σκεπτόμενοι: «Δείτε πόσο ικανός είμαι» και επιδεικνύετε μπροστά στους ανθρώπους. Όταν αισθάνεστε ανήσυχοι, δεν θέλετε να ζείτε με αυτό και ψάχνετε τον Δάσκαλο για να σας θεραπεύσει. Κατόπιν, πώς συμπεριφερθήκατε όταν συνέχισε να σας δίνει καλά πράγματα; Δεν μπορούμε να το φροντίσουμε αυτό για χάρη σας επειδή έχετε αποδεχθεί όλα τα οφέλη που σας έχει προσκομίσει. Αυτό δεν είναι αποδεκτό εάν το μόνο που θέλετε είναι να έχετε όφελος. Μόνο όταν δεν το θέλετε, ακόμα και τα καλά που αυτό σας φέρνει, και συνεχίζετε να καλλιεργείτε σύμφωνα με τη μέθοδο που σας διδάσκει ο Δάσκαλος, και όταν γίνετε δίκαιοι και ο νους σας σταθεροποιηθεί, τότε αυτό θα φοβηθεί. Εάν πάλι το απωθήσετε όταν προσπαθεί να σας δώσει κάποια οφέλη, τότε ήλθε η ώρα του για να φύγει. Εάν μείνει, διαπράττει λαθεμένη πράξη. Σε αυτό το σημείο, μπορώ εγώ να το κανονίσω. Θα εξαφανιστεί με ένα απλό νεύμα μου. Όμως αυτό δεν θα λειτουργήσει εάν θέλετε να έχετε τα οφέλη που σας προσκομίζει.

Ε: Όσοι ασκούνται στο πάρκο, κυριεύονται από Φούτι;

Α: Σας το έχω εξηγήσει πολλές φορές. Καλλιεργούμεστε σύμφωνα με τον Ορθόδοξο Νόμο, και ένας δίκαιος νους καθυποτάσσει εκατό δαίμονες. Εφόσον καλλιεργείτε σύμφωνα με τον Ορθόδοξο Νόμο, ο νους σας είναι πολύ αγνός και έντιμος, τίποτα δεν μπορεί να σας κυριεύσει. Το Φάλουν είναι κάτι απίστευτο. Οι δαίμονες όχι μόνο δεν είναι ικανοί να προσκολληθούν πάνω σας αλλά φοβούνται ακόμα και να σας πλησιάσουν. Εάν δεν το πιστεύετε, πηγαίνετε να ασκηθείτε σε άλλα μέρη και θα δείτε ότι όλοι σας φοβούνται. Εάν σας πω τον αριθμό των ανθρώπων που έχουν κυριευθεί από Φούτι, θα φοβηθείτε. Πολλοί άνθρωποι έχουν κυριευθεί από πνεύματα. Αφότου έχουν πετύχει τον στόχο να θεραπεύσουν ασθένειες και να βελτιώσουν την υγεία τους, συνεχίζουν να ασκούνται. Τι θέλουν να πετύχουν; Όταν ο νους σας δεν είναι δίκαιος, τέτοιου είδους προβλήματα θα εμφανίζονται.

Πάντως, αυτοί οι άνθρωποι δεν πρέπει να κατηγορούνται για φταίξιμο, δεδομένου ότι δεν καταλαβαίνουν τους βασικούς κανόνες. Ένας από τους στόχους της δημόσιας εμφάνισής μου είναι να βοηθήσω να διορθωθούνε αυτά τα λαθεμένα πράγματα για χάρη σας.

Ε: Ποιες Εξαιρετικές Ικανότητες θα αναπτυχθούν στο μέλλον;

Α: Δεν θέλω να μιλήσω για αυτό. Είναι πολύ δύσκολο να μιλήσει κανένας για αυτό, επειδή οι συνθήκες διαφέρουν από άτομο σε άτομο. Διαφορετικές Εξαιρετικές Ικανότητες θα αναπτυχθούν στα διάφορα επίπεδα. Ο κρίσιμος παράγοντας σε κάθε επίπεδο είναι το Σίνσινγκ σας. Μπορεί να αναπτυχθεί κάποια συγκεκριμένη Εξαιρετική Ικανότητα, όταν θα έχει αποβληθεί κάποια συγκεκριμένη προσκόλληση. Πάντως, η Εξαιρετική Ικανότητα που θα δημιουργήσετε σίγουρα βρίσκεται στο αρχικό της στάδιο και δεν θα είναι πολύ ισχυρή. Από την άλλη, εάν το Σίνσινγκ σας δεν φθάσει σε πολύ ψηλό επίπεδο, είναι αδύνατο να έχετε Εξαιρετικές Ικανότητες. Ωστόσο, στο σεμινάριο μας μερικά άτομα έχουν αρκετά καλή εγγενή ποιότητα. Έχουν αναπτύξει την Εξαιρετική Ικανότητα περπατήματος που τους προστατεύει από τη βροχή. Μερικοί έχουν αναπτύξει επίσης την Εξαιρετική Ικανότητα της τηλεκινησίας.

Ε: Η καλλιέργεια του Σίνσινγκ [ήθος] ή η απαλοιφή όλων των προσκολλήσεων αναφέρονται στην επίτευξη του «κενού», της Σχολής του Φο και στην «ανυπαρξία», της Σχολής του Τάο;

Α: Το Σίνσινγκ ή η Αρετή (Ντε) που λέμε εμείς δεν περιλαμβάνεται στην κενότητα της Σχολής του Φο ή στην ανυπαρξία της Σχολής του Τάο. Αντιθέτως, η κενότητα της Σχολής του Φο ή η ανυπαρξία της Σχολής του Τάο συμπεριλαμβάνονται στο Σίνσινγκ μας.

Ε: Ο Φο παραμένει πάντα Φο;

Α: Από την στιγμή που καλλιεργούμενοι φθάσατε στη φώτιση, είστε φωτισμένο ον, με άλλα λόγια, ύπαρξη ψηλότερου επιπέδου. Όμως, δεν υπάρχει καμία εγγύηση ότι δεν θα παρεκτραπείτε ποτέ. Φυσικά, συνήθως δεν θα διαπράττατε κακές πράξεις σε εκείνο το επίπεδο επειδή έχετε δει την αλήθεια. Εάν όμως συμπεριφερθείτε άσχημα, θα ξανακατέβετε χωρίς εξαίρεση. Εάν κάνετε πάντα καλές πράξεις, θα μένετε εκεί πάνω για πάντα.

Ε: Τι σημαίνει άτομο με μεγάλη εγγενή ποιότητα;

Α: Αυτό καθορίζεται από μερικούς παράγοντες: 1. Πολύ καλή εγγενή ποιότητα. 2. Πολύ καλή Ποιότητα Φώτισης. 3. Πολύ μεγάλη ανεκτικότητα. 4. Λίγες προσκολλήσεις καθώς παίρνει τα ζητήματα αυτού του κόσμου ελαφρά. Αυτοί είναι άνθρωποι με μεγάλη εγγενή ποιότητα, που είναι πολύ δύσκολο να βρεθούν.

