

Dao Weg – Herbst 2026



Der Geist geht der Form voraus!

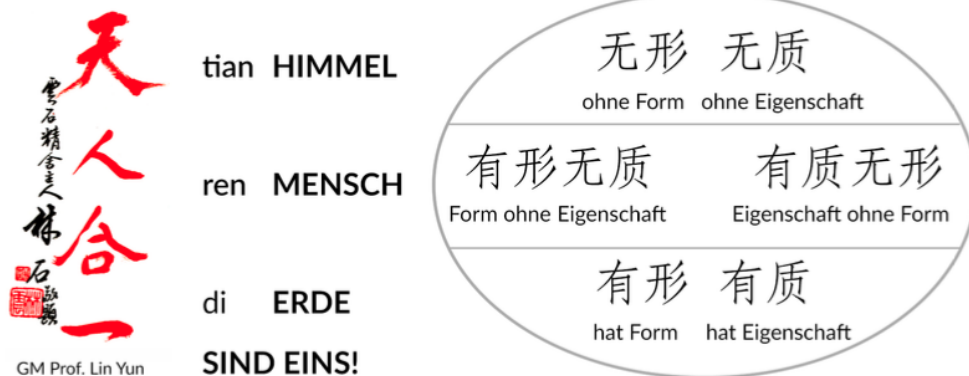
Das DAO gebiert die EINS - wu ji 無極

Die EINS gebiert die ZWEI - HIMMEL/Yang und ERDE/Yin.

Die ZWEI gebiert die DREI - den MENSCHEN.

Die DREI - der Mensch - gebiert die 10 000 Dinge.

Die VIER wird nicht ausgesprochen, da sie eine Unglückszahl ist, dies gilt auch für die 10 000 Dinge!



Der MENSCH ist sowohl HIMMEL als auch ERDE,
er ist die EINHEIT der ZWEI WELTEN.

GM Li: " Der Mensch ist EIN YANG und EIN YING!"

Die zwei Monogramme die Ur-Frequenzen

YANG 陽

Das Durchgehende -Ewige



die formlose-geistige Welt
der lebengebende Aspekt
die Konstante
die Intelligenz
das **Lichte**
die Bewusstheit
das hochschwingendes Feld

YIN 陰

Das Unterbrochene - Zeitliche



die formhafte-materielle Welt
der lebenbewahrende Aspekt
die Veränderung
der Intellekt
das **Dunkle**
die Unbewusstheit
das tiefschwingende Feld



**Der Mensch ist die Einheit von Himmel und Erde
in diesem Sinne ist er VOLLSTÄNDIG
und diese Vollständigkeit wird als MITTE bezeichnet.**

Die Drei Aspekte Von **MITTE** - zhong 中

1. Das kosmische Energie-Feld - qi tian 炁田
2. Der Informations-Austausch - ling 靈
3. Die reine Bewusstheit - yi shi 意識

Der Mensch ist die **MITTE** und trägt
die **MITTE** in sich - zhong mai 中脈, auch dann,
wenn Unbewusstheit ihm von seiner inneren Vollständigkeit abtrennt.

Die vier Bigramme
die vier kosmischen Dynamiken - Frequenz-Spektren

xiao yang 小陽 aufsteigen	tai yang 太陽 ausdehnen	shao yin 小陰 absteigen	tai yin 太陰 zusammenziehen
si 嘶 sss.. Frühling Holz Drache	xu 噓 schü Sommer Feuer Phönix	hei 嘿 ch.. Herbst Gold/Metall Tiger	xi 唏 ßi Winter Wasser Schildkröte

Die acht **Tri**gramme die acht Prinzipien der kosmischen Ordnung - differenzierte Frequenz-Felder

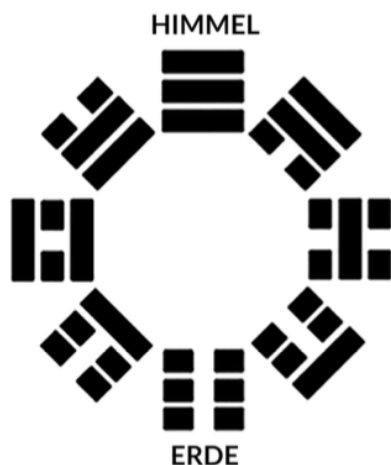


Die Abtrennung - die Erschütterung

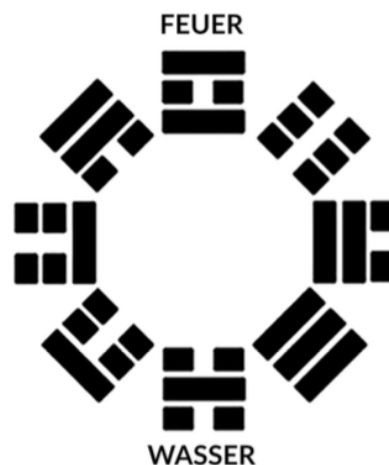
Bewusstheit ist die Realität einer Persönlichkeit -
das Wirken eines hochschwingenden Frequenz-Feldes
Als Folge bzw. Ereignis zeigt sich **Natürlichkeit** bzw.
die **konstruktive Anordnung** der Acht kosmischen Prinzipien.

