

体会

Erfahrungen mit der
DEAN METHODE

von
Nicola Martens



Für die geistige Unterstützung und Mitwirkung bei der Entstehung dieses Buches bin ich Meister Dean Li für all diese Hilfe herzlich dankbar.

Den Schriftzug „Tiwei“ auf dem Buchdeckel hat Meister Dean Li gezeichnet.

Tiwei

Erfahrungen mit der DEAN METHODE

aufgeschrieben von Nicola Martens

Juni 2018

Copyright © Nicola Martens
Stürzelberger Str. 7
40547 Düsseldorf
nicola.martens@gmail.com

Foto von Meister Dean Li auf der Buchrückseite:
© 2018 Sifu Center

INHALT

VORWORT	9
ZU BEGINN...	11
DIE ÜBUNG	12
AN DIE WURZEL KOMMEN	17
Energie fließt zusammen	18
Ein Speicher für die Familienenergie	21
Verbunden mit den Ahnen	24
Nichts sein - zusammen wirken	24
Meilenstein	26
Kontakt	27
AUSGLEICH	27
EINE VISION - WIE DIE ENERGIE WIRKT	29
Den Alltag teilen	31
Trennung ohne Hindernisse	34
NICHT VERGESSEN	35
Begegnung mit dem Geist	35
Sichtbares und Unsichtbares	36
Das Karma	38
Unruhe - Emotionen aus der Seele	41
Herz zu Herz - Emotionen aus dem Geist	44
Dankbarkeit und Weite	46
HIER SEIN	47
WIE BUDDHA LIEBT	48
Nichts verstehen	50

Ein Buch schreiben	54
Verbindung	56
ENERGIE DER MILZ - SORGE - FÜRSORGE	59
BEISPIEL HINTER DEM BEISPIEL	62
Die Energie der Lunge - Trauer - Mut	62
Solange wir Menschen sind...	67
Klar wahrnehmen, aus dem Herzen handeln	70
MITGEFÜHL	72
DIE SIXTINISCHE KAPELLE - SCHÖPFUNG	74
BEGEGNUNG	76
SO WIE ICH BIN	78
IM RAUM DER STILLE	80
WÜNSCHEN	84
... dann folgt das wahre Qi ...	86
Die Kunst, loszulassen	90
DER LEBENSTRAUM	92
GEBURTSTAG	96
EINFACH SEIN	97
LIEBE	104
IN DER RUHE BLEIBEN	105
IRGENDWO	110
Die Energie der Liebe	110
Yin und Yang treffen zusammen	112
1000 mal geschmiedet, 1000 mal gegossen	114

Sich erinnern	116
SICH VERABSCHIEDEN	119
IN SICH SELBST GLÜCKLICH	122
VERLUST, GEWINN - UND DAS DAO	123
Leben und Karriere	124
WIR	130
RESPEKT, DANKBARKEIT UND ÜBUNG	130
VERGEISTIGEN	135
IRRESISTIBLE - WIRKLICHES UND UNWIRKLICHES	151
SICH DER ENERGIE ÜBERLASSEN - GRUNDÜBUNG	157
VON DEN KINDERN	159
REISE NACH INNEN	160
EINFACH NÄHER KOMMEN	162
DER KERN	162
Die wahre Natur	164
Die Möglichkeit der Wahl	166
„Eigentlich ist das Leben perfekt“	167
Die Reihenfolge der Stufen	167
Die Hintergründe	168
Das Schicksal und „gute Geister“	170
Die Glücksenergie	172
LEBEN	178
Die Wohnung des Geistes	181
Respekt	181
Kontakt	183

Ruhe und Freilassen	184
Bei sich bleiben	184
selbstvergessen	186
Das Haus für den Geist	187
Der Tropfen Energie	189
TATSÄCHLICHE SACHEN	190
Himmel und Hölle	191
Wahrhaftigkeit und Tatsächliches	192
WENN ES PASST - WIRKLICHES LERNEN	194
PICKEL UND ANDERE MITESSER...	198
DIE NACHT	203
DAHINTER - SCHATZ DER ALTEN UND KINDER	204
MEISTER	206
MYSTERIUM	207
WIE EINE OMA	208
VON ‚EINSAM‘ UND ‚GEMEINSAM‘	212
Selber tief fühlen	213
Bindungen	214
Konzentration und Möglichkeit	215
Zusammen mit anderen	217