Ε: Είναι δυνατόν άνθρωποι χωρίς καλή Εγγενή Ποιότητα να αναπτύξουν Ενέργεια Καλλιέργειας εάν κάνουν Φάλουν Γκονγκ;

Α: Άνθρωποι χωρίς καλή Εγγενή Ποιότητα μπορούν επίσης να αναπτύξουν Ενέργεια Καλλιέργειας, επειδή ο καθένας έχει κάποια ποσότητα Αρετής. Είναι αδύνατο κάποιος να μην έχει κάποια Αρετή. Δεν υπάρχει κανένας τέτοιος. Εάν δεν έχετε λευκή ουσία πάνω σας, εξακολουθείτε να έχετε μαύρη ουσία. Με την καλλιέργεια, είναι δυνατόν η μαύρη ουσία να μετασχηματιστεί σε λευκή, κάτι που αποτελεί μόνο επιπρόσθετο βήμα. Όταν υποφέρετε κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας, βελτιώνετε το Σίνσινγκ σας και κάνετε θυσίες, τότε αναπτύσσετε Ενέργεια Καλλιέργειας. Η καλλιέργεια είναι η απαραίτητη προϋπόθεση. Το Σώμα Του Νόμου

που διαθέτει ο Δάσκαλος είναι αυτό που πραγματοποιεί το μετασχηματισμό σε Ενέργεια Καλλιέργειας.

Ε: Όταν κάποιος γεννιέται, ολόκληρη η ζωή του έχει ήδη διευθετηθεί. Μπορεί κανένας να αλλάξει τη ζωή του με σκληρή εργασία;

Α: Φυσικά. Η σκληρή εργασία σας είναι επίσης κάτι που έχει διευθετηθεί, έτσι δεν μπορείτε παρά να εργάζεστε σκληρά. Είστε συνηθισμένο άτομο. Ωστόσο, δεν είναι δυνατόν να γίνουν αλλαγές σε μεγάλη κλίμακα.

Ε: Όταν δεν έχει ανοίξει το Τρίτο Μάτι, πώς ξέρουμε εάν τα μηνύματα που μας έρχονται είναι καλά ή κακά;

Α: Είναι δύσκολο να το κάνετε αυτό από μόνοι σας. Σε όλη την διαδικασία της καλλιέργειάς σας υπάρχουν πολλά προβλήματα που βάζουν το Σίνσινγκ σας σε δοκιμασία. Το Σώμα Του Νόμου μου υπάρχει για να προστατεύει τη ζωή σας από τους κινδύνους αλλά δεν πρόκειται να φροντίσει για όλα. Ορισμένα προβλήματα πρέπει να ξεπεραστούν, να επιλυθούν και να κατανοηθούν από σας. Μερικές φορές όταν έρχονται κακά μηνύματα, μπορεί να σας πουν ποια είναι τα νούμερα του λόττο, μπορεί όμως τα νούμερα να είναι σωστά ή να είναι λαθεμένα. Είναι δυνατόν ακόμα να σας πουν και κάτι άλλο. Όλα εξαρτώνται από σας. Όταν ο νους σας είναι αγνός κανένας δαίμονας δεν μπορεί να εισβάλει. Εφόσον φροντίζεται το Σίνσινγκ σας καλά, δεν θα υπάρξει ούτε ένα πρόβλημα.

Ε: Μπορούμε να κάνουμε τις ασκήσεις όταν αισθανόμαστε συναισθηματικά παραγμένοι;

Α: Όταν είστε σε κακή διάθεση, είναι δύσκολο για σας να καθίσετε κάτω και να ηρεμήσετε. Απλώς θα κάθεστε εκεί σκεπτόμενοι κακά πράγματα. Μηνύματα υπάρχουν στην καλλιέργεια. Όταν στο μυαλό σας υπάρχουν κακές σκέψεις, και μεταφέρετε αυτό το μήνυμα στην καλλιέργειά σας, στην πραγματικότητα ασκείστε με κακό τρόπο. Οι ασκήσεις που κάνετε μπορεί να σας είχαν διδαχθεί από τον Γιάν Σινγκ [γνωστός δάσκαλος Ενεργειακής Άσκησης στην Κίνα] ή από κάποιον άλλο δάσκαλο ή από κάποιο ζωντανό Φο του Ταντριισμού. Εάν όμως δεν εφαρμόσετε αυστηρά τις απαιτήσεις τους όσον αφορά το Σίνσινγκ, αυτό που κάνατε δεν ήταν ο τρόπος καλλιέργειας που αυτοί σας δίδαξαν. Ας υποθέσουμε ότι αισθάνεστε φυσικά εξουθενωμένοι όταν κάνετε την άσκηση της όρθιας στάσης και αισθάνεστε πολύ κουρασμένοι, αλλά ο νους σας είναι ακόμα πολύ ενεργός σκεπτόμενοι: «Γιατί ο τάδε στη δουλειά μου είναι τόσο δυσάρεστος; Γιατί με εξέθεσε; Τι μπορώ να κάνω για να πάρω αύξηση; Οι τιμές έχουν ανεβεί. Πρέπει να κάνω αγορές». Τότε, δεν καλλιεργείστε σκόπιμα, υποσυνείδητα και χωρίς επίγνωση σύμφωνα με τον κακό Νόμο; Επομένως, όταν έχετε συναισθηματική κατάπτωση, είναι καλύτερα να μην κάνετε τις ασκήσεις.

Ε: Ποια είναι τα κριτήρια για «εξαιρετικά ψηλό Σίνσινγκ»;

Α: Το Σίνσινγκ καλλιεργείται και για αυτό δεν υπάρχουν καθορισμένα κριτήρια. Όλα εξαρτώνται από την ικανότητα κατανόησής σας. Εάν επιμένετε ότι το Σίνσινγκ έχει κριτήρια, τότε όταν βρίσκεστε σε μπελάδες θα πρέπει να αναρωτηθείτε: «Πώς θα το αντιμετωπίζε αυτό κάποιος φωτισμένος;» Ο προχωρημένος εργάτης είναι χωρίς αμφιβολία εξαιρετικό άτομο, αλλά αυτός αποτελεί πρότυπο μόνο για τους συνηθισμένους ανθρώπους.

Ε: Δεν πρέπει κανένας να είναι φιλύποππος στις συζητήσεις ή τις ομιλίες που γίνονται από άλλους δασκάλους Ενεργειακής Άσκησης. Αλλά όταν πέφτουμε πάνω σε απατεώνες που εξαπατούν τους ανθρώπους για χρήματα, τι πρέπει να κάνουμε;

Α: Ίσως τα πράγματα δεν είναι απαραίτητα έτσι. Πρώτα πρέπει να ρίξετε μια ματιά σε αυτό που συζητούν, κατόπιν κρίνετε από μόνοι σας εάν είναι δόλιος. Για να κρίνετε εάν κάποιος δάσκαλος Ενεργειακής Άσκησης είναι ευπρεπής ή όχι, μπορείτε να εξετάσετε το Σίνσινγκ του. Η Ενέργεια Καλλιέργειάς του είναι πάντοτε τόσο ψηλή όσο το Σίνσινγκ.

Ε: Πώς αποβάλλουμε το κάρμα ή, όπως το αποκαλεί ο Βουδισμός, το καρμικό χρέος;

Α: Η καλλιέργεια αποτελεί από μόνη της μορφή εξάλειψης του κάρμα. Ο καλύτερος τρόπος είναι να βελτιωθεί το Σίνσινγκ σας, το οποίο επιτρέπει τον μετασχηματισμό της μαύρης ουσίας σε λευκή ουσία, ή ουσία της Αρετής. Η Αρετή στη συνέχεια μετασχηματίζεται σε Ενέργεια Καλλιέργειας.

