

מה השגת מכל שנות עבודת הטאי צ'י שלך?

התפתחות פנימית היא התוצאה העיקרית של תירגול בהנחייתו של מורה אמיתי. המחיר הוא מאמץ והקרבה. בשנות העשרים המוקדמות שלי, זמן קצר לפני שסיימתי את לימודי באוניברסיטה, כשמאחורי 10 שנות אימונים באומנויות לחימה מערביות וידע מסוים ביוגה ובמדיטציה, החלטתי למקד את חיי בחיפוש אחרי משמעות והתפתחות פנימית. האיגרוף וההאבקות חסרו מימד עמוק יותר. ביוגה היה את העומק אבל היא היתה פסיבית מדי בעוד שבמדיטציה כשלעצמה, ללא אימונים נוספים שישלימו אותה, היה חסר איזון. ניסיתי כמה מהשיטות היפניות אך אופיין החמור, הנובע מהתרבות היפנית, גרם לי לפנות אל האומנויות הסיניות – שם התחלתי להתאמן בטאי צ'י. הטאי צ'י, לפחות אופן הלימוד של מאסטר הואנג שנג-שיאן (Master Huang Xingxian), ענה על כל ציפיותי מבחינת האיזון והתמיכה בהתפתחות הפנימית.

איזה היבט מהיבטי הטאי צ'י מעניין אותך במיוחד כיום?

רק התודעה (mind) ומה שמעבר לה מעניינים אותי. התחום שבו בחרתי לעזור לאנשים הוא איך להביא את הגוף להיות תחת שליטת התודעה. באופן אישי, ככל שהתודעה הולכת ומעמיקה אל עבר המקור שלה, כך ממקד אליו התהליך הזה את ההתענינות שלי. ההיבטים של בריאות והגנה עצמית, מעניינים אותי הרבה פחות.

האם ה'תמונה' שיש לך על הטאי צ'י השתנתה בהרבה במשך 30 השנים האחרונות?

לא באמת. כשהתחלתי ללמוד טאי צ'י לא ראיתי אותו באמת כפי שהוא. רק ידעתי שהוא אחד מאמנויות הלחימה ה'פנימיות' הסיניות המבוססות על עקרונות דאואיסטים, שמטרתן התפתחות פנימית. לאחר שפגשתי אחד מהמורים שלמדו אצל מאסטר הואנג, שהפגין באופן חד משמעי ידע ויכולת מעבר לכל מה שראיתי במהלך 10 שנות החיפוש שלי שקדמו לכך ואחר כך, כאשר פגשתי את מאסטר הואנג בעצמו, ידעתי שמצאתי את אשר חיפשתי.

מה היא פילוסופיית ההוראה האישית שלך?

חשוב לעודד את התלמידים לעשות מאמץ, כדי שירחיבו את הגבולות החיצוניים שלהם וגם כדי שיכנסו עמוק יותר לתוך עצמם. חשוב לוודא שהתלמידים מבינים מדוע הם מתרגלים תרגילים מסוימים ולאן יוביל אותם תרגול זה. בראותם את הדרך הנפרשת לפניהם ובראותם את התכלית שמאחורי ההליכה לשם יוכלו בהדרגה להשתחרר מהתלות בי. ההבנה הזו תגן עליהם בעתיד מפני לכתם שולל אחרי מורים חסרי מצפון. כמו כן, חשוב להכיר באחריות המוטלת על מי שנעשה מורה. התרגול הינו עבור ההתפתחות שלך בעוד שההוראה, מטרתה לעזור לזולת. אם אתה מתאמן על מנת להפוך למורה או, אם אתה מלמד כדי להרוויח כסף או

כדי לעשות שם לעצמך, לא יתרום הדבר להתפתחות הפנימית שלך וגם לא להתפתחות של הזולת.

מה הן תוכניותיך לעתיד לגבי הוראת הטאי צ'י באירופה?