Unbewusstheit ist die Realität der Individualität -
das Wirken eines tiefschwingenden Frequenz-Feldes.
Als Folge bzw. Ereignis zeigt sich **Künstlichkeit** bzw.
eine **destruktive Anordnung** der Acht kosmischen Prinzipien.

Die zwei Anordnungen - Frequenz-Felder - der Acht Trigramme 八卦

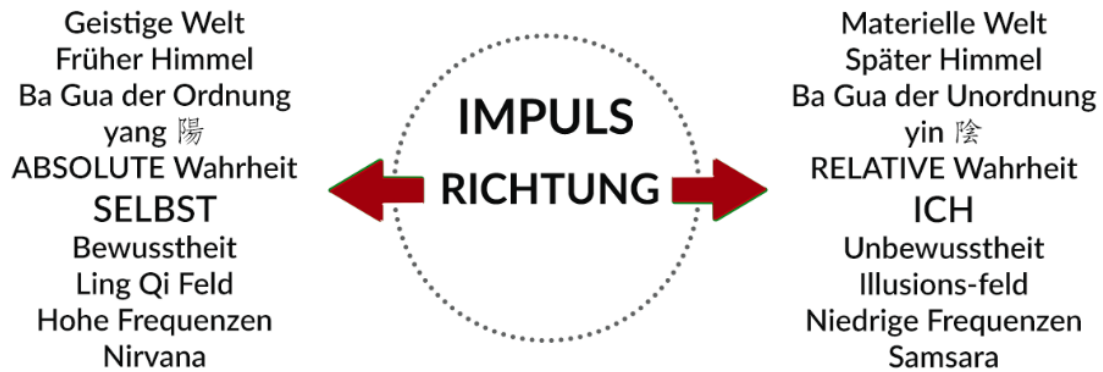


xian tian 先天
Anordnung des Frühen Himmels
„die geistige Welt“
hochschwingendes Frequenz-Feld



hou tu 后天
Anordnung des Späten Himmels
„die materielle Welt“
tiefschwingendes Frequenz-Feld

Du wählst die Richtung
und die damit verbundenen Ereignisse!



Wenn es da nicht das **Künstliche ICH** geben würde,
der Saboteur, Störsender und Neinsager,
der dich in der "Materielle Welt" des Späten Himmels festhält -
in einem tiefen Bewusstseins- und Schwingungs-Level.

Und dazu benutzt das ICH:

Die fünf Sinne - Die fünf Räuber

In der Unbewusstheit erfahren wir die fünf Sinne - wu guan 五官 -
das Sehen, Hören, Sprechen, Atmen und Bewegen als ÄUSSERLICHKEIT.

Erziehung, Glaubenssätze und Unbewusstheit, führen zur Überzeugung:
das eigene Leben über das ÄUSSERE - die 10 000 Dinge - zu definieren,

Wir vergessen/begraben - wang 忘 - unsere Innerlichkeit -
die Verbindung mit der geistigen Welt - den Frühen Himmels - den Genius,
und bewirken die Abtrennung von der ursprünglichen Vollständigkeit.

Mit dem Verlust der Mitte handeln wir uns viel Unnötiges ein:
Ungleichgewicht, Mangel, Emotionalität, Erkrankung, Leid ...

Die praktische Antwort der Daoisten heißt: **UMKEHR** - gui 歸,
und dies ist das zentrale Thema des Herbstes:

gui zhao zheng 歸找正

Das Umkehren der Ausrichtung
um den Zugang zur geistigen Welt zu bewirken!

Dem 5fachen Umkehren des Bewusstseins
und den dadurch wirkenden hohen Frequenzen der "Geistige Welt",
kann das Künstliche ICH nichts entgegenhalten und
dein niedrige Frequenz-Spektrum verschwindet vollständig.

