

Formandens beretning 2016: Tao Qigong - fokus på træningen som en undersøgelsesmetode.

Når vi i foreningen dyrker og udbreder Qigong, møder vi også mennesker, som tænker at Qigong har en særlig mission..... udfylder en bestemt form for opgave, - at man kan bruge Qigong som en kur mod bestemte lidelser, ubalancer eller skavanker

Men når man virkelig får Qigong ind under huden, kommer man til at se på øvelserne på en anden måde. Jeg har ikke selv haft lyst til at gøre noget bestemt med Qigong i fht. et bestemt problem, hverken som underviser eller trænende. Og jeg oplever ikke, at Tao Qigong gør noget bestemt for mennesker.

Som mange-årig dyrker af Qigong føler jeg, at Qigong tilbyder definerede redskaber til at gå sammen med sig selv eller andre mennesker ud af en vej, som vi ikke kan vide, hvor fører hen – men som ender med, at alle finder noget mere af sig selv og lærer at påskønne det, de møder på rejsen – uanset hvad det måtte være..... Og at vi heles derved !

Jeg vil gerne invitere Carl Gustav Jungs ord ind her: *Hvis du føler, at du går på en vej, hvis retning er sikker, går du helt sikkert på en andens vej.* Jeg elsker den boblende humor, der ligger i ordene. og jeg har ofte brugt ordene til mig selv, når jeg blev usikker på, hvad jeg var i gang med at foretage mig.

Jeg siger dette her i årsberetningen, fordi det seneste år har været et forenings-år, hvor mange trænende har fået erfaringer med at rumme uvished og lade sig vejlede indefra, og har opdaget at denne indre vejleder er en stærk heler. At møde op uden at gribe ind og lade sig lede indefra er det, der i Qigong forstås ved det taoistiske udtryk: Wuwei.

I vores formålsparagraf stemmer vi i dag på Generalforsamlingen om, at der kommer til at stå, at det vi dyrker, udbreder og fremmer..... er et *helende koncept ifølge* Taoistisk Vandmetode Qigong.

Det er et koncept, som ud over at indeholde Vandmetode-Qigong også involverer krop-bevidsthed og som stiller bestemte emotionelle og mentale spørgsmål – og det indikerer netop i særdeleshed, at vi har at gøre med en undersøgelsesmetode og ikke en bestemt medicin. Vi understreger hermed, at vi dyrker, udbreder og fremmer en **UNDERSØGELSESMETODE** – og ikke en medicin, som kan kurere noget bestemt, udføre en bestemt opgave/ har en bestemt mission.

Tao Qigongs koncept er og bliver en undersøgelsesmetode. Med metoden undersøges og afsløres der, hvor i kroppen der er blokeringer, - men metoden giver ikke svar på, hvad blokeringen fortæller og hvordan det forløses i det enkelte menneske – det er alene kroppen selv, der giver det svar/har den medicin – og svaret er forskelligt fra det ene menneske til det andet.

Her kan vi læne os op ad Helings-principperne i Homøopatien og kinesiologyen Andrew Veritys beskrivelser af Heling, hvor det også pointeres at selve helingen kommer fra mennesket selv.

En undersøgelsesmetode som Tao Qigong stiller altså en del spørgsmål og individet giver svaret. Taoister er ikke religiøse, de giver ingen svar, - de er filosofiske, de stiller spørgsmål.

Mange mennesker, der har deltaget i Tao Qigong-undervisningen, har stillet spørgsmål som: hvad gør denne øvelse godt for?

I spørgsmålet genkender jeg behovet for viden – behovet for at have styr på tingene – mit svar bliver altid noget i retning af:

- Den kan hjælpe dig til at finde centrering i din krop.
- Den undersøger din tilstand i mellem bugen og hjertet.
- Den arbejder med din polære balance.
- Den åbner dig for den psykiske historie, der for dig ligger i at være en kat, en drage, en tiger.... Eller hvad der nu er for en arketype, vi arbejder med.
- Den løsner op for stramhed omkring et bestemt organ eller bestemt dele af din rygsøjle. Hvad der kommer ud af at få løsnet op, ved du.
- Den 0-stiller dig, så du glemmer dagens ydre skærmysler og bliver åben for den indre verden.

Ved at få bestemte svar, opnår du kun viden. Viden er ikke vigtig i Qigong – det er derimod erfaring. Erfaring kommer af at stille og undersøge spørgsmålene.

Med Tao Qigong får du således et redskab til at se flere muligheder og at glemme alt om gamle tros- og videns-relaterede begrænsninger.

Jeg vil sende mit håb til, at foreningsarbejdet i træningsgrupperne og i bestyrelsen i 2016/17 bliver et arbejde, hvor vi ser efter mulighederne, bliver ved med at høste erfaringer og bliver ved med at stille nye spørgsmål – hellere end at vi ser efter begrænsningerne, tror blindt på det vi ved og kommer med alle svarene.

Megen Qigong i DK udnytter ikke den terapeutisk force, som ligger latent i Qigong – megen Qigong bruges blot som et afspændende og groundende supplement til meditation og mindfulness, - hvor man lettere kan arbejde med Qigong ud fra viden og komme med svar.

Vi står foran en vigtig konkretiserings-opgave mht. hvordan vi kommer ud med Qigong til andre mennesker, som virkelig søger den HELENDE/TERAPEUTISKE bistand, som Qigong kan give, og som Tao Qigong står for.

Jeg kan mærke, at det kan blive et meget givende og inspirerende arbejde for bestyrelsen og for alle medlemmerne i foreningen – samt alle de nye mennesker, vi møder på vejen i dette arbejde.

Formanden, Tao Qigong Himmerland, Jonnah M. A. Nielsen