

## Meisterliches aus der Drachen-Tor-Schule

Herbst 2021

Persönliche PraxisGruppe - Johannes Romuald  
Zhi-Chang Li Akademie Österreich - Wien

yi wei yi ji 一 為 一 洎

## Mit einem Handeln alles Erlangen!

Leitsatz der Drachen-Tor-Schule



### 19. RÜCKKEHR ZUR ECHTHEIT

Hört auf mit eurer scheinheiligen Klugheit  
und eurer berechnenden List /  
und aller Wesen Wohl wird wachsen.

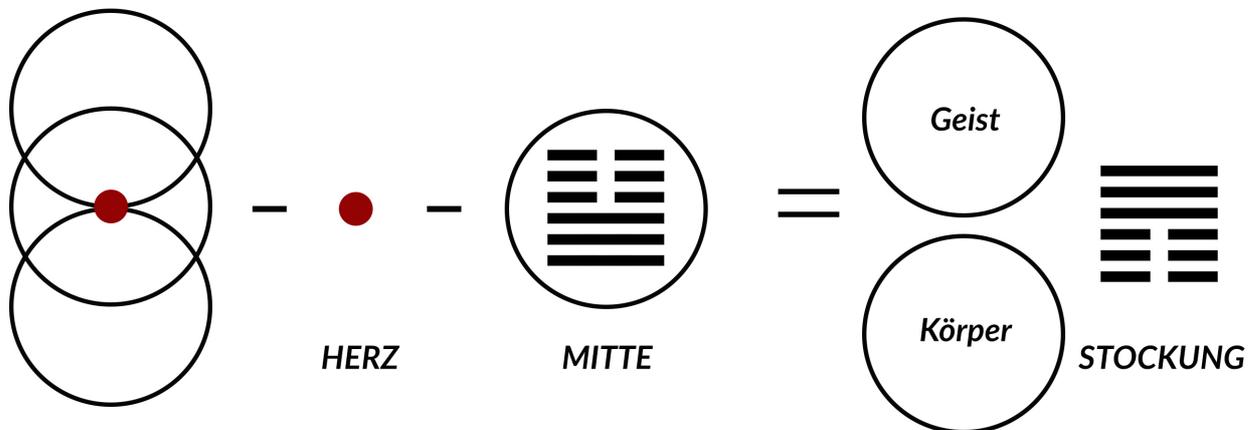
Hört auf / Menschenliebe und Gerechtigkeit  
zu fordern /  
und das GewiÙsein des Einsseins wird gefördert.

Hört auf / der Macht- und Besitzlust zu frönen /  
und die Diebes- und Verlustgefahr schwindet.

Diese drei werden nicht erreicht durch  
Verordnungen und Gesetze /  
sondern durch Rückkehr zur Echtheit und Einheit.  
Darum: wandelt Selbstsucht in Selbstzucht  
und erweist euch als lauter /  
dann wird Selbstlosigkeit zur Selbstverständlichkeit.

# Die Essenz des DAO-Weges

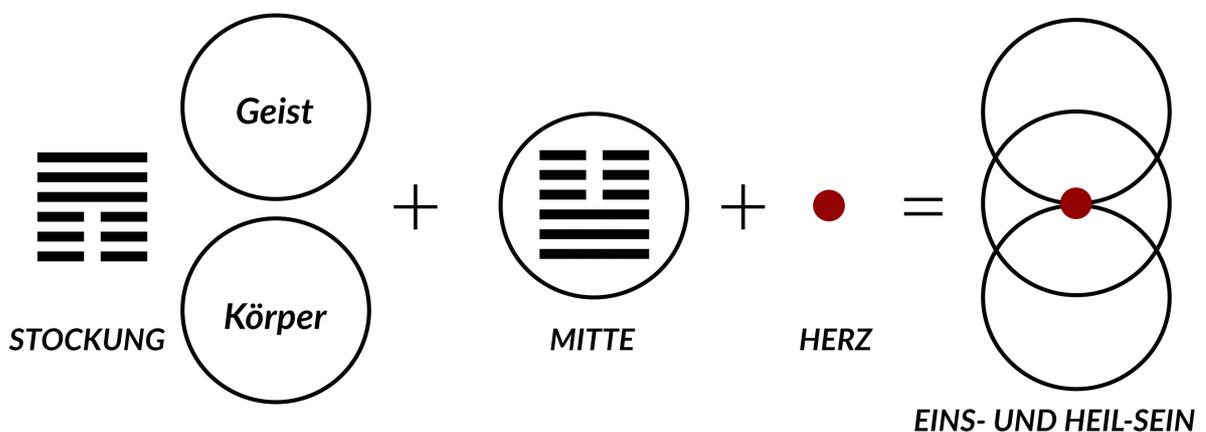
**KRANK-SEIN ist der Zustand des Getrenntseins von der Quelle des Lebens, folglich schwindet die belebende, ordnende und heilende Wirkkraft des Yang-Qi**



