

Das DAO der Geisteskraft

Teil I: 21. & 22. Februar und Teil II: 21. & 22. März 2025



um wieder GROSSARTIG zu sein!

Der Wendepunkt in der Selbst-Kultivierung ist der Augenblick, in dem du für dich selbst völlig verfügbar bist- ohne zu zögern!

Diesen Augenblick bezeichnen wir als den Zustand von Ruhe, Frieden und Stille!

HG 31: xian 咸
Das Gewahrsein, Anregung
Das Hindernis ist der Mangel an Hingabe!
wu xiao zhong - wu ling 無效忠 - 無靈
Keine Hingabe - Keine Gnade/Segen



Der See
Die Heiterkeit
Der Berg
Das Stillhalten

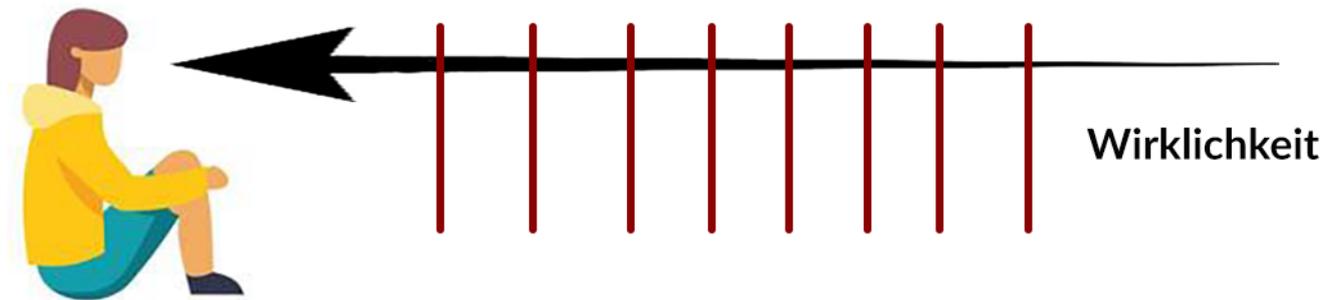
Die zwei Aspekte des Geistes

ru shi 入世

Innerhalb der Welt - dies ist der Yin-Aspekt des Geistes

Der **Intellekt** schafft sich eine **eigene irrealer Wirklichkeit**

Ein Bild: Die Realität ist 11 Kilometer, die Wahrnehmung 5 Millimeter



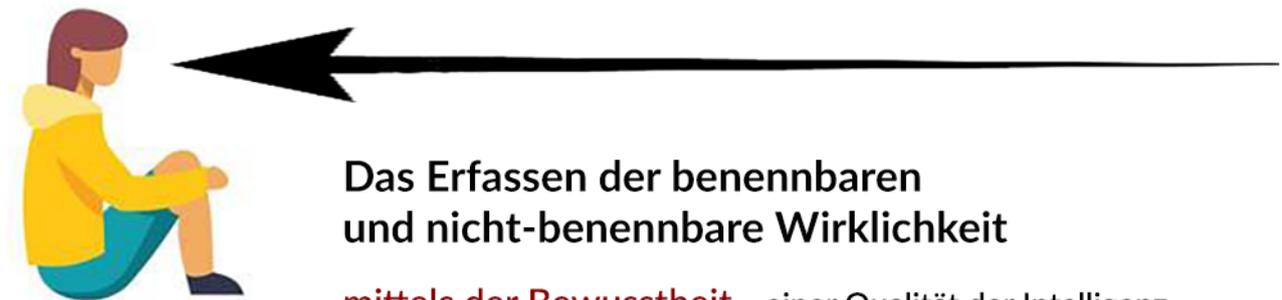
Unbewusste, aber auch bewusste Filter:

Erziehung, Erfahrung, Kultur, Konventionen, Vorurteile, Werte, Glaubenssätze, Bildung, Sprache, Wissen, Assoziationen, Erwartungen, chemische Prozesse: Hormone: Stress, Angst, Trauer ...

chu shi 出世

Außerhalb der Welt - dies ist der Yang-Aspekt des Geistes:

Die **Intelligenz** wird sich der **realen Wirklichkeit** bewusst!

