

Arbeitskreis Qigong und Philosophie

Protokoll vom Treffen im Rahmen des 2. Qigong-Kongresses in Hamburg

am Freitag, den 22. April 2016 von 17-20 Uhr

Koordinatorin: Dr. rer.nat. Imke Bock-Möbius www.qigong-shiatsu-radolfzell.de

Nach der Eingangsrunde, in der die 6 Anwesenden sich vorstellten und ihre Wünsche für dieses Treffen formulierten, folgte eine Einführung in das bisher Besprochene für neue Teilnehmerinnen. Dann begann die konkrete Arbeit an einem weiteren Textstück aus den „Sieben Stufen der daoistischen Meditation – Abhandlung über das Sitzen in Vergessenheit“ von Livia Kohn (ML Verlag 2010; Übersetzung des Táng-zeitlichen Textes „Zuòwànglùn 坐忘论“ von Sīmǎ Chéngzhēn 司马承祯 vom Chinesischen ins Englische von Livia Kohn; Übersetzung aus dem Englischen ins Deutsche von Stefan Stein).

Diese Abhandlung ist für die gesamte daoistische Meditation von Bedeutung, wird auch heute noch praktiziert und integriert verschiedene Meditationstechniken, von Selbstverwandlung durch Einfachheit und körperliche Gewahrsamkeit über Einsicht und Weisheit bis zu Visionen des Göttlichen. Es geht um Vergessen als Übungsmethode, im Sinne der Abwesenheit von Gedanken. Das Zuòwànglùn beschreibt den stufenweisen Verfeinerungsprozess vom Normalbewusstsein zu einem mit dem Dào vereinten reinen Geist.

Wir haben uns ausführlicher mit Teil 1, Kapitel 2 „Intensive Sammlung“ und "Erlangung des Dao" (Stufen 6 und 7) befasst. Hier geht es darum, durch intensive Sammlung Einsicht zu erlangen, die aber nicht (aus)genutzt werden soll. Wieder trafen wir auf die Schwierigkeiten, mit Worten über Weisheit sprechen zu wollen. Auch ging es um Spontaneität, deren Verwirklichung wir durch eine regelmäßige Praxis begünstigen können, wobei das Ereignen des Dao grundsätzlich nicht an eine Schulungspraxis gebunden ist. Desweiteren sprachen wir darüber, was mit dem Prozess der Läuterung gemeint sein könnte, wenn der Geist mit der Ruhe verschmilzt und das Dao darin seinen Platz einnimmt. Wenn die Offenheit entsteht, auch Unangenehmes anzunehmen, öffnet sich ein Raum, in dem alles, was ist, sein darf, auch Schmerz. Den "Platz neben dem Jadekaiser" einzunehmen, kann auch bedeuten, unseren Alltag zu bestehen. In der Meditation wandelt sich das eigene Wesen; auch in der christlichen Tradition kennen wir den Begriff der Wandlung, beim Abendmahl. Leider wird der Daoismus von westlichen Theologen kaum wahrgenommen.

Der rege und sehr tiefgehende Austausch wurde durch einen praktischen Teil bereichert, in dem eine Teilnehmerin die "Übung vom Ursprünglichen Licht" anleitete.

Das nächste Treffen findet am 16. Juli 2017 in Radolfzell statt.

Imke Bock-Möbius