מבין האנשים הרבים שבאו לסדנאות שלי בהתחלה, אני מתמקד כעת בכ- 100 תלמידים שבחרתי. אלו תלמידים שהיו מוכנים להתאמן במה שלימדתי. מטרתי היא להדריך אותם היטב עד אשר יוכלו לעמוד ברשות עצמם. אם 100 תלמידים אלה באמת יבינו את השיטה כמו שצריך, יגלו את הדברים בגוף שלהם ויעבירו את זה הלאה לתלמידים שלהם אזי נוכל להתמקד בהיבטים העמוקים יותר. לפי ניסיוני ולפי ניסיונו של מורי דרושה תקופה של כ- 14 או 15 שנה של אימון עקבי לפני שתלמיד יוכל ללמד באופן עצמאי. התאמתני בהדרכתו של מאסטר הואנג במשך 20 שנה, עד למותו בשנת 1992, וזהו הבסיס לעזרה שאני מציע. כאשר הגעתי לראשונה לאירופה היו הרבה מורים שנסיונם באימונים היה דל למדי כתוצאה מכך שעברו ממורה למורה, לעיתים תכופות, ואז גם הוסיפו את ה"רעיונות המבריקים שלהם" לתוך הערבוביה הזו. בעיה נפוצה נוספת היא תלמידים שלומדים במשך 5 או 6 שנים ואז מעריכים את יכולותיהם יתר על מידה. כאשר אני מאתגר הערכה עצמית שנויה במחלוקת זו הם מתרגזים, מחליטים שלפתע אינני יודע דבר, ואז הולכים ומלמדים באופן עצמאי. דבר זה הוא בעייתי עבורם ומסוכן עבור התלמידים שלהם, שכלפיהם יש לי מידה מסוימת של אחריות. גם המורה שלי, מאסטר הואנג, היה צריך להתמודד עם שורה ארוכה של אנשים כאלו.

מה הם ההיבטים העמוקים יותר?

ההיבטים העמוקים יותר שייכים לתודעה ולמה שמעבר לה. יש שלוש רמות ברורות בטאי צ'י: זו של הגוף, זו של התודעה וזו שמעבר לתודעה (הרוח). אני מנסה ללמד את הרמה של הגוף בצורה יסודית, להוביל הלאה אל האזורים של התודעה ובה בעת להציג, כל הזמן, את ההיבטים הרוחניים.

מה הם הדברים החשובים ביותר שבהם יש להתאמן ברמות השונות?

המטרה היא לאחד את הרמות השונות ולא לעבוד בנפרד על אף אחת מהן. קודם כל יש ללמוד כיצד לנוע עם הגוף באופן חלק, אחר כך יש ללמוד איך לשחרר (release) ואיך למקם (align) את המפרקים. אחר כך יש ללמוד איך למצוא את הכוחות (forces) בתוך הגוף ולצרף את התודעה לכל אלו. לאימון גופני גרידא אין מקום בטאי צ'י.

אחר כך מגיע האימון של התיאום באנרגיה-תודעה ויותר מאוחר, בא האימון של החלק העמוק ביותר של התודעה. בד בבד, אפשר לתת מקום לצמיחת החיבור בין התודעה העמוקה לבין הרוח.

מה אתה מלמד מבחינת התודעה?

אפשר לומר על כך דבר או שניים, אבל רק תוך כדי תרגול תתאפשר הבנה אמיתית. יש 'מודעות' ויש 'כוונה' בהרבה רמות, מהשטחית ביותר ועד לעמוקה ביותר. 'מודעות' ו'כוונה' מתחברות ופועלות באופן הדדי כדי להביא לתגובה. לרוב, אנשים מתאמנים בטאי צ'י מתוך סוג כלשהו של 'מודעות' אבל רק לעיתים רחוקות הם מתרגלים את ה'כוונה'. פעולה המלווה ב'מודעות', משמעותה, גוף פעיל ותודעה סבילה בעוד שפעולה המלווה ב'כוונה', משמעותה, תודעה פעילה וגוף סביל.