Ε: Υπάρχουν κάποιοι κανόνες για τους ασκούμενους του Φάλουν Γκονγκ;

Α: Απέχουμε από τα περισσότερα από όσα απέχουν οι βουδιστές. Όμως, διατηρούμε διαφορετικές απόψεις σχετικά με αυτό το θέμα, γιατί εμείς δεν είμαστε μοναχοί ή καλόγριες. Ζούμε ανάμεσα στους συνηθισμένους ανθρώπους. Δεν απαιτείται τίποτα περισσότερο από το να παίρνετε κάποια πράγματα ελαφρά. Φυσικά, όταν θα έχετε φθάσει σε εξαιρετικά ψηλό επίπεδο με την αδιάκοπη αύξηση του Ενεργειακού Δυναμικού σας, θα απαιτείται να έχετε, αναλόγως, εξαιρετικά ψηλό Σίνσινγκ.

4. Τρίτο Μάτι (Τιένμου)

Ε: Όταν ο Δάσκαλος δίδασκε, είδα χρυσό φωτοστέφανο, ένα μέτρο πάνω από το κεφάλι του και πολλά χρυσά φωτοστέφανα στο μέγεθος του κεφαλιού πίσω από την πλάτη του.

Α: Το Τρίτο Μάτι αυτού του ατόμου έχει ήδη φθάσει σε αρκετά ψηλό επίπεδο.

Ε: Είδα χρυσό φως αναμειγμένο στο κρασί που έφτυναν οι μαθητές του Δασκάλου όταν έκαναν θεραπεία σε άλλους ανθρώπους.

Α: Λεω ότι αυτό το άτομο έχει καλλιεργηθεί αρκετά καλά. Μπορούσε να δει τις Εξαιρετικές Ικανότητες που εκπέμφθηκαν.

Ε: Κάποιο παιδί στο οποίο έχει ανοίξει το Τρίτο Μάτι του επηρεάζεται από αυτό; Το Τρίτο Μάτι όταν είναι ανοικτό εκπέμπει ενέργεια;

Α: Είναι πολύ εύκολο για τα παιδιά ηλικίας κάτω των έξι ετών να έχουν το Τρίτο Μάτι τους ανοικτό. Εάν τα μικρά παιδιά δεν ασκούνται, το άνοιγμα του Τρίτου Ματιού τους θα οδηγήσει σε διαρροή ενέργειας. Αλλά, κάποιος στην οικογένεια πρέπει να ασκείται. Είναι καλύτερα να το αφήσουμε να κοιτάζει με το Τρίτο Μάτι του μία φορά την ημέρα, ώστε να μην ξανακλείσει και να μη υπάρξει υπερβολική διαρροή ενέργειας. Είναι καλύτερα τα ίδια τα μικρά παιδιά να ασκούνται. Όσο περισσότερο το χρησιμοποιούν, τόσο περισσότερη ενέργεια θα διαρρέει και αυτό που επηρεάζεται δεν είναι το φυσικό τους σώμα αλλά η Ζωτική Ουσία τους.

Εάν όμως υπάρχει φροντίδα, δεν θα υπάρξουν κακές συνέπειες. Μιλώ για παιδιά, όχι για ενήλικους. Μερικοί έχουν το Τρίτο Μάτι τους τελείως ανοικτό και δεν φοβούνται για διαρροή ενέργειας, δεν μπορούν όμως να δουν όσα ανήκουν σε πολύ ψηλό επίπεδο. Υπάρχουν επίσης μερικοί που μπορούν να δουν όσα συμβαίνουν σε πολύ ψηλό επίπεδο. Όταν αυτοί βλέπουν, τότε το Σώμα Του Νόμου μου ή άλλοι δάσκαλοι από το υπέρτατο διάστημα, τους παρέχουν την ενέργεια ώστε να μπορούν να δουν. Σε αυτό δεν υπάρχει πρόβλημα.

Ε: Είδα χρυσή λάμψη στο σώμα του Δασκάλου όπως και στη σκιά του Δασκάλου, αλλά εξαφανίστηκαν σε κλάσμα του δευτερόλεπτου. Τι έγινε;

Α: Αυτό είναι το Σώμα Του Νόμου μου. Όταν διδάσκω τον Νόμο, εμφανίζεται στην κορυφή του κεφαλιού μου ενεργειακή στήλη. Έτσι είναι τα πράγματα στο επίπεδο στο οποίο βρίσκομαι. Εξαφανίστηκε σε μια στιγμή, επειδή δεν ξέρατε πως να χρησιμοποιήσετε το Τρίτο Μάτι σας. Χρησιμοποιήσατε τα φυσικά μάτια σας.

Ε: Πώς εφαρμόζουμε τις Εξαιρετικές Ικανότητες;

Α: Νομίζω ότι θα υπάρξει πρόβλημα αν εφαρμοστούν οι Εξαιρετικές Ικανότητες στην στρατιωτική επιστήμη ή σε άλλα πεδία υψηλής τεχνολογίας ή στην κατασκοπεία. Το Σύμπαν μας έχει τα δικά του χαρακτηριστικά. Εάν κάποιος δρα σύμφωνα με αυτά τα χαρακτηριστικά, οι Εξαιρετικές Ικανότητες του θα λειτουργούν, αλλιώς δεν θα λειτουργούν. Ακόμα και αν κάποιος χρησιμοποιεί τις δυνάμεις του για να κάνει καλές πράξεις, δεν είναι σε θέση να πραγματοποιεί όσα ανήκουν σε ανώτερο επίπεδο. Μάλλον, μπορεί μόνο να τα αντιληφθεί. Η εκπλήρωση μικρών θαυμάτων δεν θα επηρεάσει την φυσιολογική εξέλιξη της κοινωνίας. Εάν κάποιος επιθυμεί να αλλάξει κάτι ή να κάνει κάτι πολύ σπουδαίο, δεν είναι αυτός που αποφασίζει ποιος πρέπει να εκπληρώσει το στόχο, μια και η κοινωνία εξελίσσεται ανεξάρτητα από τη θέληση των ανθρώπων. Κανείς δεν μπορεί να προσδιορίσει την πορεία της.

Ε: Από πού μπαίνει στο σώμα και από πού βγαίνει, η Κύρια Συνείδηση (Τζου Γίσι) του ανθρώπου;

Α: Μιλώντας γενικά, βγαίνει συνήθως από την κορυφή του κεφαλιού του. Φυσικά, δεν περιορίζεται μόνο σε αυτή τη θέση. Σε αντίθεση με τις άλλες μεθόδους καλλιέργειας, που εντοπίζουν την έξοδο στην κορυφή του κεφαλιού, η δική μας μέθοδος της επιτρέπει να βγει από οποιοδήποτε μέρος του σώματος. Το ίδιο συμβαίνει και για την είσοδό της στο σώμα.

Ε: Στην περιοχή του Τρίτου Ματιού βλέπω κόκκινο φως με μια μαύρη τρύπα στη μέση. Μετά είναι σα να ανθίζει λουλούδι με τα πέταλά του να σκορπίζονται το ένα μετά το άλλο. Μερικές φορές βλέπω φως άστρων ή αστραπές. Είναι αυτό ένδειξη ότι ανοίγει το Τρίτο Μάτι μου;

Α: Όταν βλέπετε φως άστρων, το Τρίτο Μάτι κοντεύει να ανοίξει. Όταν βλέπετε αστραπές, έχει ανοίξει σχεδόν τελείως.