In Folge dieser Abtrennung **VERÄNDERT** sich das gesamte Schwingungsfeld, damit verringert sich die ursprüngliche HeilKraft des Ling, Shen, Qi und Jing

1. Mit dem Verlust des **HERZENS** - xin 心  
= die Kraft des kondensierten/gebündelten Geistes -
2. Mit dem Verlust der **MITTE** - zhong 中  
= der Geist verliert den Körper und seine Bedürfnisse „aus den Augen“
3. Mit dem Verlust der **LEBENSKRAFT** - qi 氣  
= der Körper zieht sich zusammen und der Geist zerstreut sich  
---> Emotionen, Sentimentalität und Vereinsamung folgen

**Kultivieren & Heilen ist EIN WEG zum und des GESUND-SEINS - er führt von einer dualen zu einer non-dualen Denk-Modalität**

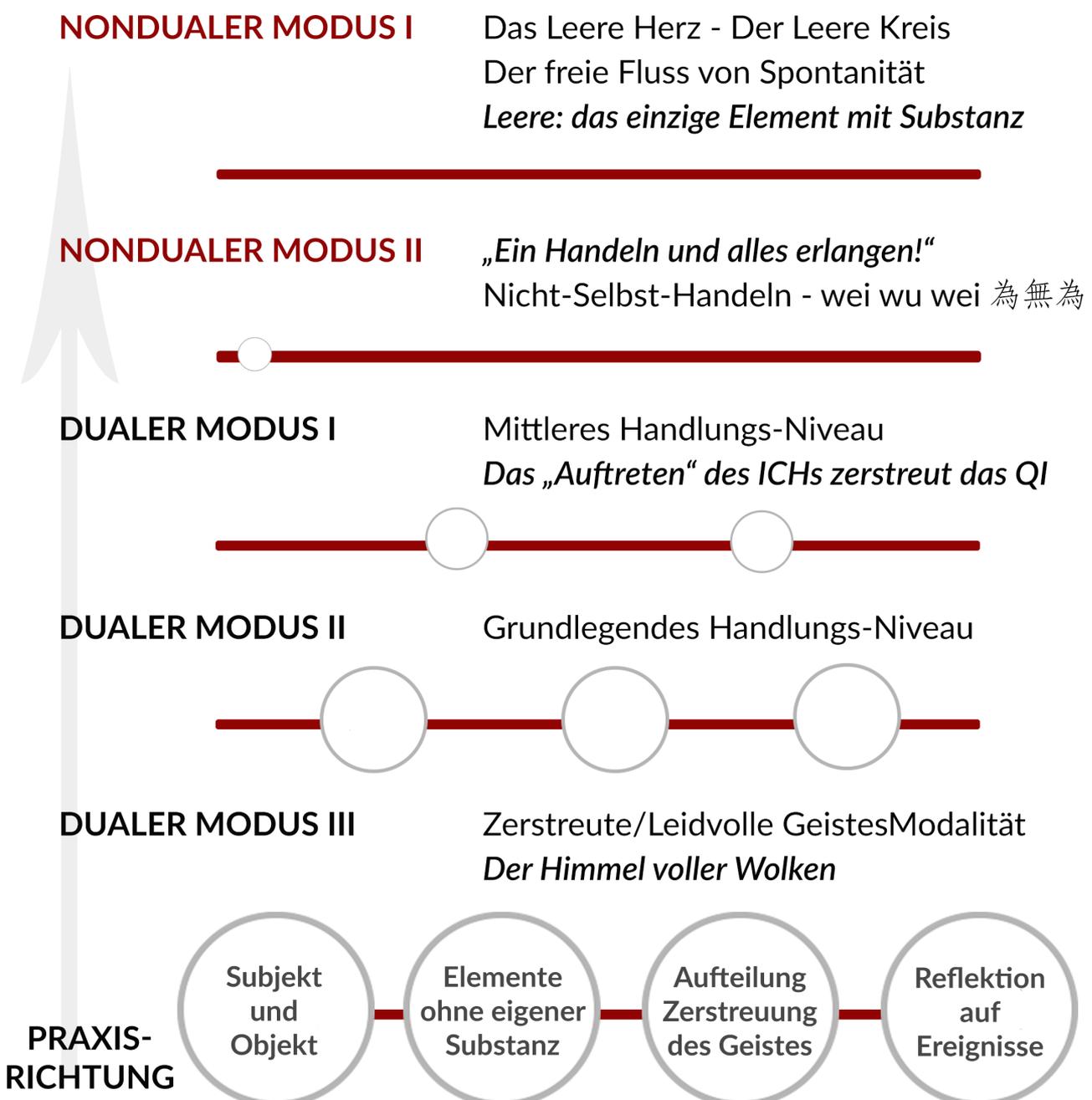


# Der Wiederaufbau der GeistesKraft

- |                                 |              |
|---------------------------------|--------------|
| 1. Das Bündeln des Denkens      | cheng si 成思  |
| 2. Das Kondensieren des Geistes | ning shen 凝神 |
| 3. Das Verdichten des Geistes   | hou shen 厚神  |

Die Praxis führt zurück in die Modalität der **Leerheit - Shunyata:**  
im Sinne von: **“Leer von allen Elementen ohne eigener Substanz!”**

- Dzogchen: Der ursprüngliche Zustand
- Daoismus: Der Leere Kreis - wu ji 無極
- Konfuzianismus: Der **Weg** ist das Ziel



## HerbstPraxis 2021

### Drachen-Tor-Schule

DAS KONDENSIEREN DES GEISTES                      lian shen fa 鍊神法  
*"Höhle" - Die Linie - den Pfad - der WesensNatur*