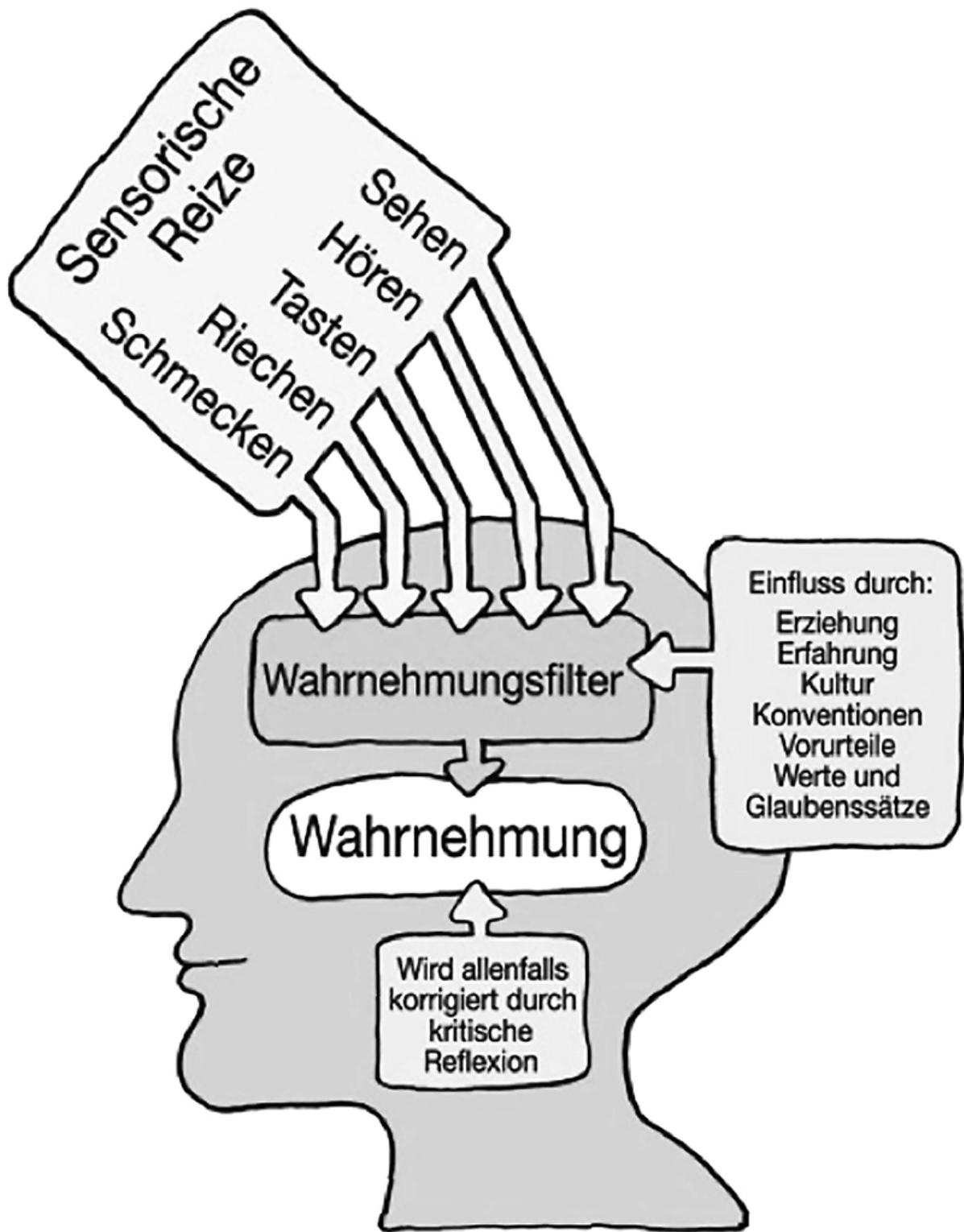


Das Erfassen der benennbaren und nicht-benennbare Wirklichkeit

mittels der Bewusstheit - einer Qualität der Intelligenz - ergänzt, erweitert, bereichert und vervollständigt die Nützlichkeit der intellektuellen, aber irrealen Wirklichkeit.