Ε: Μπορώ να δω κόκκινα και πράσινα φωτοστέφανα γύρω από το κεφάλι και στο σώμα του Δασκάλου. Όταν όμως κλείνω τα μάτια μου, δεν μπορώ να δω τίποτα. Αυτά τα βλέπω με περιφερειακή όραση;

Α: Όχι, δεν τα βλέπετε με περιφερειακή όραση. Αυτό συμβαίνει επειδή βλέπετε πάντοτε με τα μάτια σας ανοιχτά και δεν γνωρίζετε πώς να βλέπετε με τα μάτια σας κλειστά. Συχνά οι

ασκούμενοι δεν ξέρουν πώς να χρησιμοποιήσουν το Τρίτο Μάτι τους όταν αυτό ανοίγει. Μερικές φορές βλέπουν κάτι τυχαία. Αλλά όταν θέλουν να το κοιτάξουν καλύτερα, δε βλέπουν τίποτα γιατί χρησιμοποιούν τα φυσικά τους μάτια. Όταν δεν θα το προσέχουν, θα το ξαναδούν.

Ε: Η κόρη μου είδε μερικούς κύκλους στον ουρανό, αλλά δεν μπορεί να τους περιγράψει. Της ζητήσαμε να ρίξει μια ματιά στο έμβλημα Φάλουν, και είπε ότι αυτό είναι. Είναι πραγματικά ανοικτό το Τρίτο Μάτι της;

Α: Μια ματιά στο έμβλημα μας το Φάλουν είναι αρκετή για να ανοίξει το Τρίτο Μάτι σε κάποιο παιδί κάτω των έξη ετών. Αλλά, καλύτερα, μην του ζητήσετε να το κάνει. Τα παιδιά μπορούν να δουν με το Τρίτο Μάτι τους.

Ε: Δεν ξέρω πως να χρησιμοποιήσω το Τρίτο Μάτι μου που έχει ήδη ανοίξει. Θα μπορούσε ο Δάσκαλος να μου το εξηγήσει, παρακαλώ;

Α: Όταν το Τρίτο Μάτι τους ανοίγει εντελώς, οι άνθρωποι ξέρουν πώς να το χρησιμοποιήσουν ακόμα και αν πριν δεν μπορούσαν. Όταν είναι πολύ λαμπερό και λειτουργεί καλά, οι άνθρωποι ξέρουν πως να το χρησιμοποιήσουν ακόμα κι αν προηγουμένως δεν ήξεραν. Όταν βλέπετε κάτι με το Τρίτο Μάτι, το κάνετε ακούσια. Όταν θέλετε να δείτε πιο προσεχτικά, χωρίς να το συνειδητοποιήσετε μεταπηδάτε στα φυσικά σας μάτια και χρησιμοποιείτε το οπτικό νεύρο. Για αυτό, δεν μπορείτε να δείτε άλλο.

Ε: Όταν το Τρίτο Μάτι είναι ανοικτό, θα δούμε ολόκληρο το Σύμπαν;

Α: Υπάρχουν επίπεδα όταν αναφερόμαστε στο άνοιγμα του Τρίτου Ματιού. Με άλλα λόγια, πόση αλήθεια θα δείτε εξαρτάται από το επίπεδό σας. Το άνοιγμα του Τρίτου Ματιού σας δεν σημαίνει ότι θα είστε σε θέση να δείτε όλα στο Σύμπαν. Πάντως, βαθμιαία, με περισσότερη καλλιέργεια, θα βελτιώνετε το επίπεδό σας έως ότου φθάσετε στη φώτιση. Κατόπιν, θα είστε σε θέση να δείτε περισσότερα επίπεδα. Αλλά ακόμα και τότε, δεν υπάρχει εγγύηση ότι αυτό που βλέπετε είναι η αλήθεια ολόκληρου του Σύμπαντος. Επειδή όταν ο Σακιαμούνι κήρυσσε κατά τη διάρκεια της ζωής του, βελτιωνόταν επίσης συνεχώς. Κάθε φορά που έφθανε σε νέο επίπεδο, ανακάλυπτε ότι αυτά για τα οποία είχε μιλήσει πριν, δεν ήταν οριστικά, και άλλαζε πάλι όταν έφτανε σε ακόμα ψηλότερο επίπεδο. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο τελικά είπε: «Δεν υπάρχει κανένα Ντάρμα που είναι οριστικό». Υπάρχει ένας βασικός κανόνας για κάθε επίπεδο. Ήταν αδύνατον ακόμα και για αυτόν να ενατενίσει την αλήθεια ολόκληρου του Σύμπαντος. Από τη σκοπιά του σημερινού μέσου ανθρώπου, φαίνεται ασύλληπτο ότι κάποιος σε αυτόν τον κόσμο μπορεί με την καλλιέργεια να φθάσει ως το επίπεδο του Ταθαγκάτα επειδή έχουν ακούσει μόνο για το επίπεδο του Ταθαγκάτα. Δεν ξέρουν ότι υπάρχουν επίπεδα ψηλότερα και από αυτό, έτσι η αλήθεια των ψηλότερων επιπέδων παραμένει για αυτούς άγνωστη και ασύλληπτη. Το επίπεδο Ταθαγκάτα είναι πολύ χαμηλό επίπεδο του Νόμου του Φο. Για αυτό ακριβώς λέμε ότι: «Ο Μεγάλος Νόμος είναι απεριόριστος».

Ε: Υπάρχουν πραγματικά αυτά που βλέπουμε στο σώμα σας;

Α: Φυσικά και υπάρχουν πραγματικά. Όλες οι διαστάσεις αποτελούνται από ύλη. Μόνο η δομή τους είναι διαφορετική από την δική μας.

Ε: Τα προαισθήματά μου συχνά επαληθεύονται.

A: Αυτή είναι η Εξαιρετική Ικανότητα της πρόβλεψης για την οποία ήδη μιλήσαμε. Στην πραγματικότητα, είναι το χαμηλότερο επίπεδο του Σούμινγκ Τονγκ (πρόγνωση και γνώση του παρελθόντος). Η Ενέργεια Καλλιέργειας που αποκτήσαμε με την καλλιέργειά μας υπάρχει σε άλλη διάσταση όπου δεν υπάρχει καμία έννοια χρόνου ή απόστασης. Έτσι δεν υπάρχει καμία διαφορά ως προς το χρόνο ή την απόσταση.

E: Γιατί κατά τη διάρκεια της εξάσκησης βλέπω ανθρώπους, ουρανό και εικόνες όλα με χρώματα;

A: Το Τρίτο Μάτι σας έχει ανοίξει, και ο,τι είδατε ανήκει σε άλλη διάσταση. Εκείνη η διάσταση χωρίζεται σε διάφορα επίπεδα. Ίσως είδατε ένα από αυτά. Φαίνεται τόσο όμορφο.

E: Κατά τη διάρκεια της άσκησης άκουσα δυνατή έκρηξη και αισθάνθηκα σαν να άνοιξε πλήρως το σώμα μου. Ξαφνικά, κατάλαβα πολλά πράγματα. Γιατί;

A: Αυτό πράγματι συμβαίνει σε μερικούς ασκούμενους κατά τη διάρκεια της άσκησης. Όταν μέρος του σώματός του ανοίγει με έκρηξη, αυτός φωτίζεται σε κάποιες πτυχές. Αυτό ανήκει στη βαθμιαία φώτιση. Όταν έχετε τελειώσει κάποιο από τα επίπεδα καλλιέργειάς σας, είναι φυσιολογικό να ανοίξει με έκρηξη μέρος του σώματός σας.