DAS VERDICHTEN DES GEISTES                      zhuan shen fa 專神法  
*MantraRezitation - "ursprüngliches - vollständiges Herz"*

### 27. September - 28. Oktober 2021

---

DAS STEHEN IM LEEREN KREIS                      wu ji zhan 無極站

AMITHABA-Praxis mit den 4 dynamischen Bewegungen  
*Schwingungs-, Informations- und Offenbarung-Feld*

DIE METHODE SCHWINGENDE ARME                      hui bi fa 揮臂法  
*Drei klassischen Niveaus*

DAS 3FACHE BEWAHREN

### 08. - 22. November 2021

---

DAS SITZEN IN VERGESSENHEIT                      zuo wang 坐忘

DIE METHODE DES AUFBLÜHENS UND VERGESSENS  
*Eine essenzielle Methode der DrachenTor-Schule*

DIE VAIROCANA-PRAXIS - hohes Niveau

DIE GRUNDLAGEN DER EMBRYONAL-ATMUNG  
*Yin & Yang austauschen, abgleichen und zurückbringen*

DAS 3FACHE BEWAHREN

wu ji zhan 無極站

## Das Stehen im Leeren Kreis I



### Die Leitprinzipien der Praxis

#### 1. Eintreten über die Methode des Ordners zhi fa 治法

- das Korrigieren der Fussstellung, das Öffnen des **da zhui** --> 100 Gelenke,
- das Begradigen der Wirbeläule, die Qi-Kugeln in den vier HauptGelenken, das Öffnen des Atlas-Bereiches, das Hinzufügen der ArmPosition ...
- EINE Linie, ZWEI Flächen, DREI LeerRäume
- ZWEI leere Fäden verbinden den MENSCHEN mit der Wurzel des Himmels und der Wurzel der Erde

#### 2. Vertiefen des Zustands shen ru zhuang 深入狀

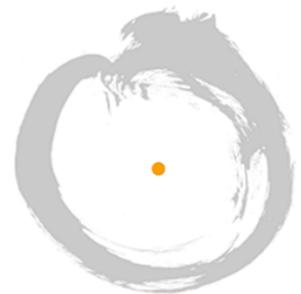
Das Praktizieren geeigneter Methoden - siehe Weiterführung II:

