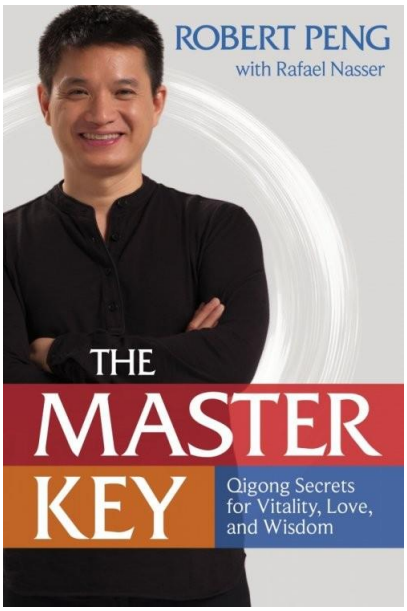
© Lars Henrik Rasmussen
www.kropsaand.dk

Anbefaling af bog: ”The master Key” af Robert Peng



Da Jihui Peng’s - eller Robert Peng, som hans ”vestlige navn” er - mester, Xiao Yao, sagde, at han var parat til den store indvielse, var det både med en stor begejstring og en stor ængstelse, at han modtog hans besked. ”Er jeg nu parat til den udfordring?”, tænkte han, men den reaktion var meget forståelig, for den Biguan praksis som hans mester mente, at han nu skulle gennemføre, var også en prøvelse ud over de flestes forstand og formåen: 100 dages faste i en mørk sten hule. Han blev ledt gennem snævre gange til kammeret, som var placeret lige under templets store statue af den gyldne Buddha og Guan Yin, den kinesiske gudinde for medfølelse. Hver dag fik han et kort besøg af sin mester, som ville tænde en røgelsespind og heale ham med Qi. De første 20 dage af praksissen fik han tre dadler om dagen, som han kunne indtage sammen med al det vand han ville, og ellers var menuen meditation og Qigong praksis.

Efter lidt tilvænning oplevede han, at den Qi som hans mester gav ham på hans daglige besøg ved at aktivere nogle energipunkter, dadlerne og hans egen energipraksis var nærende nok til, at han ikke følte sult eller andre savn.

En af dagene spiste han en af dadlerne meget langsomt. Første duftede og følte han på frugten og langsomt spiste han dadlen for efterfølgende at beholde daddelstenen i munden. Mens han hvilte sig med stenen i munden, fik han en klar række af billeder. Han så den dadel, han lige havde spist, hænge på den gren hvor den kom fra, sammen med andre dadler. Han oplevede tiden går baglæns og så hvordan solen, regnen og mineralerne returnerede til himlen og jorden. Efterfølgende oplevede han træet, hvor dadlen havde groet, svinde ind til den dadelsten, som havde skabt træet. Den baglæns tidsoplevelse forsatte i hurtigere og hurtigere tempo, mens han oplevede flere og flere dadeltræer svinde ind til dadelsten, der igen kom fra et andet dadeltræ, der selv kom fra en dadelsten osv. indtil han til sidst så den oprindelige dadel, den første dadel der havde eksisteret, svinde ind fra sin form til et tomrum, det oprindelige formløse. Robert Peng indså, at hvad han havde oplevet i sin vision med dadlen var gældende for alt levende; vi kommer alle fra den samme kilde, kilden til al det skabte, eller Tao som det kaldes i den taoistiske tradition. Alt levende er et.

Dagene forsatte med dybere og dybere meditationer. En dag blev han vækket af sin mester, som fortalte, at han havde siddet ved hans seng i otte dage, uden at Robert havde opdaget det. Robert havde i flere dage ikke haft nogen puls eller åndedrag, som kunne fornemmes. Han havde været igennem en ”kontrolleret død”, ”Lille død, stort liv”, som tilstandes kaldes i den mystiske kinesiske tradition. Her oplevede Robert et ubeskriveligt smukt lys og en uendelig fred fra et rige, som altid er til stede, men som vi til daglig ikke kan sanse, fordi vi ikke er parat til det. Ud fra denne tilstand blev Roberts healings energi og evne endnu stærkere.

De sidste tyve dage af fasten blev han langsomt sluset ind i det jordiske rige igen ved at få små mængder mad for til sidst at blive ført ud i lyset, lydene, hverdagen og til medmenneskene igen.

100 dages faste og at komme igennem den lille død, kan danne grundlaget for en historie om en supermand, der har gennemgået for os andre jordiske ubegribelige ting og prøvelser. 1. del af ”the master key” er en fortælling om Roberts historie, fra da han i 1972 som 8 årig og med dårligt hjerte kommer i

kontakt med Xiao Yao, der arbejder som fyrmester på et slags hotel for overklassen i det daværende Kina. Xiao Yao tager ham til sig og begynder at udlære ham i kampsport og senere til healer- og Qigong mester. På trods af det hårde program, som Robert kommer igennem, bliver han hurtigt fast besluttet på at lære alt hvad han kan fra sin mester, der møder ham med stor kærlighed, visdom og nærvær. Det er først senere, at Robert finder ud af, at Xiao Yao slet ikke er fyrmester, men er en højtrangeret buddhistisk munk, som var blevet nødt til at flygte fra sin tempel under Maos kulturrevolution, og derfor havde opsøgt arbejde som fyrbøder langt væk fra sit kloster.