E: Κατά περιόδους, έχω την αίσθηση ότι δεν μπορώ να κινηθώ. Γιατί συμβαίνει αυτό;

A: Κατά τη διάρκεια του αρχικού σταδίου της καλλιέργειας, μπορεί να έχετε την αίσθηση ότι ξαφνικά δεν μπορείτε να κινήσετε το χέρι σας ή κάποιο ιδιαίτερο μέρος του σώματός σας. Γιατί συμβαίνει αυτό; Επειδή έχετε αποκτήσει την Εξαιρετική Ικανότητα του Ντινγκ Γκονγκ (πάγωμα). Αυτή είναι μια από τις εγγενείς ικανότητές σας και είναι πολύ ισχυρή. Όταν κάποιος έχει διαπράξει αδικίες και φεύγει, μπορείτε να πείτε: «Ντινγκ», και αυτός θα ακινητοποιηθεί αμέσως σαν να έχει παγώσει.

E: Πότε μπορούμε να αρχίσουμε να θεραπεύουμε άλλους; Πριν θεραπεία ασθενείς άλλων και τα αποτελέσματα ήταν πολύ καλά. Από τότε που έμαθα το Φάλουν Γκονγκ, μπορώ να θεραπεύω όσους έρχονται σε μένα για θεραπεία;

A: Νομίζω, για τους ανθρώπους αυτού του σεμιναρίου, ανεξάρτητα από ποιο είδος ασκήσεων έχετε κάνει, πόσο καιρό τις έχετε κάνει ή εάν έχετε φθάσει ή όχι στο επίπεδο να είστε σε θέση να θεραπεύετε ασθενείς, με δεδομένο το χαμηλό επίπεδο στο οποίο βρισκόσαστε, δεν θέλω να θεραπεύετε ανθρώπους καθώς δεν ξέρετε καν ούτε σε ποία κατάσταση βρίσκεστε εσείς οι ίδιοι. Μπορεί στο παρελθόν να είχατε θεραπεύσει ασθενείς άλλων ανθρώπων. Αυτό μπορεί να έγινε επειδή είχατε ψηλό Σίνσινγκ. Επίσης μπορεί να έγινε επειδή κάποιος περαστικός δάσκαλος σας βοήθησε, επειδή κάνατε μια καλή πράξη. Παρά το γεγονός ότι η ενέργεια που έχετε αναπτύξει με την καλλιέργεια, σας βοηθά να κάνετε κάτι, αυτή δεν μπορεί να σας προστατεύσει. Όταν κάνετε θεραπείες, βρίσκεστε στο ίδιο πεδίο με τον ασθενή. Στην πορεία του χρόνου, η μαύρη Ζωτική Ενέργεια θα σας κάνει πιο άρρωστο από τον ασθενή. Εάν ρωτήσετε τον ασθενή «θεραπεύτηκες;», θα σας έλεγε «είμαι λίγο καλύτερα». Τι είδος θεραπεία είναι αυτή; Μερικοί δάσκαλοι Ενεργειακής Άσκησης λένε: «Επιστρέψτε αύριο και πάλι μεθαύριο. Θα σας θεραπεύσω κατά περιόδους». Το κάνουν επίσης σε «κύκλους». Αυτό δεν είναι απάτη; Δεν θα ήταν θαυμάσιο εάν μπορούσατε να περιμένετε έως ότου φθάσετε σε ψηλότερο επίπεδο; Σε οποιονδήποτε κάνετε θεραπεία θα γίνεται καλά. Τι καλά θα ήταν! Όταν θα έχετε ήδη αναπτύξει την Ενέργεια Καλλιέργειάς σας

σε αρκετά ψηλό επίπεδο, και εάν είναι απολύτως απαραίτητο να κάνετε θεραπείες, θα ανοίξω τα χέρια σας και θα κάνω να εκδηλωθεί η Εξαιρετική Ικανότητά σας της θεραπείας των ασθενειών. Εάν όμως πρόκειται να καλλιεργηθείτε προς ανώτερο επίπεδο, σκέφτομαι ότι είναι καλύτερα να μένετε μακριά από αυτά τα πράγματα. Μερικοί από τους μαθητές μου κάνουν θεραπείες, για να προαχθεί ο Μεγάλος Νόμος και να συμμετέχουν σε κοινωνικές δραστηριότητες. Επειδή βρίσκονται πλάι μου και εκπαιδεύονται από μένα, προστατεύονται και δεν πρόκειται να δημιουργηθούν προβλήματα.

Ε: Εάν έχουμε αναπτύξει Εξαιρετικές Ικανότητες, μπορούμε να το πούμε σε άλλους;

Α: Εάν το πείτε σε άλλους που επίσης κάνουν Φάλουν Γκονγκ, υπό τον όρο ότι είστε μετριοφρων, δεν υπάρχει πρόβλημα. Ο λόγος για τον οποίο κάνετε τις ασκήσεις όλοι μαζί, είναι για να μπορείτε να ανταλλάσσετε εμπειρίες και να συζητάτε. Βέβαια, εάν έξω πέσετε πάνω σε ανθρώπους που κατέχουν Εξαιρετικές Ικανότητες, μπορείτε επίσης να τους το πείτε. Στην πραγματικότητα, δεν πειράζει εφόσον δεν καυχήστε. Εάν θέλετε να καυχήστε για το πόσο ικανοί είστε, αυτό θα δημιουργήσει προβλήματα. Εάν καυχήστε για πολύ καιρό η ικανότητα θα εξαφανιστεί. Εάν θέλετε απλώς να μιλήσετε για τα φαινόμενα της Ενεργειακής Άσκησης και να συζητήσετε χωρίς οποιεσδήποτε ανάρμοστες προσωπικές σκέψεις, σας λεω ότι αυτό δεν είναι πρόβλημα.

Ε: Η Σχολή του Φο δίνει έμφαση στην «κενότητα» ενώ η Σχολή του Τάο στην «ανυπαρξία». Εμείς σε τι δίνουμε έμφαση;

Α: Η «κενότητα» της Σχολής του Φο και η «ανυπαρξία» της Σχολής του Τάο είναι κάτι το ιδιαίτερο στις δικές τους μεθόδους καλλιέργειας. Βέβαια και από μας απαιτείται να φθάσουμε σε εκείνο το επίπεδο. Εμείς δίνουμε έμφαση στο να καλλιεργούμε σκοτίμα και να αποκτούμε Ενέργεια Καλλιέργειας χωρίς να το επιδιώκουμε. Η καλλιέργεια του Σίνσινγκ [ήθος] και η απαλλαγή από τις προσκολλήσεις οδηγούν επίσης στην κενότητα και στην ανυπαρξία, όμως δε δίνουμε ιδιαίτερη έμφαση σε αυτά. Επειδή ζούμε στον υλικό κόσμο, πρέπει να βγάζουμε τα απαραίτητα για τη ζωή μας και να εργαζόμαστε. Πρέπει κάτι να κάνουμε. Όταν κάνουμε κάτι, αναπόφευκτα τίθεται ζήτημα καλοσύνης ή κακίας. Εμείς τι κάνουμε; Αυτό που εμείς καλλιεργούμε είναι το Σίνσινγκ, και αυτό είναι το πιο σημαντικό χαρακτηριστικό της μεθόδου μας. Εφόσον ο νους σας είναι δίκαιος και τα πράγματα που κάνετε ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις μας, δεν θα υπάρξει κανένα πρόβλημα με το Σίνσινγκ σας.