1. um „KOPF UND BAUCH“ zur GLEICHWERTIGKEIT zu führen
2. damit die MITTE dem Leben wieder STABILITÄT gibt
3. damit das HERZ dem Leben wieder INTELLIGENZ - eine SEELE gibt

#### 3. Das Stehen im Leeren Kreis

- im Natürlichen Zustand - mit Verdichteten Geist - Leeren Herzen
- unbeirrt, beständig, gebannt, nicht-manipulierbar - ding 定

*“Verweile im sich-selbst offenbarenden Raum -  
du-selbst bist der „unbeirrbare Mittelpunkt“*



#### 4. Das Bewahren shou gong 收功 -

- Es sollte klar sein, WAS zu bewahren ist und WIE!

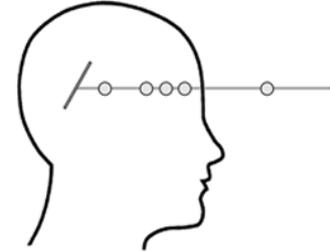
wu ji zhan 無極站

# Das Stehen im Leeren Kreis II

Die vertiefte Form der Selbst-Kultivierung



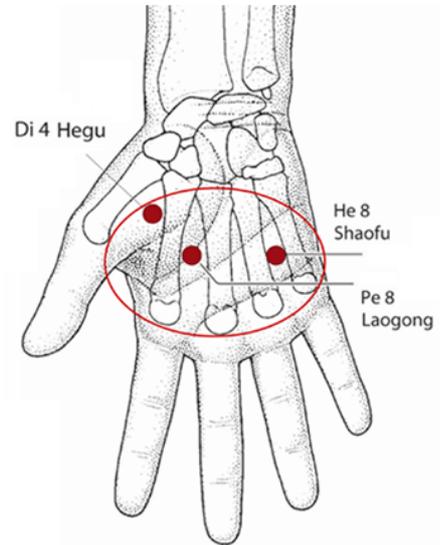
**Die Linie der Wesensnatur** xing xian 性線  
„Pfad der Gegenwärtigkeit“



**EINE Linie** yi xian 一線  
die Fünf Bereiche vereint

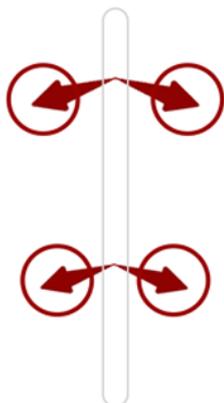
**ZWEI Flächen** er mian 二面  
die Drei Bereiche vereinen

- LU 1 zhong fu - Zentral Präfektur
- LU 2 yun men - Tor in den Wolken
- LU 3 tian fu - Himmlischer Markplatz



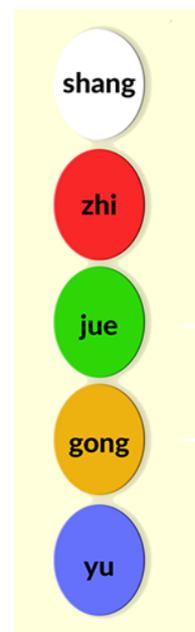
**DREI LeerRäume** san kong bai dian 三空白點