Die Vertiefung des Abhackens der Fünf Wurzeln

des Sehens	Das Zurückschauen
des Hörens	Das Lauschen auf das Echo
des Sprechens	Die Sprache der Luo-Han bzw. Arhats
des Atmens	Der Blasebalg des Himmels
des Bewegens	Das Dekonstruieren bzw. Entspannen

Die drei Phasen der Praxis welche das **Erfahren**,
Erkennen und Kultivieren der MITTE - zhong 中 - ermöglichen:

1. die Schulung des Lebens - ming 命 -
die Pflege der physischen Existenz
2. das Erfahren der Wesensnatur - xing 性 -
das Entfalten einen höheren Bewusstseins-Levels, und
3. die Bewusstheit für das Einssein - wan zheng xing 完整性
das *direkte* Erkennen der Unsterblichkeit - shen xian 神仙

Ein Rat mit auf deinem Weg:

*"Beende dein Einmischen in die Angelegenheiten anderer
und erschaffe dein eigenes und von dir gewünschtes Leben.*

Der Mensch ist kein Zufall

Bereits seine physische Existenz bedarf einer unüberschaubaren Menge an manifestierten Bedingungen, z.B. Kohlenstoff!

Carbonium - *latein*, kann weder der Mensch, noch ein anderes Leben auf der Erde existieren und hält den Körper chemisch zusammen. Nur Kohlenstoffatome können stabile Ketten und Ringe bilden. Sie sind das Grundgerüst für die Moleküle des Lebens: Proteine, Fette und die Erbsubstanz - DNA.

Der physische Körper besteht zu einem großen Teil aus Wasser - H₂O: Sauerstoff und Wasserstoff, das feste Gewebe und die organischen Bausteine basieren jedoch fast komplett auf Kohlenstoffverbindungen. Siehe dazu: das *Carbonium.pdf*.

Der Mensch ist das verkörperte **Dao** 道 -
die inkarnierte kosmische **Bewusstheit** - **Yi Shi** 意識.

Mit der **Bewusstheit** verfügt der Mensch
über die unerschöpfliche kosmische Wirkkraft: **De** 德.

Die stoffliche Existenz ist der kleinste Teil des Menschenseins,
der unvorstellbare größere Teil ist die Bewusstheit.

Die gesamte kristallisierte Welt - die 10 000 Dinge,
folgt - ohne der geringsten Abweichung - ihren Ur-Auftrag:
die Bedingungen für die menschliche Existenz zu sein.

Bewusstheit ist Yang, das ABSOLUTE.
Stofflichkeit ist Yin. das RELATIVE.

Bewusstsein ist das Ewige.
Stofflichkeit ist das Zeitliche.

Bewusstheit ist an keine Bedingung gebunden.
Stofflichkeit ist ausnahmslos an Bedingungen gebunden.

Bewusstheit ist das kosmische Feld - **Qi** 炁.
Stofflichkeit ist **durchdrungen** von **Qi** 炁.

ling qi tian 靈炁田

Das Feld der Energie und der Intelligenz

ist auch Träger deines physischen *Bauplans* - *Blaupause*.

QI 炁 energetische Frequenz-Feld

LING 靈 Informationen für Ordnung und Evolution

TIAN 田 Einheit von Makro- und Mikrokosmos

In den alten Schriften wird das Feld auch als *Lichtkörper* bezeichnet.

Der *Bauplan* bzw. die *Blaupause*,
liefert sämtliche Informationen
für die embryonale Entwicklung und für die Prozesse
der Regeneration, Heilung und Vervollständigung.
Der physische Körper kann seinen Bauplan nicht verlassen.

Jeden Augenblick manifestiert sich die persönliche Realität,
du kannst entscheiden aus welcher Welt dies geschieht.

Sämtliche Erfahrungen und Informationen
dienen ausnahmslos der kosmischen und persönlichen Evolution.

Gestern, Heute und Morgen
ist das Umkehren des Bewusstseins der Wahre Weg-
Buddha Shakyamuni nennt in Ekayana - EIN WEG.

Du bist das verkörperte - inkarnierte - DAO,
du trägst den gesamten Makrokosmos in dir,
wir lehren den Weg dieses Potential zu nutzen.

Es gibt kein GUT oder SCHLECHT,
es gibt nur die von dir gewählte Richtung
und den damit verbundenen ECHO!

Erkenne das SELBST

Im Kontext zu der Praxis der Selbstvervollständigung unterscheiden wir zwei Ebenen des Selbst:

1. Das Selbst der physischen Ebene

Der Intellekt **erschafft** aus der enormen Menge an Sinnes-Information die Bilder über das Äußere und über sich Selbst - das Künstliche ICH.