Ε: Πώς καταλαβαίνουμε ότι αναπτύσσονται οι Εξαιρετικές Ικανότητές μας;

Α: Κατά τη διάρκεια του αρχικού σταδίου της καλλιέργειας, εάν έχετε αναπτύξει Εξαιρετικές Ικανότητες, θα είστε σε θέση να το αισθανθείτε. Εάν δεν τις έχετε ακόμα αναπτύξει, αλλά το σώμα σας είναι ευαίσθητο και πάλι μπορείτε να τις αισθανθείτε. Εάν κανένα από αυτά δεν συμβαίνει, δεν υπάρχει κανένας τρόπος για να το καταλάβετε. Το μόνο που μπορείτε να κάνετε είναι να συνεχίσετε να καλλιεργείστε με τα μάτια σας κλειστά. Το 60 έως 70 τοις εκατό από τους μαθητές μας έχουν το Τρίτο Μάτι τους ανοιχτό. Ξέρω ότι μπορούν να δουν. Αν και δεν λετε τίποτα, παρατηρείτε με τα μάτια σας ορθάνοιχτα. Γιατί σας ζητάω να κάνετε τις ασκήσεις όλοι μαζί; Θέλω να ανταλλάσσετε εμπειρίες και να συζητάτε μέσα στις ομάδες σας. Αλλά για να είστε υπεύθυνοι απέναντι σε αυτήν τη μέθοδο καλλιέργειας, δεν πρέπει να μιλάτε ασυγκράτητα έξω από τις ομάδες. Ωστόσο, σας προτρέπω να ανταλλάσσετε εμπειρίες ανάμεσά σας έτσι ώστε να βοηθάει ο ένας τον άλλο.

Ε: Με τι μοιάζει το Σώμα Του Νόμου; Εγώ έχω Σώμα Του Νόμου;

Α: Το Σώμα Του Νόμου φαίνεται το ίδιο με το άτομο. Εσείς δεν έχετε Σώμα Του Νόμου τώρα. Όταν καλλιεργούμενοι φθάσετε σε ορισμένο επίπεδο, θα τελειώσετε με το Νόμο του Τριπλού Κόσμου και θα μπειτε σε εξαιρετικά ψηλό επίπεδο. Μόνο τότε θα αναπτύξετε Σώμα Του Νόμου.

Ε: Από τη στιγμή που θα τελειώσει το σεμινάριο, για πόσο καιρό θα μας ακολουθεί το Σώμα Του Νόμου του Δάσκαλου;

Α: Όταν κάποιος μαθητής αρχίζει ξαφνικά να καλλιεργείται σε ψηλότερο επίπεδο, για αυτόν, αυτό αποτελεί κρίσιμη καμπή. Αυτό δεν αναφέρεται στην αλλαγή της σκέψης σας, αλλά ολόκληρης της προσωπικότητάς σας. Όταν κάποιος συνηθισμένος άνθρωπος αποκτά ξαφνικά κάτι που ως συνηθισμένος άνθρωπος δεν θα έπρεπε να έχει, η ζωή του μπαίνει σε κίνδυνο, έτσι έχει ανάγκη από το Σώμα Του Νόμου μου για να τον προστατεύσει. Εάν δίδασκα εδώ για τον Νόμο, χωρίς να έχω την ικανότητα να σας προστατεύσω, θα σας έβλαπτα. Πολλοί δάσκαλοι Ενεργειακής Άσκησης δεν τολμούν να διδάξουν καλλιέργεια, επειδή ακριβώς δεν μπορούν να αναλάβουν αυτή την ευθύνη. Το Σώμα Του Νόμου μου θα σας προστατεύει συνεχώς ώσπου να φθάσετε στη φώτιση. Εάν σταματήσετε στη μέση του δρόμου, το Σώμα Του Νόμου μου, απλώς θα σας αφήσει.

Ε: Ο Δάσκαλος λέει: «Ο μέσος άνθρωπος καλλιεργείται όχι με τις ασκήσεις αλλά με το Σίνσινγκ». Είναι σωστό να λέμε ότι κάποιος μπορεί να φθάσει στη φώτιση εφόσον έχει πολύ ψηλό Σίνσινγκ και ότι οι ασκήσεις δεν είναι πραγματικά απαραίτητες;

Α: Θεωρητικά είναι σωστό. Εφόσον καλλιεργείτε το Σίνσινγκ σας, η Αρετή (Ντε) μπορεί να μετασχηματιστεί σε Ενέργεια Καλλιέργειας. Αλλά, πρέπει να θεωρείτε τον εαυτό σας καλλιεργητή. Εάν όχι, το μόνο που μπορείτε να πετύχετε είναι η συσσώρευση Αρετής. Μπορείτε να είστε σε θέση να συσσωρεύσετε πολύ από αυτήν, και να επιμένετε να είστε δίκαιος άνθρωπος και να συσσωρεύετε Αρετή. Δεν θα ήσαστε όμως σε θέση να πάτε παραπέρα ακόμα κι αν θεωρείτε τον εαυτό σας καλλιεργητή, καθώς δεν θα έχετε μάθει τον Νόμο των ψηλότερων επιπέδων. Όπως όλοι ξέρετε, έχω αποκαλύψει πολλά πράγματα. Χωρίς την προστασία του Δάσκαλου, είναι πολύ δύσκολο να κάνει κάποιος καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο. Θα ήταν αδύνατο για σας να κάνετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο έστω και για μια μέρα. Επομένως, δεν είναι τόσο εύκολο να φθάσει κάποιος στη φώτιση. Όμως, αφότου έχει βελτιωθεί το Σίνσινγκ σας, μπορείτε να εξομοιωθείτε με τα χαρακτηριστικά του Σύμπαντος.

Ε: Ποιος είναι ο βασικός κανόνας που διέπει τη θεραπεία από απόσταση;

Α: Είναι πολύ απλός. Το Σύμπαν μπορεί να διαστέλλεται ή να συστέλλεται και το ίδιο μπορούν οι Εξαιρετικές Ικανότητες. Εγώ παραμένω στην αρχική μου θέση και δεν κινούμαι, όμως οι Εξαιρετικές Ικανότητες που έχω εκπέμπει μπορεί να φθάσουν ασθενείς που βρίσκονται μακριά, ως τις Ηνωμένες Πολιτείες. Μπορώ να είτε να εκπέμπω τις Εξαιρετικές Ικανότητες μου για να κάνουν τη δουλειά είτε απλώς να φέρω εδώ το Κυρίως Πνεύμα (Γιουάνσεν) του. Αυτός είναι ο βασικός κανόνας της θεραπείας από απόσταση.

Ε: Πόσα είδη Εξαιρετικών Ικανοτήτων μπορούμε να αναπτύξουμε;

A: Υπάρχουν περισσότερα από δέκα χιλιάδες είδη Εξαιρετικών Ικανοτήτων. Δεν είναι σημαντικό να γνωρίζετε ή όχι τον πραγματικό αριθμό. Αυτό που έχει σημασία είναι να γνωρίζετε τις αρχές και τον Νόμο. Τα υπόλοιπα, επαφίενται σε σας για να τα καλλιεργήσετε. Δεν είναι απαραίτητο να γνωρίζετε τόσα πολλά ούτε είναι καλό για σας. Οι δάσκαλοι ψάχνουν για αφοσιωμένους μαθητές και αποδέχονται αφοσιωμένους μαθητές. Αυτοί οι αφοσιωμένοι μαθητές δεν ξέρουν απολύτως τίποτα, ούτε οι δάσκαλοι τους λένε. Τους αφήνουν να τα καταλάβουν όλα από μόνοι τους.