Fortællinger om Robert, der er i trance i flere timer, mens han står i ridderstilling med lårene i næsten vandret stilling, der kan smelte sten i hans Qi fyldte hænder, der kan heale syge personer, så de rejser sig op og går fra et længerevarende sygeleje, eller hans mester der sammen med nogle andre højtrangerende munke helt bogstaveligt krydser en flod ved at gå på vandet, truer som sagt med at gøre historien til en fjern beretning om supermennesker, der kan noget, som vi andre aldrig kan opnå, og som vi derfor bare kan stå og beundre uden nogen sinde selv at kunne gøre som dem. Jeg synes dog bogen i rimelig grad holder balancen og bruger historierne som afsæt for at fortælle om Qi's potentiale, som den livskraft vi alle kan kultivere gennem en praksis, og som kan bruges til at tjene et højere formål, nemlig at udvikle mere lykke og glæde hos den enkelte og i hele universet.

Hans livshistorie og oplevelser er dybt fascinerende på samme måde, som det er at spise en stjernekoks gourmet mad eller høre en musiker udøve sin sublime kunst, men den afgørende kunst er trods alt at åbne for noget, som kan integreres i mange menneskers hverdag. Bogen bidrager med det ved at have nogle fine øvelser og meditationer, men der hvor jeg synes bogen først og fremmest har sin styrke er i de meget fine beskrivelser af Dan Tian'erne (vores 3 hoved energicentre ifølge TCM tradition), centralmeridianerne (den lille himmelske cirkel) og hvordan en god balanceret, kontra en mindre god og ubalanceret Qi i disse påvirker vores hverdag og livsudfoldelse.

Roberts mester havde tidligt en oplevelse af, at Robert skulle studere på universitetet og bringe Qigong ud i verden. Ved at gennemføre en engelsk uddannelse på universitet og senere emigrere til Australien, og efter 7 år der til USA, er den vision blevet til virkelighed.

Jeg synes det er tydeligt at mærke, at Robert i positiv forstand er blevet påvirket af vestelig tankegang. Uden at miste sit dybe rodfæste i din kinesiske visdom er der mange små detaljer i bogen, som bliver formidlet på en anden måde, end jeg har oplevet før, selv fra andre kinesiske forfattere, som er emigreret til Vesten. Samtidigt er det meget tydeligt, at han fortæller indefra og ud, at det er selvoplevet det, som han formidler. For mig gjorde kombinationen af indefra oplevet visdom og vitalitet samt en lille men afgørende anderledes formidling af denne tilstand, at der har været en del små ting som er faldet på plads inde i mig ang. Qigong kunsten.
Overstående er nok også forstærket af, at jeg deltog i Roberts Pengs workshop, hvor hans Qi og den måde han formidlede Qi'en på var små øjenåbnere for mig. Robert Peng kommer i øvrigt igen til Danmark sidst på foråret i 2016, arrangeret af www.alun.dk.

Bogen kan læses med fokus på - og det bliver den nok også i høj grad solgt som - den exceptionelle livshistorie Robert har gennemlevet. Som sagt meget fascinerende, men det kan også synes fjernt som en reklame på det store lærred. Måske kan det bidrage til din (Qigong) glæde og forståelse at læse dette, men oplevelsen af selv at åbne op for Qi'ens rige og lade den strømme ind i dit liv, får du efter min mening ved at læse videre i bogen. Beskrivelsen af Qi, Dan Tian'er, centralmeridianerne og de tre skatte er meget fine. Der er også øvelser i bogen, og der er det vigtigt at huske på, at der er tusindvis af Qigong stilarter (Robert Peng sagde ved workshoppen, at der findes ca. 3000 forskellige), så man kan let drukne i nye øvelser.

Selvom man måske ikke laver øvelserne, kan læsningen af dem dog sagtens bidrage til, at man får større udbytte af de øvelser, man laver. Måske har man også lyst til at lave nogle af øvelserne, for eksempel empowerment øvelserne, som er simple at huske og nærmest er en slags stående meditations øvelser, som styrker livsenergien i vores "fire gyldne energihjul", (=the master key), og disse vil arbejde rigtigt godt sammen med den Qigong, man måske ellers laver.

Selvom Robert Peng ikke er Buddhist, så er der gennem hele hans formidling direkte eller indirekte en overordnet tilgang, som bygger på den buddhistiske filosofi om indsigt og oplysning. Vores øjne er universets øjne, vores hjerter er universets hjerte, vores kroppe er universets krop. Formålet med at gå igennem de processer og forvandlinger, som Robert har gjort, og som vi alle mere eller mindre kan gennemgå, er ikke at opnå personlig vinding eller styrke. Formålet er at skabe glæde og harmoni i den enkeltes øjne, hjerte og krop og dermed også i universets øjne, hjerte og krop. Den dadel du spiser udspringer fra universets kilde, de mennesker du passerer på din vej er også født ud af det formløse Intet. Alt levende er et. Det er døren til den indsigt, som the master key ønsker at åbne op for os.