התרגול המיוחד של כוונת התודעה (Yi) נשמר בכוונה בסוד ע"י המורים של פעם. כך למשל, מאסטר הואנג ומאסטר מא (Master Ma) שמרו את זה עבור תלמידי בית הספר הפנימי שלהם והעבירו סוד זה למעטים מבין אלפי התלמידים שלהם. זו הסיבה ששיטה זו של פיתוח הכוונה אינה מצויה בדרך כלל בתרגול הקיים בסין או במערב, למרות שלמרבית התמיהה מתייחסים אליה בכתבים הקלסיים כאל הדבר החשוב ביותר. גם כאשר מלמדים אותה, על התלמידים לתרגל אותה תקופה ארוכה לפני שהם מתחילים בכלל למצוא אותה בתוך עצמם וליישם אותה באופן יותר עמוק.

האם עבודה חופשית ב'ידיים דוחפות' (pushing hands) יכולה לתפוס את מקומה של עבודה מובנית ב'ידיים דוחפות'?

מוטב להתאמן בעבודה מובנית ב'ידיים דוחפות' (fixed patterns pushing hands) וללמד את הגוף ואת התודעה את התגובות הנכונות בתנאים מבוקרים. כשמתאמנים ב'ידיים דוחפות' באופן חופשי רק משתמשים ביכולות הקיימות, תוך כדי נסיון להיות מהירים יותר וחזקים יותר. דבר זה מביא להתקבעות ולהתבססות ביתר שאת של התגובות הבלתי יעילות שבהן רגילים להשתמש. רק כאשר התגובות מתחילות להשתנות בהתאם לעקרונות של הטאי צ'י, או אז אפשר להתאמן ב'ידיים דוחפות' באופן חופשי, בצורה עדינה ומבוקרת, על מנת להגביר את הטבעיות של תגובות אלו.

אנא הסבר את חשיבותו של המעגל האנכי לעומת המעגל האופקי

המעגל האופקי מכיל את התנועות החיצוניות של הגוף שכוללות את מיקומו מחדש של ה'מרכז' (center). מאידך - במעגל האנכי השינויים הפנימיים מתרחשים בתוך התודעה ובתוך הגוף ומביאים לשינויים עדינים בגובה של הגוף ובכוחות האנכיים שלו, בעוד הגוף עושה את התנועות החיצוניות. השינויים הפנימיים, בצורתם הפשוטה, הינם התכווצות שגורמת לתנועה ובעקבות זה, לשחרור (release), דבר אשר מאפשר לגוף להתנדוד (swing) או להמשיך ולנוע תחת השפעת המומנטום וכוח הכובד. ההתכווצות מפיקה גם כוח אופקי וגם כוח אנכי משום שהגוף עובד כנגד הקרקע כדי לנוע. לתנועות מהירות יותר דרוש כוח אופקי רב יותר שמצריך כוח אנכי רב יותר שיביא לעלייה קלה בגוף. כאשר נעים לאט בתוך רצף התנועות המרכיבות את ה'תבנית' של הטאי צ'י (tai ji Form) כוח הכובד מתגבר על ההתרוממות הזו כך שיתכן שלא מפתחים את הרגישות הנחוצה כדי לחוש זאת. כאשר יש צורך לנוע במהירות, הכוח האופקי מתגבר על כוח הכובד ומרים קצת את

הגוף ובעקבות זאת, הגוף שוקע בהדרגה כאשר גל ההתכווצות חולף. אנשים רבים מגלים זאת בעצמם וצינג מן-צ'ינג (Zheng Manqing) אף הזכיר זאת באחד מספריו אבל, בשלב השני הזה של שחרור או התנוודות, מסתתרים בעצם שלושה שלבים שאותם מצליחים להבין רק לעיתים רחוקות.

אנא הסבר את המצבים השונים של השרירים וכיצד הם משפיעים על הכוחות בתוך בגוף.