- JadeKissen LeerRaum
- Herz-Feld LeerRaum
- Wahrer LeerRaum



**VIER Qi-Kugeln**  
si qi da zhu 四氣大珠

**FÜNF HimmelsSöhne**  
wu tian zi 五天子



wu ji zhan 無極站

## Das Stehen im Leeren Kreis IV

### **Möglichkeiten des Eintretens**

Die Schüttel-Methode

Spontane Bewegungen

Die Fünf Leitsätze

Das Entspannen auf vier Bahnen

Das Abrollen von Qi-Kugeln

Eis schmelzen, Wasser verdampfen

Die 9 Körperlichen & 3 Geistigen

DIE STILLE - Hexagramm 11

*Belebter Körper - Empfangender Geist*

dao yin fa - Himmel, Mensch und Erde

Das spontane Eintreten

Das Ling-Qi-Feld-Praxis,

Vairocana oder Amithaba - vertiefte Praxis

### **Qualitäten des WIR-Bewusstseins**

zentriert, offen, grenzenlos

zeitlos, räumig, füllig

HG 11: DIE STILLE und Verdichteter Geist

Verbunden mit der Himmels- und Erde-Wurzel

### **Klassische Positionen**

- Den Baum umarmen
- Die Himmlische Tempelglocke
- Der Lotus auf dem See
- Die Transformation des Markes
- Das Ziehen des Bootes
- Die Fünf oder Neun daoistischen Klassiker
- Die Verbindung mit Stern-Konstellationen
- *Lungen-Leitbahn 1, 2 und 3*
- Unteres, Mittleres und Oberes Dan Tian
- Die neun San-Jiao-Mai-Positionen



# Amithaba-Praxis vertieft

SchlüsselPraktiken zum Zurückgewinnen  
des Himmlische Mandats - tiān mìng 天命



## Das Stehen im Leeren Kreis

### 1. Praxis: mit Atem, Stimme, Gedanken & Bewegung

A. EIN mit Stimme-->mit Geist EIN ... EIN ... EIN ...

B. O MI TOU FO

C. heben öffnen schließen senken

- Geist & Körper öffnen sich - behalten aber ihren KERN
- nach dem 2. Durchgang wird der MING MEN über den Dai Mai geöffnet
- der Innere Geist „beherbergt“ die jeweilige Silbe = „Wirt & Gast“
- verweile im Schwingungs-Zustand - ... im Leeren Kreis
- Das Bewahren ... IDEAL wäre ein Glas heißes Wasser trinken

### 2. Praxis: Das „Verdichteten des Gedankens“

O----->MI----->TOU----->FO----->  
heben öffnen schließen senken

- der Innere Geist „beherbergt“ die jeweilige Silbe = „Wirt & Gast“  
im Verdichteten Geistes, findet sich „nicht ein Spalt freier Raum“  
für das ICH-Bewusstsein