Es sind essenzielle Einsichten für das bedeutsame des Menschen-seins:

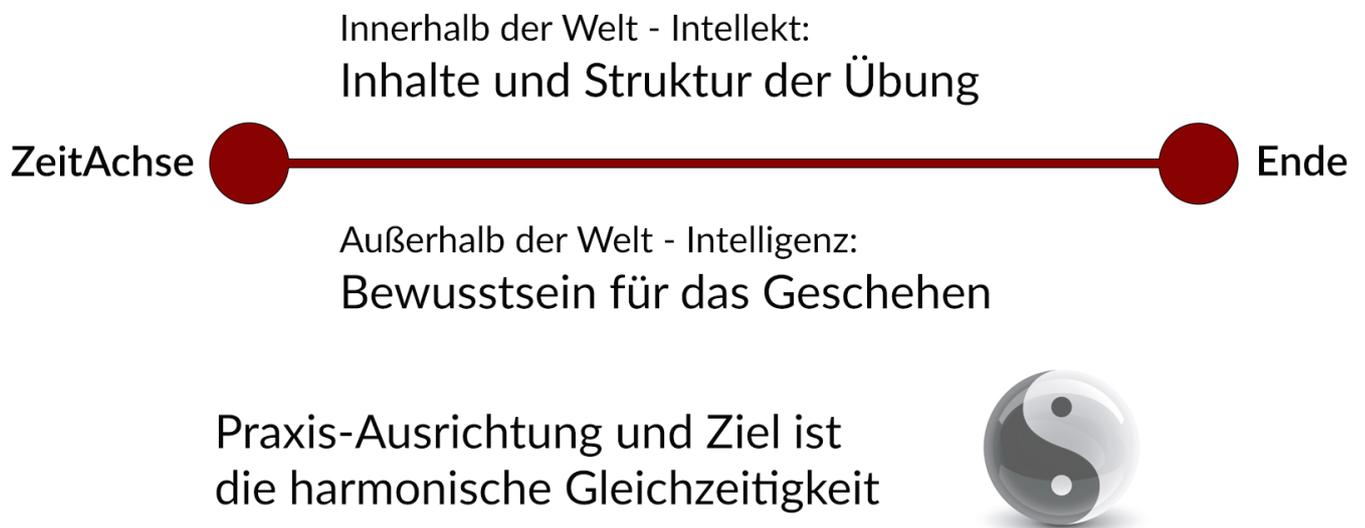
Raum, Zeit, LebensFeuer, GeistesKraft, Lebensodem, Verbindung, Energie-Matrix, reine Dankbarkeit, Freude, Glück, Liebe ...



Das DAO der Geisteskraft

Die "Werkzeuge" für das Aufwerten, Kultivieren und Vervollständigen des Lebens und der Wesensnatur, sind die Acht Aspekte des Bewusstseins - ba shi 八識.

Über die Übungen des Bewegens, Sehens, Sprechens, Hörens, Atmens, Denkens, Meinungen/Assoziationen und das Wissen, lernen wir Wahrnehmung von Bewusstsein zu unterscheiden.



Beim Streben nach Wissen, wird täglich etwas hinzugefügt.
Beim Einüben in das Dao wird täglich etwas fallen gelassen.
Wahre Meisterschaft kann man erreichen, wenn man den Dingen ihren Lauf lässt und sie gar nicht dabei stört.

Lao Zi - Dao De Jing, Buch 48

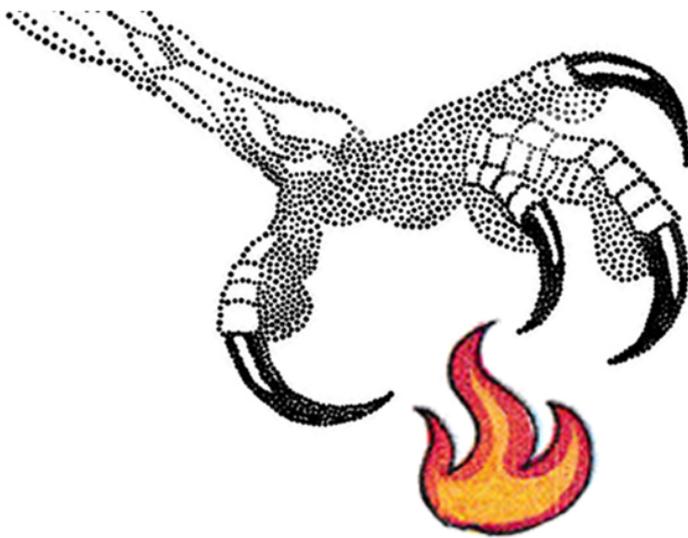
Fließendes Wasser ist von besondere Art.
Ehe es eine Vertiefung nicht ausgefüllt hat, geht es nicht weiter.
Der Wissende steckt sich dasselbe Ziel bei der Erkenntnis der Wahrheit. Ehe er auf einer Stufe nicht volle Meisterschaft erreicht, geht er nicht weiter.