השרירים נעים במחזוריות של כיווץ (contract), שחרור (release), מתיחה (stretch) ו'שחרור-המתיחה' (unstrech) בעוד שהתודעה נעה במקביל במחזוריות של ריכוז, הרפיה, שקיעה והתרוקנות, ובנוסף, ישנו מצב נייטרלי בכל אחד משני המחזוריים הללו ובסך הכל, כל מחזור כולל חמישה שלבים. הבנה מעשית של זה יכולה לבוא רק באמצעות לימוד ממושך. מחזוריות זו של התודעה ושל הגוף היא הבסיס לכל מה שמאסטר הואנג לימד אותי במשך 20 השנים שלמדתי אצלו. אם לא מבינים את חמשת המצבים אז קשה למצוא את היכוח האלסטי הרגועי (relaxed elastic force) של הטאי צ'י. לרוב מלמדים שיש רק 2 מצבי שרירים: של התכווצות ושל הרפיה. אם אתה מכיר רק את שני אלה אתה תילכד בתוך הזוגות המנוגדים, היין והיאנג. אם אתה לוקח בחשבון רק את קיומם של שני אלה או אם אתה מנסה לצרף את שני אלה, כמו באופן שבו, קודם מכווצים ואחר כך מרפים או מרפים באופן חלקי, כי אז החיפוש אחר היכוח האלסטי המשוחרר נדון מראש לכישלון. רק לעיתים רחוקות מדברים על מתיחה ועל 'שחרור-המתיחה' (stretch & unstrech) ורק לעיתים רחוקות מבינים זאת. השינויים המקבילים במצבי התודעה הינם נעלם גדול עוד יותר.

אנא הסבר את מצבי התודעה השונים שיש לתרגל ב'תבנית'.

לא, אני לא באמת יכול להסביר את זה. יש לתרגל אותם עם מישהו שמבין אותם. מה שאני יכול לומר הוא שקודם כל, יש להקשיב היטב לגוף. לא ההקשבה הרגילה הנובעת מהרמה השטחית של התודעה. יש לחפש תחושות גופניות אמיתיות כמו חום, לחץ ומציאת תנוחה באופן בלתי חזותי (non visual positioning). זהו הצעד הראשון ויש הבדל ניכר בין זה לבין סוג תחושת המודעות הגופנית שאותה חש האדם הממוצע המתאמן בטאי צ'י. הגברת הריכוז ברמה של מודעות יומיומית רגילה היא שיטה מוטעית שרק מקשה להיכנס יותר עמוק בהמשך. למרבה הצער, הרבה שיטות מודרניות של מדיטציה מלמדות להעריך ולחזק, בדיוק, את המודעות השטחית הזו. האגו מתבונן בתפיסה השיטחית, ראייה, שמיעה וכו' ומרגיש שהוא רואה את המציאות "כמות שהיא". זו אינה דרך אמיתית. כל אחד מהמורים שלי דבר על הטעות הזו והנסיון שלי מאשר את מה שהם אמרו.

בכל רמה של טאי צ'י קיימת הסתירה בין 'לעזוב' (letting go) לבין להשאיר בשליטה. מה אתה חושב על זה ואלו דרכים אתה מציע על מנת לעבוד על זה?

הפרדוקס של איך לצרף את היין והיאנג הוא נושא מרכזי בטאי צ'י. למשל לכווץ- לשחרר או להיות בשליטה-להיות טבעי. מה שמחפשים איננו יותר יין או יותר יאנג, או תערובת שלהם, כי אם משהו חדש. אפשר לכנות זאת יין-יאנג כדבר אחד. זה נראה כמו תערובת של השניים אבל זהו דבר שונה, כי למעשה נהיה כאן דבר שלישי. זו אף פעם לא שאלה של "האחד נכון והאחר שגוי" אלא זהו צירוף סימולטני של השניים שממנו יוצא משהו יותר מעודן. כאשר מפיקים את כוח הטאי צ'י (Jin) יש משיכה פנימה ושליחה החוצה בעת ובעונה אחת. המצב של מתיחה הוא למעשה מצב חדש אשר נוצר בתוך השריר. המצב של מתיחה מאפשר את הנסיגה (yielding) ובו בזמן מפיק את הכוח - אין זה צרוף פשוט של התכווצות והרפיה בזמן ובמרחב. אותו הדבר קורה גם כאשר 'עוזבים' ונשארים בשליטה. ה'עזיבה' שמפריעה להישאר בשליטה איננה ה'עזיבה' שלה אנו זקוקים. השליטה שמפריעה ל'עזיבה' איננה השליטה שלה אנו זקוקים. צריך למצוא את מה שיאפשר שליטה גדלה והולכת ובאותו זמן יאפשר 'עזיבה' הולכת וגדלה.