### 3. Praxis: Verweile im Schwingungs-Zustand des „verdichteten Geistes“ und lausche dem „spontanen Klang“ im Herzen

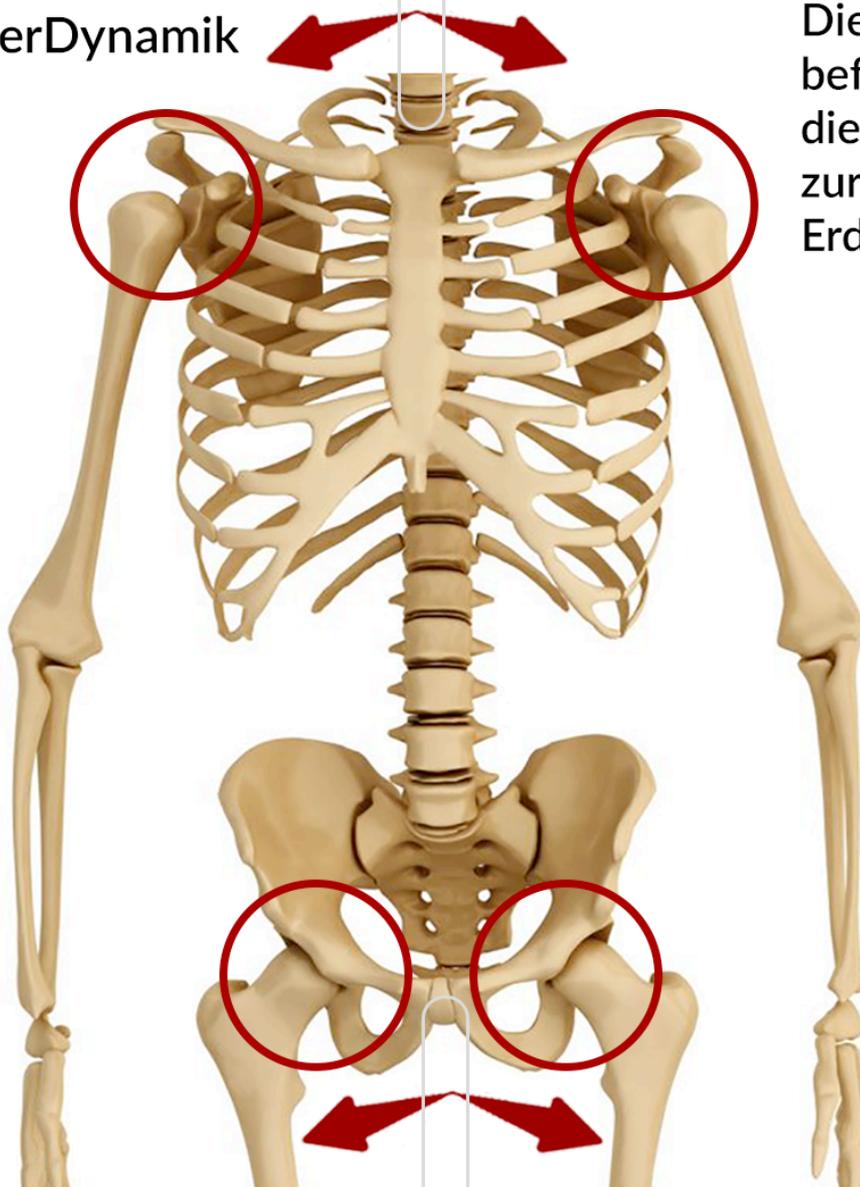
## Das Bewahren

si da zhu 四大珠

## Die Vier -alles umfassenden- Qi-Kugeln

Kann eine subtile Gehirn-Modalität „ins Spiel gebracht wird“ - EIN HANDELN - führt dies zu einer Freisetzung der körper-energetisch-intelligenten Qualitäten, der Gesamt-Körper gewinnt eine enorme Stabilität, Leichtigkeit und Flexibilität. Das Yang-Qi kann so den KörperRaum vollständig DURCHDRINGEN und ihm neu ORDNET & HEILT - zhi 治

KörperDynamik



Die vier Qi-Kugeln befüllen sich über die „Leeren Fäden“ zur Himmels- und Erde-Wurzel

Qi-Kugel-Dynamik



KörperDynamik

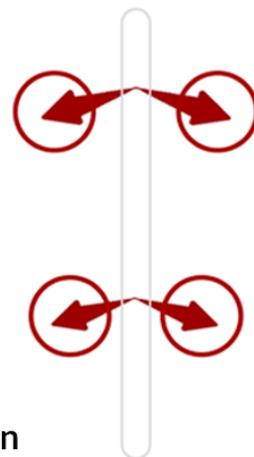
Siehe die Praxis: hui bi fa 揮臂法  
**Methode der Schwingenden Arme**

# hui bi fa 揮臂法

## Methode der Schwingenden Arme

### Das Stehen im Leeren Kreis

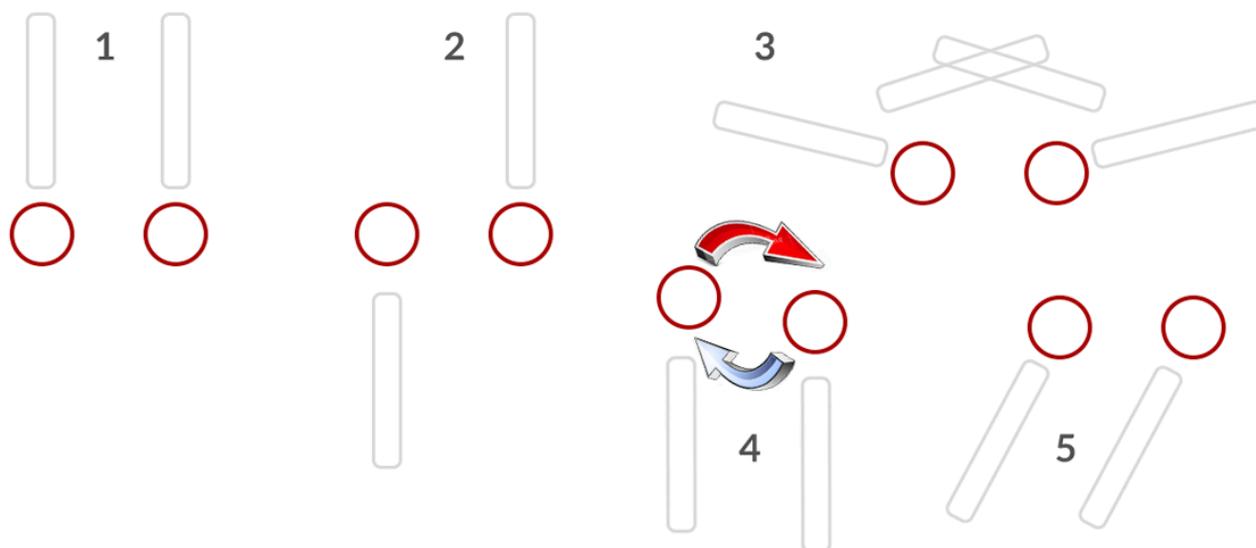
- die Körper Struktur ordnen ... + Linie der WesensNatur
- EINE Linie, ZWEI Flächen, DREI LeerRäume, VIER Qi-Kugeln ...