Die Bilder, welche der Intellekt anhand fehlerhaften Informationen und den Filtermechanismus erschaffen hat, sind eine willkürlich erschaffene Realität und von individueller Natur. Und, es existiert keine einzige Möglichkeit den Wahrheitsgehalt der Bilder zu überprüfen.

Der Intellekt gehört zur physischen materiellen Existenz und kann durch sein Frequenz-Spektrum, wenn, dann nur ein materielles Bewusstsein entwickeln.

Informationen aus höhere Bewusstseins-Levels kann er nicht erfassen!

2. Das Selbst der geistigen Ebenen

Der Intelligenz ist es ein Unmögliches Bilder, Farben, Worte, Töne usw. zu **erschaffen**, da die geistige Welt - den höheren Bewusstseins-Levels - ausnahmslos über das Energie-Feld und Frequenz-Informationen kommuniziert.

Diese Frequenz-Informationen werden prinzipiell von der Körperlichkeit empfangen. Darin zeigt sich der tiefe Sinn eine hochsensible Körperlichkeit zu entwickeln und zu bewahren.

Siehe dazu *Die Insula und Interozeption*

ju ti xing 具體性

Die Körperlichkeit

und ihre Bedeutung in der daoistischen Praxis

Die mental-körperlichen Praxis-Methoden - tai ji yuan 太極源, dienen vorrangig der vielschichtigen und tiefgreifenden Sensibilisierung der Körperlichkeit - der physischen Sinne.

Eine hochsensibilisierte und stabile Körperlichkeit ist ein essenzieller Aspekt der Selbst-Heilkunst und der Entfaltung des menschlichen *geistigen* Potentials. Äußere Kraft wird - zu Gunsten der Inneren - abgelehnt.

1. Gesundheit & Lebensqualität

Die physische Sensibilität liefert dem Gehirn hochqualitative Informationen, als Grundlage für die richtigen und effektiven Entscheidungen. Viele Erkrankungen basieren sind Fehlentscheidungen auf Grund einer schlechten Informationslage. Siehe dazu das Dossier: Interozeption & Insula

2. Sinn & Nutzen der Praxis

Durch das Heraustreten aus der materiellen Welt und den Zustand von Stille/Leere, bewirken wir quasi eine Informations-Übertragung aus dem Ling-Qi-Feld bzw. der geistigen Welt. Diese Frequenz-Information kann nur eine hochsensible Körperlichkeit - das Empfangende - wahrgenommen und genutzt werden; der Intellekt ist - in keiner Weise - dazu in der Lage.

Körpersensibilität

auch Interozeption oder Eigenwahrnehmung genannt, bezeichnet die Fähigkeit, Signale aus dem eigenen Körperinneren wahrzunehmen, zu verarbeiten und richtig zu interpretieren.

Sie ist das Fundament dafür, wie wir unsere eigenen Bedürfnisse – wie Hunger, Müdigkeit, Schmerz oder Stress – erkennen und regulieren.

Die drei wesentlichen Bereiche der Körperwahrnehmung:

Interozeption

Die Wahrnehmung von inneren Organsignalen - z. B. Herzschlag, Atmung, Magen füllen, Harndrang.

Propriozeption

Der "Tiefensinn", der uns sagt, wo sich unsere Glieder befinden und wie wir uns im Raum bewegen - ohne hinzusehen.

Exterozeption

Die klassische Sinneswahrnehmung von außen über die Haut - z. B. Berührung, Temperatur, Schmerz.

Warum eine gesunde Körpersensibilität wichtig ist

Eine gut ausgeprägte Körpersensibilität schützt vor Überlastung, da Stresssymptome oder Erschöpfung rechtzeitig bemerkt werden. Sie hilft bei der Emotionsregulation, da Gefühle - wie Angst oder Freude - oft zuerst als körperliche Reaktionen - z. B. Herzklopfen, Muskelspannung - spürbar sind. Eine zu schwache Wahrnehmung kann dazu führen, dass man eigene Grenzen chronisch überschreitet. Eine extreme Überempfindlichkeit hingegen kann zu ständiger Besorgnis über normale Körperfunktionen führen - Hypervigilanz.

Schulung der Körpersensibilität

Atembeobachtung

Regelmäßig für ein paar Minuten nur den Fluss des Atems an der Nasenspitze oder im Bauchraum spüren.

Body Scan

Eine meditative Übung, bei der man den Körper gedanklich von den Zehen bis zum Kopf Zentimeter für Zentimeter durchschaut und Spannungen wahrnimmt.

Achtsame Bewegung

Methoden wie Qi Gong, Tai-Chi, Yoga, oder Pilates schulen intensiv den Tiefensinn und die Muskelspannung.