Meng Zi - 372 - 289 v. Chr.

wei 為,

ist ein Bild, wie der Mensch, fungiert, auftritt,
es „bezeichnet“ die Absicht des Verhaltens
und Handelns/Übens eine unbewussten und
unkultivierten Menschens

Eine Raubvogel-Kralle



為

welche das LebensFeuer: das Bewusstsein,
den Lebensodem, das Wesen und das Leben

festkrallt!

wei 為

fungieren/verhalten/auftreten als,
sein, betragen, im Bestreben - „handeln“

*Eine Raubvogel-Kralle, die das „Feuer“ festkrallt -
und das „Feuer“ nicht nach unten kommen läßt!*



you wei 有為

Ein Handeln gegen die Natur - zi ran 自然

*Das Festhalten/Festkrallen des LebensFeuers -
den 10 000 Dingen ihren natürlichen Lauf nehmen.*

wu yi shi xiu lian 無意識 练修煉

Das Üben ohne Bewusstsein und Energie!

Der Übende klammert sich an das Oberflächliche
und bleibt unruhig, rastlos, ehrgeizig und erfolglos.

**Das damit verbundene Ausströmen
schadet der Geistes- und Körper-Kraft.**

wu wei 無為

Ein Handeln mit der Natur - zi ran 自然

*„Das LebensFeuer nicht festhalten/festkrallen -
den 10 000 Dinge ihren natürlichen Lauf lassen!*

you yi shi xiu lian 有意識 修煉

Das Üben mit Bewusstsein und Energie!

Der Übende erkennt das Künstliche und Erfolglose,
er folgt ohne zu widerstreben den Anweisungen!

**Das Ausströmen wird damit beendet
und die Geistes- und Körper-Kraft genährt!**

Das DAO der Geisteskraft entfaltet sich

1. im Zustand der Ruhe, des inneren Friedens und letztlich in der Stille/Leere ---> zi ran 自然.
2. Das Hindernis YOU WEI - Das Festkrallen des Feuers
Das Förderliche WU WEI - Das Nicht- Festhalten des Feuers
3. Das WU WEI kultivieren wir durch

Die Fünf Praxis-Phasen wu jie duan 五階段

Phase 1, 2 und 3 dienen dem Beenden des "Festkrallens".

1. Das Orden

1. Zur Ruhe finden - an jing 安靜
2. Sich natürlich aufrichten - fang song 放鬆

2. Das Verbinden

mit etwas Bedeutsamen, denn der Große Weg bedarf der Unterstützung einer starken Energie-Quelle

3. Das Manifestieren

einer sprachfreien Gegenwart, Bewusstheit, Qi-Matrix, das Kultivieren der Acht Aspekte des Bewusstseins -

Das Regulieren, Heilen und Kultivieren, findet in der 4. Phase statt!

4. Das Be-Wirken lassen

das Verweilen im Wu-Wei-Zustand - der KernPhase

5. Das Bewahren

der energetisch-spirituellen Qualitäten und das Heraustreten aus der Aktivität ohne etwas mitzunehmen!

Die Praxis

Ling-Qi-Tian-Praxis

Das Drei-Weihrauchstäbchen-Ritual
Das Wunschgebet

im Stehen

Das große Kreisen des Lichts

Das Eintreten in die Verbundenheit
Das Schmelzen des Eises
Das Verdampfen des Wassers

im Sitzen

Das Absorbieren des Yang-Qi

zum Nähren des Lebens und Erhellen der Wesensnatur

Der Große Weg zur Stille
Das Absorbieren des Yang-Qi

Praktiken zum Erfahren der Gleichzeitigkeit

Die Schüttel-Methode
Die Praxis der Fünf-Dynamiken
Spontane kleine Übungen
Die 5 Leitsätze bzw. Leitwörter
Das Nähren des Vitalen Prinzips
Die Acht Abschnitte des Brokats
Die drei lodernden Feuer