מדוע חשוב לתאם (align) את הגוף?

חשוב לתאם את המפרקים בכל הגוף בזמן שהכוחות עוברים דרכו. אין צורך לתאם כאשר סתם נרגעים. תאום המפרקים בכל הגוף יוצר קו המקשר בין הקרקע לבין נקודת היישום (point of application) ואשר מאפשר לכוחות לעבור דרך הגוף מבלי שיפיקו התכווצות, התנגדות או כאב. למשל, עמוד שדרה ישר ואנכי מאפשר לכוחות האנכיים, החזקים ביותר להתרומם מהקרקע. בדרך כלל, כשמזדקנים, מאבד עמוד השדרה את גמישותו והקימורים גדלים וגורמים לבעיות בדיסקים. שחרור ותאום במהלך ה'יתבנית' ותירגול של תרגילי עזר יכולים להפוך תהליך זה על פניו.

מהי חשיבותו של יצירת בסיס טוב?

הכוחות הפנימיים בטאי צ'י עובדים מהקרקע, כלפי מעלה וכלפי מטה. ללא בסיס טוב אי אפשר למצוא את הכוחות הללו ואי אפשר להמלט מהשימוש בכוחו ובמשקלו של הגוף העליון אשר יתבטאו בהטית הגוף ובתנועה רבה מדי ברגע בו שולחים החוצה (issue) את הכוח. רק כאשר הגוף יציב אפשר באמת לשחרר את פלג הגוף העליון ולמצוא את המעגל האנכי. רק כאשר הגוף יציב ביותר אפשר להתרכז עמוקות בתוך התודעה באותו הזמן שנמצאים בעיצומה של פעולה.

למה חשוב שהגוף יהיה משוחרר?

כאשר תינוקות נולדים הם נמצאים במצב משוחרר אך אין הם יודעים כיצד לנוע. הדבר הראשון שהם לומדים על מנת לשרוד הוא יכולת סבירה להניע את גופם ודבר זה כרוך בהתכווצות. כולם לומדים את זה אבל יתכן שלעולם לא ילמדו כיצד לשחרר. כתוצאה מכך נשארים שיירי ההתכווצות בגוף ומצטברים בו וכשמתבגרים, כל הגוף הופך מכווץ וחסום. כצעד מנע צריך, קודם כל, ללמוד איך לשחרר את שיירי ואת הרגלי ההתכווצויות. או אז, כאשר מכווצים, יש ללמוד איך לשחרר זאת לגמרי, מיד אחר כך. שיירי ההתכווצויות חוסמים את זרימת הדם ואת זרימת

האנרגיה, כמו גם, מתערבים בתנועות שבאות לאחר מכן. ודאי, שכאשר הכוחות זורמים מהקרקע דרך הגוף, צריך שתהיה יכולת לשחרר לחלוטין התכווצויות קודמות על מנת לאפשר את המתיחה ואת 'שחרור-המתיחה' החצי אוטומטיות.

מדוע חשוב לדייק ב'תבנית'?

הסיבה העיקרית לכך היא הצורך לאמן את השליטה של תודעה-גוף ברמה הראשונה. את זה משיגים על ידי הצבה מדויקת של הגוף בהתאם לכוונה ברורה של התודעה, בין אם זה זיכרון אצור של התנוחה או שזו כוונה חדשה באותו הרגע. אצל מתחילים, התודעה מתכוונת לדבר אחד והגוף עושה דבר אחר. הדיוק הוא הצעד הראשון בתרגול השליטה של תודעה-גוף, כמו גם הצעד הראשון במציאת סוגי התנוחות שיאפשרו העברה רבה יותר של הכוחות, הלך וחזור מן הקרקע.

פטריק, האם תוכל לדבר אודות המורים העיקריים שלך?