Innehalten im Alltag

Sich mehrmals am Tag kurz fragen: „Wie fühlt sich mein Körper gerade an? Brauche ich Bewegung, Wasser, Ruhe oder eine andere Haltung?“



Neueres Symbol

In der Orakelknochen- und Bronzeinschriften stellt das Zeichen: mu 母: Mutter, eine Frau mit zwei hervorgehobene Punkte im Brustbereich dar - die mütterliche Funktion des Stillens - Nährens.

Im Geheimkodex des Daoismus steht es für

Das konstant-nährende Dao - yi guan dao 一貫道.

wu zhi qu yan 五旨趣言
Fünf Leitsätze und Leitwörter

1. an jing fang song 安靜放鬆
mittig, aufgerichtet, weit, offen,
friedlich, still, bewusst

kai 開 - öffnen

2. mian dai wei xiao 面帶微笑
Auf dem Gesicht liegt ein Lächeln

xiao 笑 - lächeln

3. mei xin shu zhan 眉心舒展
Das Herz der Augenbrauen glätten,
öffnen, entfalten

ling 聆 - lauschen

4. jiang yuan chu seng yian shou ru er di
將 遠處 聲音 收入耳底
Weit entfernte Stimmen und Geräusche
im Ohr entgegennehmen und im „Inneren“ ablegen

zhi 寘 - entgegennehmen & ablegen

5. nei ding dou 內定逗
Im Inneren - gebannt, unbeeindruckt - veweilen

dou 逗 - verweilen

Das Umkehren der Blickrichtung wang gui 望歸

tian ding 天頂 - Himmelsgipfel - Große Fontanelle

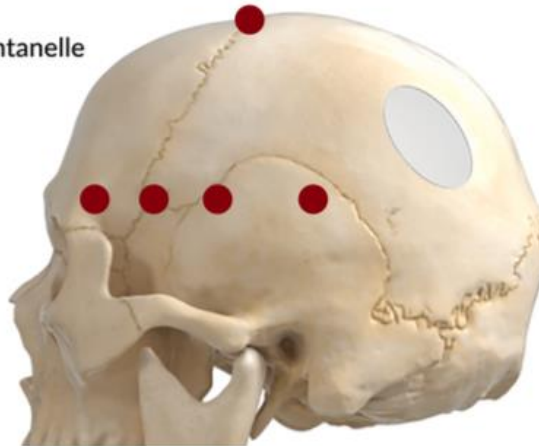
1. yin tang 印堂 Siegelhalle
HÖHLE - xue 穴

2. ming tang 明堂
Leuchtende Halle

3. dong fang 洞房 Höhlen-Zimmer
Brautgemach

4. ni wan gong 泥丸宮
Lehmkugel-Palast
AUGE - mu 目

5. jing 鏡
Spiegelnde Fläche
HIMMEL - tian 天



Der 9fache Atem des Buddha

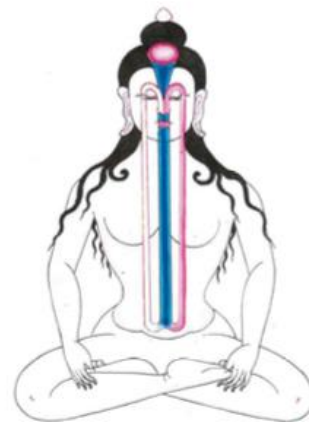
Rotes Licht = anziehende Qi-Frequenz
synchronisiert mit der Bewusstseins-Bewegung

Phase 1

1. links ↓ rechts ↑

2. rechts ↓ links ↑

3. beide ↓↓ mittig ↑ mittig ↓ beide ↑↑



Lausche - körperlich -auf das Echo
Resonanzprinzip = Synchronizität

liu yan guan yin 六言觀音

Die sechs Wörter Chenrezig - Guan Yin

Dao De Jing - Buch 25:

„Da ist Etwas, im Chaos, vollendet, bevor Himmel und Erde entstanden.

Lautlos, leer, eigenständig, unwandelbar, überall wirkend, doch unerschöpflich.

Als aller Welten Mutter kann es gelten.

Seinen Namen weiß man nicht, als Bezeichnung dafür dient DAO.“

Die Praxis

- Mit Dankbarkeit im Herzen in die Stille eintreten
- Das Errichten des Konstanten Weges - yi guan dao 一貫道

1. Phase:

mit Bewusstheit & Klang

2. Phase:

mit Bewusstheit & Arhat-Sprache

3. Phase:

das Ausdehnen der Bewusstheit



- Verweile lauschend und achtend auf das körperliche Echo
- Wähle selbst den Augenblick für das Bewahren der Erfahrung