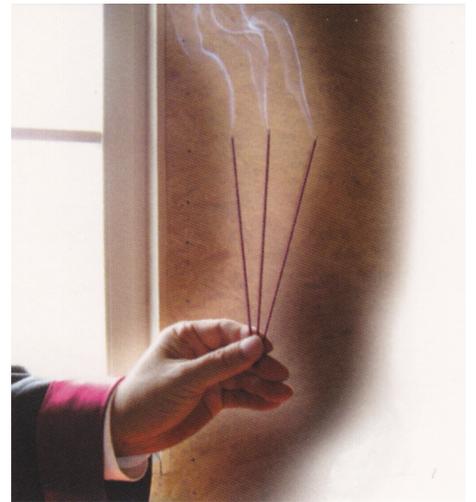
san mi fa 三密法

Die Praxis der Drei Geheimnisse

yuan fen 緣份

Die Schicksalsfügung

Das Drei-Weihrauchstäbchen-Ritual
der Drachen-Tor-Schule



1. Der Zustand des Verbindens und Empfangens

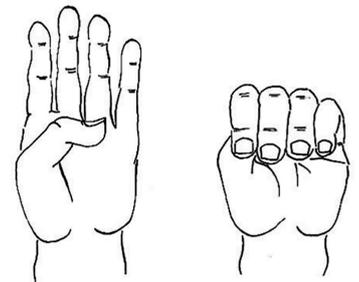
Mudra - Das Siegel des Zi - Lao Zi

Mandala - Visualisiere den Lehr-MeisterIn
ca. 2 Meter vor dir, etwas höher sitzend

Mantra - des 6. Patriarchen Hui Neng

sa ni ta zhi da - tuo lou ni

«Ist im Herzen Klarheit - kann sich der Weg bilden.»



2. Das Ritual

Das Entzünden von drei Weihrauchstäbchen und drei Intentionen, verdichtet die Verbindung den Form-Aspekt: "In der Welt" mit den Nichtform-Aspekt "Außerhalb der Welt".

1. **Verbindung verdichten**

Die Verbindung neu beleben bzw. intensivieren

2. **Bitte um Unterstützung**

Das Anvertrauen des Schicksals an die Versammlung

3. **Dank übermitteln**

Verweilen im Gefühl der Verehrung und Dankbarkeit

3. Das Bewahren

Samaya- und Heilungs-Wunschgebet



Mit klarem Bewusstsein, Dankbarkeit und Wertschätzung würdige ich die Ahnen meiner Ur-Familie ohne Ausnahme.

Um euch zu Ehren gehe ich meinen Weg!

Mit klarem Bewusstsein, Dankbarkeit und Wertschätzung würdige ich die Altvorderen, die Linienhalter und MeisterInnen.

Um euch zu Ehren gehe ich meinen Weg!

Mit klarem Bewusstsein, Dankbarkeit und Wertschätzung verneige ich mich vor den Drei Juwelen: Guru, Yidam & Dakini und erneuere ich meine Samaya - ohne einer einzigen Ausnahme.

Um euch zu Ehren gehe ich meinen Weg!

In der Anwesenheit des Himmels, der LehrmeisterInnen und den drei Juwelen, verneige ich mich vor LING, SHEN, QI und JING. Ich vertraue eurer Macht euch selbst und mich zu heilen.

EMAHO!



Vervollständigt von Jing-Ling Zi für all jene, welche ihre Verbindungen halten möchten!