### Die Drei Nivaus der Schwingenden Arme

#### 1. Niveau: Das 5fache Schwingen mit aktiven Schulter-Qi-Kugeln

- beginne mit dem Armeschwingen aus den SchulterGelenk



#### 2. Niveau: Das 5fache Schwingen mit aktiven Hüft-Qi-Kugeln



#### 3. Niveau: Das Verdichten des Geistes über die Schwingenden Arme

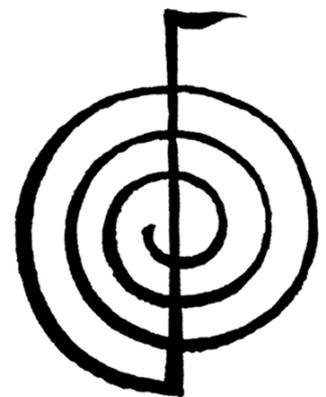
- 3 Punkte
- 1. Verinnerlichte Methode
- 2. Unterer Leerraum - xia kong bai dian 下空白點
- 3. Das Tor von Leben und Tod - ming men 明門

Vairocana-Praxia vertieft  
SchlüsselPraktik zum Zurückgewinnen  
des Himmlische Mandats - tiān mìng

天命

MITTE 中 und HERZ 心

Ur-Schöpferische Wirkkraft & Augenblickliche Intuition



### 1. Teil: Vairocana-Selbst-Initiation

- Ling Qi Tian Praxis
- Die „Geistverändernde Aktivität“
- Verweile im Zustand: **MITTE/HERZ**

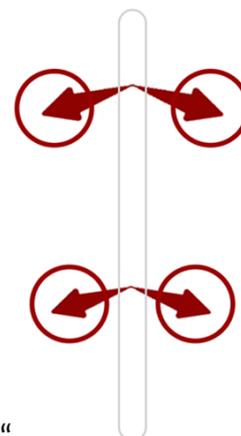
### 2. Teil: „Sitzen in Vergessenheit“

### 3. Teil: Das 3fache Bewahren

tai xi gong 太息功

## Grundlage der Embryo-Atmung I aus der DrachenTor-Schule

Begriffe yang 陽 = Embryo  
yin 陰 = Atmung  
yi 意 = Intention  
nian 念 = „unbewegter“ Gedanken



### 1. Abschnitt

Das Erwecken des Zhong Mai - jiao xing zhong mai 叫醒中脈

- Voraussetzung: „die Fülligkeit der 4 essenziellen Qi-Kugeln“
- **EIN** - das UDT zieht sich zusammen - **wichtig: von vorne & hinten**  
die Hüft- und Schulter-Qi-Kugeln nähern sich nach INNEN an
- **AUS** - das UDT dehnt sich aus -  
die Hüft- und Schulter-Qi-Kugeln entfernen sich nach AUSSEN

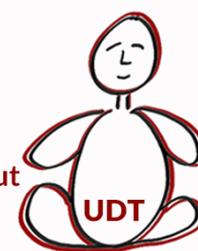
### 2. Abschnitt

Yin und Yang austauschen - yin yang jiao huan 陰陽交換

- shen 神 hat sich über die Haut gelegt und macht alle Poren **durchlässig**
- **EIN** - das UDT zieht sich zusammen - **wichtig: von vorne & hinten**  
dabei wird qi 氣 aus dem Universum in das UDT geleitet
- **AUS** - das UDT dehnt sich aus -  
dabei wird qi 氣 vom UDT in das Universum geleitet