E: Στο σεμινάριο, όταν κλείνω τα μάτια μου, μπορώ να σας δω στην εξέδρα. Το πάνω μέρος του σώματός σας είναι μαύρο. Η έδρα επίσης είναι μαύρη. Το ύφασμα πίσω σας είναι ρόδινο. Μερικές φορές περιβάλλεστε από πράσινο φως. Τι συμβαίνει;

A: Αυτό εξαρτάται από το επίπεδο στο οποίο βρίσκεστε, επειδή μόλις ανοίγει το Τρίτο Μάτι, αντιλαμβάνεται κανείς το λευκό σαν μαύρο και το μαύρο σαν λευκό. Σε λίγο ψηλότερο επίπεδο όλα όσα βλέπετε θα είναι λευκά, σε ακόμα ψηλότερο, θα μπορείτε να ξεχωρίσετε όλα τα χρώματα.

5. Δοκιμασίες

E: Οι δοκιμασίες διευθετούνται από το Δάσκαλο για τους μαθητές του;

A: Μπορείτε να το πείτε και έτσι. Αυτές προγραμματίζονται για να βελτιώσουν το Σίνσινγκ [ήθος] σας. Επιτρέπεται να φθάσετε στη φώτιση και να ολοκληρώσετε την καλλιέργειά σας, εάν το Σίνσινγκ σας δεν έχει φθάσει στο απαιτούμενο επίπεδο; Είναι δυνατόν να στείλουμε κάποιο μαθητή του δημοτικού σχολείου στο κολέγιο; Δεν πιστεύω! Εάν σας αφήσουμε να κάνετε καλλιέργεια προς ανώτερο επίπεδο χωρίς να έχει βελτιωθεί το Σίνσινγκ σας με την αληθινή του έννοια, και ακόμα εάν δεν μπορείτε να μην τα παίρνετε όλα στα σοβαρά ή αν δεν μπορείτε να εγκαταλείψετε τίποτα, ίσως να τσακώνεστε με τους φωτισμένους για τετριμμένα πράγματα. Αυτό δεν θα ήταν σωστό! Γι αυτό δίνουμε τόσο πολλή έμφαση στο Σίνσινγκ.

E: Ποια είναι η διαφορά ανάμεσα στις δοκιμασίες των καλλιεργητών και σε εκείνες των συνηθισμένων ανθρώπων;

A: Εμείς οι καλλιεργητές δεν είμαστε πολύ διαφορετικοί από τους συνηθισμένους ανθρώπους. Οι δοκιμασίες σας κανονίζονται με βάση την πορεία σας ως καλλιεργητές. Ο συνηθισμένος άνθρωπος έχει να ξεπληρώσει το δικό του κάρμα, έτσι και αυτός θα περάσει δοκιμασίες. Δεν περνάτε δοκιμασίες επειδή είστε καλλιεργητής. Και οι συνηθισμένοι άνθρωποι περνούν δοκιμασίες. Ωστόσο, οι δικές σας δοκιμασίες είναι έτσι κανονισμένες ώστε να βελτιώνουν το Σίνσινγκ σας ενώ οι δοκιμασίες εκείνων είναι κανονισμένες για να ξεπληρώσουν το καρμικό χρέος τους. Στην πραγματικότητα οι δοκιμασίες προέρχονται από το κάρμα του καθενός. Απλώς, εγώ τις χρησιμοποιώ για να βελτιώσω το Σίνσινγκ των μαθητών μου.

E: Οι δοκιμασίες είναι κάτι σαν εκείνες τις 81 δυσκολίες που πέρασαν ο μοναχός Τάνγκ και οι μαθητές του στο «Ταξίδι προς τη Δύση» [ιστορία καλλιέργειας από το κινέζικο κλασικό βιβλίο «Ταξίδι προς τη δύση»] για να πάρουν τις γραφές;

A: Υπάρχει κάποια ομοιότητα με αυτές. Οι ζωή των καλλιεργητών έχει διευθετηθεί ξανά. Θα συναντήσετε ακριβώς τον αριθμό των δοκιμασιών που έχει κανονιστεί, ούτε

περισσότερες ούτε λιγότερες αλλά δεν είναι αναγκαστικά 81 δυσκολίες. Εξαρτάται από την εγγενή ποιότητά σας. Έχουν κανονιστεί ανάλογα με το επίπεδο στο οποίο μπορείτε να φθάσετε. Είναι πραγματικά μεγάλη δοκιμασία για εσάς να εγκαταλείψετε όλα στα οποία είναι προσκολλημένος ο συνηθισμένος άνθρωπος. Χωρίς άλλο, θα σας κάνουν να εγκαταλείψετε όλα εκείνα στα οποία είστε προσκολλημένοι. Ξεπερνώντας δοκιμασίες, το Σίνσινγκ σας θα βελτιωθεί.

Ε: Τι γίνεται εάν όταν κάνουμε την άσκηση, κάποιοι προσπαθούν να την υπονομεύσουν;

Α: Το Φάλουν Γκονγκ δεν φοβάται την υπονόμηση από άλλους ανθρώπους. Στο αρχικό στάδιο, έχετε το Σώμα Του Νόμου μου που σας προστατεύει, αλλά δεν είναι απόλυτο ότι δεν θα αντιμετωπίσετε τίποτα. Είναι αδύνατο να αναπτυχθεί η Ενέργεια Καλλιέργειας με το να κάθεστε σε έναν καναπέ πίνοντας τσάι όλη την ημέρα. Μερικές φορές όταν αντιμετωπίζετε δυσκολίες, επικαλεστείτε το όνομά μου και θα με δείτε ακριβώς μπροστά σας. Ίσως δεν σας βοηθήσω, επειδή αυτό θα είναι κάτι που εσείς θα πρέπει να υπερνικήσετε. Αλλά όταν θα βρίσκεστε πραγματικά σε κίνδυνο, θα σας βοηθήσω. Ωστόσο, κανονικά, πραγματικός κίνδυνος δεν υπάρχει, επειδή το μονοπάτι σας έχει αλλάξει και τίποτα τυχαίο δεν επιτρέπεται να παρεμβληθεί.

Ε: Πώς πρέπει να χειριζόμαστε τις δοκιμασίες;

Α: Το έχω τονίσει επανειλημμένα: Προφυλάξτε το Σίνσινγκ σας! Εάν νομίζετε ότι αυτό που κάνατε δεν είναι κακό, τότε αυτό είναι καλό. Ιδιαίτερα όταν οι άλλοι παραβιάζουν το συμφέρον σας για κάποιους λόγους, εάν τους αντιμετωπίσετε όπως θα του αντιμετώπιζε κάποιο συνηθισμένο άτομο, θα έχετε γίνει και εσείς συνηθισμένο άτομο. Επειδή είστε καλλιεργητές, δεν πρέπει να χειριστείτε την κατάσταση με αυτόν τον τρόπο. Όσα συναντάτε και βασανίζουν το Σίνσινγκ σας, συμβαίνουν για να βελτιώσουν το Σίνσινγκ σας. Όλα εξαρτώνται από τον τρόπο με τον οποίο χειρίζεστε τέτοιες καταστάσεις και από το αν μπορείτε να διατηρείτε το Σίνσινγκ σας έτσι ώστε να το βελτιώνετε με αυτές.