Wien im 10. Monat des Drachenjahres 2024

Das große Kreisen des Lichts

da zhou guang 大週光

Eine wichtige Praxis der Drachen-Tor-Schule

aus dem Buch von Lü Dong-Bin: *Das Geheimnis der Goldenen Blüte*

1. Das Eintreten in die Verbundenheit - ru tuan jie yi zhi 入團結一致

Vertiefung der 1. Läuterung: xing kong 性空

Das Höhere Niveau:

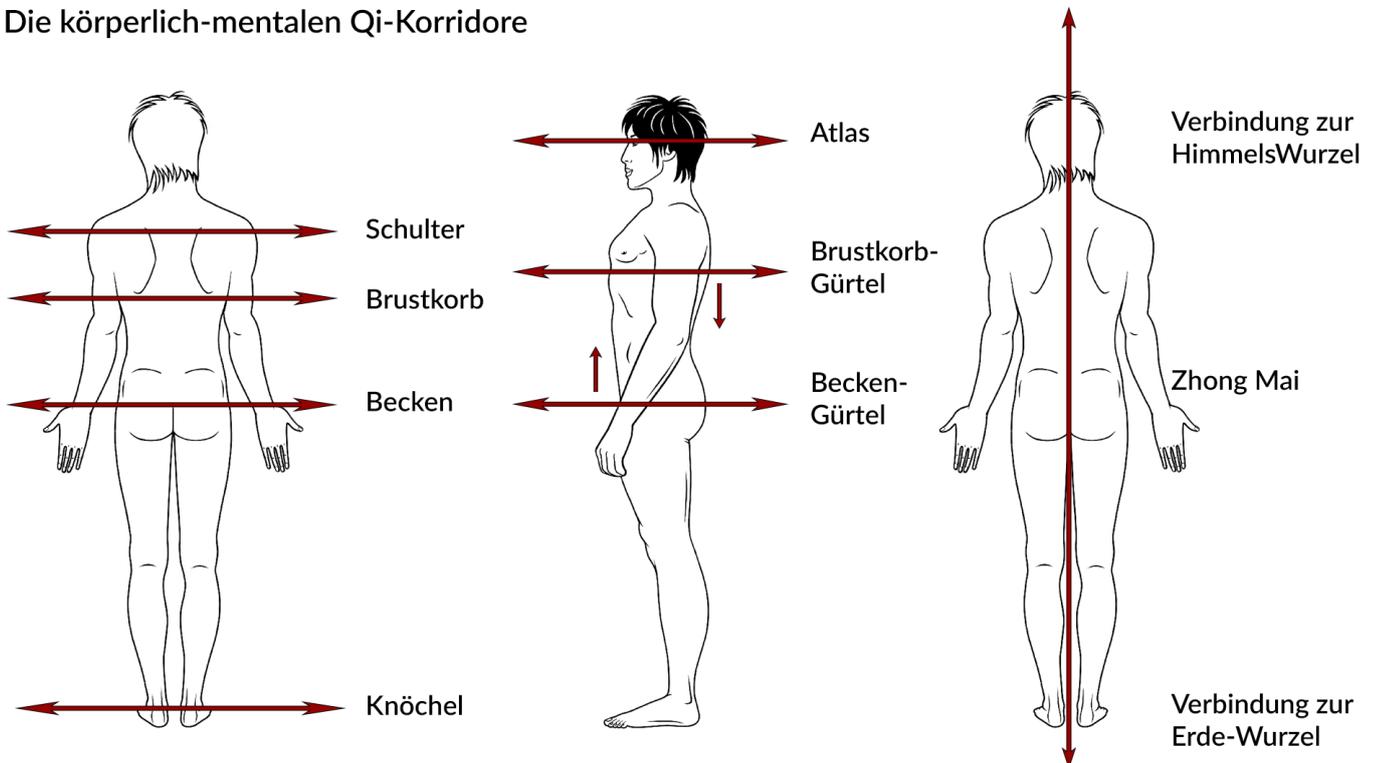
"Ohne strukturierte Vorgaben, festgelegten Ablauf und vorgegebenes Ziel!"

Schult das direkte, spontane und wortlose Fühlen -

und das Bewusstsein für die Verbindung mit dem Qi-Feld.

1. Das Installieren der 3dimensionalen Körper- und Qi-Raumes
2. Das Atmen der Arme, Beine, des gesamten Körpers, der Sinnesorgane, inneren Organe ... alles kann sich Austauschen
3. Das Bewusstsein verbindet sich - wie das Ausatmen - mit den Raum