בתחילת דרכי התברר לי יותר ויותר שאני צריך למצוא מורה שיודע לאן פניו מועדות מהבחינה הרוחנית. התחלתי ללמוד את הטאי צ'י של מאסטר הואנג וזמן קצר לאחר מכן התחלתי ללמוד אצל מורה סופי (Sufi). הוא היה שייח' על פי מסורת הנאקשיבנדי מאפגניסטן, וחלקים נוספים מהתורה שלו באו מהמסורת של גורד'ייף. המשכתי ללמוד אצל שני האנשים הללו עד ליום מותם (מאסטר הואנג – ב-1992 והסופי - ב-1987). מורים אחרים שהשפיעו עלי במידה מסוימת הינם, יוגי זקן החי במדבר בהודו, אשר אותו אני מבקר מפעם לפעם וקדוש דאואיסטי זקן הנמצא במקום נסתר בסין ואיננו מוכר במערב. מאסטר מא יואה-לייאנג אשר שהה 6 חודשים בניו זילנד ויותר מאוחר ביקרתי אותו בסין עזר לי גם הוא. כמו כן, אני נמצא בקשר קרוב ב-15 השנים האחרונות עם מאסטר ני הוואה-צ'יאנג. הוא הכיר את יאנג שואו-הואו ואת יאנג צ'נג-פו והיה ידיד קרוב של צ'נג מאן-צ'ינג. כל המורים האלו דחפו אותי ללמד. לא הייתי מעז לכוון את חייהם של אנשים אחרים ללא המנדט שלהם.

ובחזרה אל תרגול הטאי צ'י – מהי מטרת ה'ידיים הדוחפות' (pushing hands)?

מטרת ה'ידיים הדוחפות' היא פיתוח הרגישות. מטרת ה'תבנית' היא פיתוח החוזק הפנימי. אלו הן המטרות המקוריות אבל, תלמידים שלא למדו כהלכה, הופכים את זה על פניו ומתאמנים ב'תבנית' בקלילות, עם מודעות אך ללא כוונה, ומחפשים את הרגישות. אז, הם משתמשים בצרוף של כוח ומכניקה אלמנטרית ב'ידיים דוחפות' בניסיון למצוא חוזק פנימי. האימון ב'ידיים דוחפות' מלמד להרחיב את המודעות על מנת לכלול בה את הזולת. הוא מאפשר לתרגל את המודעות ואת התגובה הנכונה לכוונת בן הזוג, בעוד שב'תבנית' הכוונה היא זו אשר יוצרת את התנועה כמענה על הרצף התנועתי האצור בזיכרון של הגוף. במשך הזמן ובאמצעות השיטה הנכונה הופכים להיות רגישים לכוונה לנוע כפי שהיא מתבטאת בגופו של בן הזוג, בשדה האנרגטי שלו ובתודעתו. 'ידיים דוחפות' הינה גם שיטת לימוד שבה התלמידים יכולים לעבוד עם המורה באופן הדדי וללמוד מהמגע הזה.

האם אי פעם השתתפת בתחרות של 'ידיים דוחפות'? מה הן תחושותיך לגבי תחרויות?

מעולם לא התחריתי בתחרות של 'ידיים דוחפות' אך בעולם הסיני, בדרך כלל, כאשר עובדים ב'ידיים דוחפות' הדבר מלווה בתחרותיות רבה וזאת בהתחשב בעובדה שמרבית התלמידים והמורים באסיה למדו ב'בתי הספר החיצוניים' של המאסטרים הטובים (בניגוד לבתי הספר הפנימיים). כשהייתי באסיה היינו הולכים לעיתים קרובות אל הפארקים בסופי שבוע, שם נהגו להפגש אנשי טאי צ'י מאסכולות רבות ושונות. למרות שהכונה שלנו היתה ללמוד, היתה תחרותיות רבה בסיטואציה הזו. כאשר ביקרתי מורים שונים בסין התפרש הדבר פעמים רבות, בטעות, כקריאת תיגר והיה קשה להתחמק מהתמודדות רצינית ב'ידיים דוחפות'. צפיתי בתחרויות ונראה, שהן מעוררות וגורמות להיבטים הכי גרועים של הטאי צ'י. מה שאנשים עושים, התחרותיות והצורך הנואש לנצח, נמצא בסתירה לעקרונות הבסיסיים. אני לא מאמין שאפשר ללמוד מכך משהו בעל ערך. יש כאלו החושבים שזה מלמד אותם להתמודד עם אנרגיה תוקפנית או עם סיטואציה תוקפנית אבל, לפי מה שראיתי, הם הופכים להיות בעצמם ליותר תוקפנים. הסיטואציה התוקפנית מעוררת את התוקפנות כך שהתוצאה היא בדיוק ההפך ממה שמקוים להשיג. אנשים דורסניים מוצאים בכך צידוק להתנהגות שלהם ועולים במעלות הגופים שמארגנים את התחרויות ומנציחים בכך את דפוסי ההתנהגות האלו.