6. Διαστάσεις και ανθρωπότητα

Ε: Πόσες διαστάσεις υπάρχουν στο Σύμπαν;

Α: Σύμφωνα με όσα ξέρω, στο Σύμπαν υπάρχουν αναρίθμητες διαστάσεις. Όσο για την ερώτηση, εάν υπάρχουν πολύ περισσότερες διαστάσεις, τι υπάρχει σε αυτές και ποιος ζει εκεί, είναι πολύ δύσκολο να απαντηθεί χρησιμοποιώντας τα σύγχρονα επιστημονικά μέσα. Η σύγχρονη επιστήμη δεν μπορεί ακόμα να δώσει ουσιαστικές απαντήσεις. Ωστόσο, μερικοί δάσκαλοι Ενεργειακής Άσκησης και άνθρωποι που κατέχουν Εξαιρετικές Ικανότητες μπορούν να δουν άλλες διαστάσεις επειδή μπορεί να τις δει κανείς μόνο με το Τρίτο Μάτι και όχι με τα φυσικά μάτια.

Ε: Όλες οι διαστάσεις έχουν το χαρακτηριστικό «Αλήθεια-Καλοσύνη-Ανεκτικότητα» (Τζεν-Σαν-Ρεν);

Α: Ναι, όλες. Όποιος δρα σύμφωνα με αυτό το χαρακτηριστικό είναι καλός άνθρωπος, όποιος δρα ενάντια σε αυτό είναι κακός. Όσοι εξομοιώνονται με αυτό, είναι φωτισμένοι.

Ε: Από πού προέρχονται οι πρώτοι άνθρωποι;

Α: Το πρωταρχικό Σύμπαν, δεν είχε τόσα πολλά κάθετα ή οριζόντια επίπεδα. Ήταν απολύτως ομοιογενές. Στην πορεία της ανάπτυξης και της κίνησής του, αναπτύχθηκε η ζωή. Αυτή η πρωταρχική ζωή όπως την αποκαλούμε, βρισκόταν σε συμφωνία με το Σύμπαν. Εκείνα τα χρόνια δεν υπήρχε τίποτα κακό. Το να είναι κάτι σε συμφωνία με το Σύμπαν, σημαίνει ότι είναι το ίδιο με το Σύμπαν και έχει όλες τις δυνάμεις που υπάρχουν σε αυτό. Καθώς το Σύμπαν αναπτυσσόταν και εξελισσόταν, εμφανίστηκαν κάποιοι ουράνιοι παράδεισοι. Αργότερα, όλο και περισσότερες υπάρξεις ξεπηδούσαν. Χρησιμοποιώντας εκφράσεις χαμηλότερου επιπέδου, αυτές σχημάτισαν κοινωνικές ομάδες στις οποίες διαμορφώθηκαν αμοιβαίες σχέσεις. Κατά τη διάρκεια αυτής της εξελικτικής διαδικασίας, μερικοί άνθρωποι άρχισαν να αλλάζουν. Άρχισαν να παρεκκλίνουν όλο και περισσότερο από τα χαρακτηριστικά του Σύνπαντος. Καθώς δεν ήταν τόσο καλοί όσο πριν, οι Εξαιρετικές Δυνάμεις τους αποδυναμώθηκαν. Για αυτό οι καλλιεργητές μιλούν για την «επιστροφή στην αλήθεια», το οποίο σημαίνει επιστροφή στο πρωταρχικό στάδιο. Σε όσο ψηλότερο επίπεδο βρίσκεται κανείς, τόσο περισσότερο εξομοιώνεται με το Σύμπαν και τόσο ισχυρότερες είναι οι ικανότητές του. Με την ανάπτυξη του Σύνπαντος, μερικές υπάρξεις έγιναν κακές. Μια και δεν έπρεπε να εξοντωθούν εστάλησαν σε χαμηλότερο επίπεδο για να περάσουν μερικά βάσανα έτσι ώστε να μπορέσουν να βελτιωθούν και να εξομοιωθούν πάλι με το Σύμπαν. Αργότερα, όλο και περισσότερες υπάρξεις ήρθαν σε αυτό το επίπεδο και η κοινότητα άρχισε πάλι να διαχωρίζεται. Εκείνοι των οποίων το Σίνσινγκ επιδεινώθηκε δεν θα μπορούσαν πλέον να παραμείνουν σε αυτό το επίπεδο και έτσι δημιουργήθηκε για αυτούς άλλο, ακόμα χαμηλότερο επίπεδο. Αυτό συνεχίστηκε με τον ίδιο τρόπο. Καθώς οι υπάρξεις ξέπεφταν, όλο και χαμηλότερα επίπεδα δημιουργούνταν, μέχρι που φτάσαμε στον κόσμο των ανθρώπων, όπως αυτός είναι σήμερα. Αυτή είναι η προέλευση της σημερινής ανθρωπότητας.

Λεξιλόγιο

<i>Α Κιού</i>	Ανόητος χαρακτήρας σε κάποιο κινεζικό μυθιστόρημα
<i>Άντινγκ Σέλοου Κάϊγιαο Λιάνταν</i>	Κατασκευή χοάνης και φούρνου για την καλλιέργεια του ελιξιρίου από συγκεντρωμένα ιατρικά φάρμακα [Ταοϊστική μεταφορά για την εσωτερική αλχημεία]
<i>Γιουάνγκινγκ</i>	Πρωταρχικό και αθάνατο νήπιο
<i>Γιουάνσεν</i>	Κυρίως Πνεύμα
<i>Γκονγκ</i>	Ενέργεια Καλλιέργειας ή μέθοδος καλλιέργειας
<i>Ίνχαι</i>	Καλλιεργημένα νήπια
<i>Μπάιρι Φέισενγκ</i>	Πέταγμα και ανέβασμα υπό το άπλετο φως της ημέρας
<i>Μπέντι</i>	Το φυσικό σώμα και τα σώματα σε άλλες διαστάσεις
<i>Νταν</i>	Ελιξίριο
<i>Ντάνταο Τσίγκονγκ</i>	Ενεργειακή άσκηση κατά την οποία καλλιεργείται το Ελιξίριο
<i>Ντάντιεν</i>	Πεδίο ελιξιρίου [περιοχή στην κάτω κοιλιακή χώρα]
<i>Ντάρμα</i>	Νόμος
<i>Ντάφα</i>	Μεγάλος Νόμος
<i>Ντε</i>	Αρετή
<i>« Φόφα»</i>	Νόμος του Φο [Αρχές του Σύμπαντος]
<i>Παλάτι Νίβαν</i>	Περιοχή της επίφυσης στον εγκέφαλο
<i>Σαμάντι</i>	Διαλογισμός σε κατάσταση έκστασης
<i>Σάνγκεν</i>	Όπου βρίσκεται η γέφυρα της μύτης
<i>Σαν Χουά Τζου Ντινγκ</i>	Δέσμη τριών λουλουδιών πάνω από την κορυφή του κεφαλιού
<i>Σίνσινγκ</i>	Ήθος, Φύση της καρδιάς/νου
<i>Τάο</i>	Μέθοδος, δρόμος
<i>Τιένμου</i>	Το Τρίτο Μάτι

Τζεν-Σαν-Ζεν	Αλήθεια-Καλοσύνη-Ανεκτικότητα
Τσι	Ενέργεια ουσιώδης για την ζωή, Ζωτική Ενέργεια
Τσίγκονγκ	Ενεργειακή Άσκηση [Σύστημα ασκήσεων και διδασκαλίας από την Κίνα]
Φα	Νόμος
Φάλουν	Τροχός του Νόμου
Φάλουν Γκονγκ	Η Μέθοδος του Τροχού του Νόμου
Φάλουν Σιούλιαν Ντάφα	Ο Μεγάλος Νόμος Καλλιέργειας του Τροχού του Νόμου
Φάσεν	Σώμα Του Νόμου
Φο	Φωτισμένος
Φούτι	Κατοχή από πνεύματα