Die körperlich-mentalen Qi-Korridore



Verweile im Bewusstsein für das Qi-Feld

2. Das Schmelzen des Eises

Zur Vertiefung der 2. Läuterung: shen rong 神融

Die Verbundenheit mit der Ling Po - der Metall-Dynamik

1. Visualisiere - auf der Oberfläche des Körpers -
eine Struktur von 12 Fäden
4 Fäden am Oberkörper: vom Bai Hui zum Hui Yin
je 4 Fäden auf den Beinen: vom Hui Yin zum Di Guan
2. Im Herzen einen Wunsch tragen:
„Die PO-Dynamik soll sich zeigen!“ hei/chi - 嘿
Leitspruch: „Der äußere Pfad ist der Korrekte!“
Der innere Pfad ist der Destruktive und fördert die Depression!
3. Setze das Qi-Feld ein, um den Prozess in Gang zu bringen

3. Das Verdampfen des Wassers

Zur Vertiefung der 3. Läuterung: ling tong 靈通

Die Verbundenheit mit der Ling Hun - der Holz-Dynamik

- 1 Visualisiere - im inneren des KörperRaumes -
unzählige Fäden welche das Skelett verbinden
2. Im Herzen einen Wunsch tragen:
„Die HUN-Dynamik soll sich zeigen!“ si/sss.i - 嘶
Leitspruch: „Der innere Pfad ist der Korrekte!“
Der äußere Pfad ist der Destruktive und fördert die Agression!
3. Setze das Qi-Feld ein, um den Prozess in Gang zu bringen

**Das große Kreisen des Lichts
zeigt sich spontan als Ein-Großes-Ganzes**

Wichtig: Die Inhalte lösen sich vollständig - im Geist - auf!

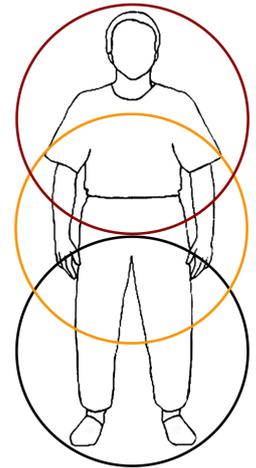
Die Praxis des Bewahrens

jing da dao 靜大道

Der Große Weg zur Ruhe, Frieden und Stille
und der Verbundenheit mit dem Lin Qi Tian
um das Ausströmen beenden zu können!



དགའ་ འཕྱིམ་
gan-kyil
Das Rad der Freude
Symbol des Dzogchen



Das Leben - ming 命

- sich selbst wohlwollend und freundlich zuwenden
und ein wenig zur Ruhe finden
- im Inneren: mittig, aufgerichtet
- auf der Oberfläche: entspannt und offen
- das Schambein ein wenig nach oben ziehen und
die Schulterblätter einen Hauch nach unten ziehen,
damit sich der obere Brustkorb ein wenig öffnet
- alles in mir wird sanfter, langsamer und leiser: die Sinne!!!
Pulse, Flüsse, Organe, Zellen ... bis sie völlig STILL sind
- die Nähte der Kopfschale entspannen sich
- die Augen sind EINS mit der Linie der Wesensnatur

Der Lebensodem - qi 炁

- die Augen ein wenig von der Linie der Wesensnatur anheben
um einen geheimen Raum öffnen

Die Wesensnatur - xing 性

- der stille Gedanke: **Das Herz ist der Gastgeber**
was immer sich zeigt ist bereits vorhanden und
kann von der Wesensnatur absorbiert werden!

Das Verweilen im Wirkungsfeld des LebensFeuer

Nicht-Widerstreben wu ni 無為
Nicht-Festkrallen - wu wei 無逆

xi qu qi fa 吸取炁法

Das Absorbieren des Yang-Qi

Eine Praxis der Selbst-Kultivierung und der Heilkunst

Die Vorbereitung

- Das Empfinden der Präsenz des Tai Yi Bereiches



- Die Jade-Kröte, die das Wahre aufnimmt - 2x

Die Praxis

AUS während das Dan Tian sich zusammenzieht
füllt sich der Raum bis zum Tai Yi sich mit Qi

EIN während das Dan Tian sich ausdehnt
nimmt es das Qi des Raumes in sich auf

Das Verweilen im Wirkungsfeld des LebensFeuers

Nicht-Widerstreben wu ni 無為 - Nicht-Festkrallen - wu wei 無逆
Werde dir bewusst wie lange der Verstand es erlaubt!

Das Bewahren

und die Geste der Dankbarkeit

一
期
一
會

yi qi yi hui

Ein Leben - Eine Chance