מדוע צריך לפתח את התודעה העמוקה (deep mind)?

התודעה השטחית או המודעות היומיומית הנורמלית הינה למעשה תודעה של המוח. התודעה האמיתית על כל חלקיה מתקיימת בשדה האנרגטי, לא במוח. כאשר מתים, התודעה השטחית נעלמת עם המוח אך ההיבטים העמוקים יותר של התודעה ממשיכים להתקיים ולתפקד בשלוש רמות שונות. יש את התודעה הקשורה לגוף, יש את התודעה הקשורה לשדה האנרגטי וישנה האינטליגנציה של התודעה. האינטליגנציה של התודעה העמוקה מתפקדת באמצעות שלושת ההיבטים האלו. היא מתחברת למוח ולגוף באמצעות שלושת ההיבטים האלו אך היא שונה לגמרי מהמוח. התודעה העמוקה, הכוללת את החלקים העמוקים של השדה האנרגטי, היא האני האינדיווידואלי האמיתי שלך. היא נולדת בגוף על מנת לפתח את השדה האנרגטי שלו ואת האינטליגנציה הקשורה אליו. זוהי מטרת החיים. לא לזכור את זה, משמעו, לבזבז את חייך.

אם כן, האם היית אומר שזוהי המטרה העיקרית כאשר מתאמנים בטאי צ'י?

על פי הכתבים הקלאסיים, המטרה העיקרית כשמתאמנים בטאי צ'י, הינה להשיג אריכות ימים אשר משמעותה, לפי התורה הטאואיסטית, הינה להיות בן אלמוות או, להגיע ליכולת לשרוד לאחר המוות בגוף היהלום. הבודהיסטים מדברים על ההארה אשר משמעותה ליצור גוף של אור למען אותה מטרה. אחרי המוות אתה ממשיך לחיות בגוף האנרגטי בדרך זו או אחרת. אם הגוף האנרגטי שלך מתחזק ומתעדן באמצעות המאמץ הנכון לאורך ימי חייך, הופכים ההיבטים העמוקים שלך בלתי תלויים בגוף ומחוסנים מפני המוות בגוף האנרגטי שהתגבש. אם לא הגעת לזה אזי, או שתפוגג בהדרגה ותחדל להתקיים קיום אינדיווידואלי, או, שתיוולד מחדש

בגוף כדי לנסות שוב להימלט מהמחזורים של לידה ומוות. זוהי האמת של החיים. כל המורים האמיתיים מבינים זאת היטב. מטרות אחרות של הטאי צ'י הן שוליות ונוצרות על ידי אנשים בחיים הרגילים, לרוב, כדי לטפח את הגוף ולדאוג לנוחיותו או כדי להשיג עצמת לחימה ואת הכבוד המפוקפק הנלווה לכך. למרבה הצער, הדגש על הבריאות או על הגנה עצמית רק עלול לגרום לתודעה להיקשר לגוף ביתר שאת, לחזק את האגו ולחסום את ההתפתחות הפנימית.

כיצד יכולים אלו המתעניינים במושגים שלך ליצור קשר עם הלימוד שלך?

אני לא מפרסם באופן נרחב אבל יש מספיק אינפורמציה מסביב, כמו הראיון הזה, כמו הספרים שלי וכמו התלמידים שלי שמלמדים. אם מישהו מגלה עניין אמיתי, אם עושים מאמץ לחפש ואם נוצר הד פנימי עם התורה הזו, כי אז אין ספק שהתודעה העמוקה של מי שמחפש תארגן את ההזדמנות ליצור קשר.