Universum

Tai Yi  
„Qi-Ball“  
Haut



### 3. Abschnitt

Yin und Yang abgleichen - yin yang pi pei 陰陽匹配

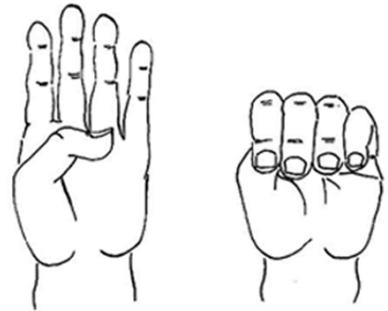
- schaffe den Eindruck „in der Mitte eines Balls zu sitzen“ - tai yi 太乙
- **EIN** - das UDT zieht sich zusammen - **wichtig: von vorne & hinten**  
dabei wird qi 氣 aus dem Rand des Balles in den Körper geleitet,  
wo es sich mit dem körpereigenen Qi „abgleicht/austauscht“
- **AUS** - das UDT dehnt sich aus -  
dabei wird qi 氣 aus dem UDT zum Rand des Balles geleitet

# Grundlage der Embryo-Atmung II aus der DrachenTor-Schule

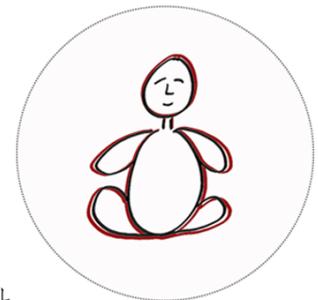
## 4. Abschnitt

Yin und Yang zurückbringen - yin yang gui wei 陰陽歸?

- YIN = Wasser: kan, YANG = Feuer: li  
an ihre ursprüngliche Position bringen
- die Geste „Siegel des Lao Zi“ aufnehmen



- **EIN** - das UDT zieht sich zusammen - **wichtig: von vorne & hinten**  
dabei wird qi 氣 von Rand des Körper in das UDT geleitet,  
bis zum Stillstand: ding 定 = Umwandlung in „Internes Qi“ nei qi 內氣  
dabei werden die Fünf-Wandlungsphasen-Bewegung angesprochen
- **AUS** - das UDT dehnt sich aus -  
lasse das „Interne Qi“ zum Rand des Balls austreten



## 5. Abschnitt

Das Nähren der Fünf WandlungsPhasen - yang wu xing 養五性

im Zustand von Leere das „Internes Qi“ nei qi 內氣 bewegen

Unteres Zinnoberfeld ----> Blase - WASSER ----> Leber HOLZ ---->

Herz - FEUER ----> Milz ----> Magen - ERDE ----> Lungen - METALL ---->

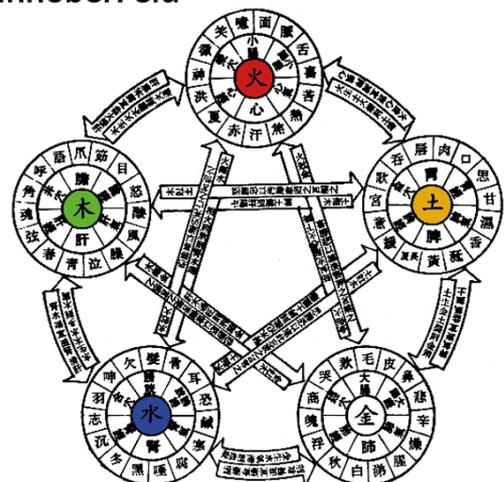
Nieren ----> Blase - WASSER ----> Unteres Zinnoberfeld

## 4. Abschnitt:

Sitzen in Vergessenheit - zuo wang 坐忘

## 5. Abschnitt:

Das 3fache Bewahren - san shou 三守





In der Anwesenheit des Himmels  
und der Lehrmeister - verneige ich mich vor  
**LING, SHEN, QI und JING.**

Ich vertraue eurer Macht  
euch selbst und mich zu heilen.

**EMAHO!**

*Wiederhole dieses Gebet 5x  
und verweile dann in Verehrung, Dankbarkeit und Liebe!*