



## Tao II (Tao Immortal Classic)

Zeile	Tao Text	Aussprache	Übersetzung/Erklärung
1	Shang Cheng Miao Dao	<i>shang tschöng mie-jau dau</i>	Höchstes und umfassendstes Tao
2	Ao Mi Fa Men	<i>au mie fa men</i>	Die heilige und umfassende Methode, um das Tor der Verjüngung, Langlebigkeit und Unsterblichkeit zu betreten
3	De Dao Zhen Chuan	<i>de dau djun tschuan</i>	Erhalte das wahre Geheimnis durch den Meister
4	Xiu Lian You Wang	<i>schu liän jo wang</i>	Es gibt Hoffnung, die Reise des Xiu Lian zu vollenden
5	Jin Dan Zhi Bao	<i>djin dan jr bau</i>	Der Jin Dan ist der höchste Schatz
6	Xiu Lian Gen Ji	<i>schu liän gun jie</i>	Der Ursprung und die Grundvoraussetzung ist das Xiu Lian (die Reinigungsübung)
7	Chang Shou Yong Sheng	<i>tschang scho jong tschöng</i>	Langes Leben, unsterblich
8	Bu Ar Fa Men	<i>bu ar fa men</i>	Es gibt keine zweite Methode für Fan Lao Huan Tong, Langlebigkeit und Unsterblichkeit
9	Xiu Lian Mu Di	<i>schu liän mu die</i>	Die Aufgabe des Xiu Lian
10	Qu Bing Jian Shen	<i>chü bing djän schön</i>	Entferne jegliche Krankheiten und stärke den Körper
11	Kai Fa Zhi Neng	<i>kai fa jr nang</i>	Entwickle die Intelligenz
12	Zhuan Hua Ren Sheng	<i>djschuan hua wren tschöng</i>	Transformiere das menschliche Leben
13	Yu Dao He Zhen	<i>yü dau he djun</i>	Verschmelze mit dem Tao
14	Chao Hu Yin Yang	<i>tschau ho yin yang</i>	Überwinde die Grenzen der Yin Yang Welt
15	Tiao Chu San Jie	<i>ti-jau tschu san dji</i>	Du wirst nicht mehr von den Prinzipien von Himmel, Mutter Erde und Menschen kontrolliert
16	Wu Xing Wu Ju	<i>wu sching wu djü</i>	Keine Form, keine Kontrolle, keinerlei Beschränkung
17	De Tian Di Jing Hua	<i>de tään did djing hua</i>	Empfange die Essenz des Himmels und von Mutter Erde
18	Yu Ri Yue Tong Hui	<i>yü rr yo-ih tong hua</i>	Strahle gemeinsam mit Sonne und Mond
19	Tian Di Tong Cun	<i>tiän di tong tzun</i>	Lebe gemeinsam mit Himmel und Mutter Erde
20	Chang Shou Yong Sheng	<i>tschang tschoo yong tschöng</i>	Langlebigkeit und Unsterblichkeit
21	Ku Hai Zhong Sheng	<i>ku hai djong tschöng</i>	Alle und alles befinden sich im bitteren Meer, der Yin Yang Welt
22	Sheng Lao Bing Si	<i>tschöng lau bing sz</i>	Geburt, Alter, Krankheit, Tod
23	Yin Guo Chan Shen	<i>yin go tschan tschön</i>	Das Karma kontrolliert Dich, keine Freiheit
24	Fan Fu Lun Hui	<i>fan fu lun huay</i>	Reinkarnation wiederholt sich
25	Xiu Xian Cheng Dao	<i>schu schyen tschöng dau</i>	Verrichte das Xiu Lian, damit Du ein Heiliger wirst, um eins mit dem Tao zu werden
26	Tuo Chu Lun Hui	<i>tuo tschu lun huay</i>	Entkomme der Reinkarnation
27	Ren Xian Di Xian	<i>wren schyen di schiän</i>	Menschliche Heilige und Heilige der Mutter Erde

28	Shang Wei Tian Xian	<i>tschang wäi tiän schiän</i>	Die höheren Heiligen sind die Heiligen des Himmels
29	Dao Xian Zui Shang	<i>dau schyen dzwäi tschang</i>	Die höchsten Heiligen sind die Heiligen des Tao
30	Yu Dao He Zhen	<i>yü dau he djun</i>	Verschmelze mit dem Tao
31	He Xie Yu Zhou	<i>he schyeh yü djo</i>	Harmonisiere die Universen
32	Ao Miao Wu Qiong	<i>au mie-jau wu tschiong</i>	Umfassend und unerklärlich ohne Ende
33	Qu Bing Wei Xian	<i>schü bing wäi schiän</i>	Entferne zuerst die Krankheit
34	Xiu Shan Duan E	<i>schu tschahn duan eh</i>	Sei freundlich und vermeide alles Negative
35	Chu Tan Chen Chi	<i>tschu tan tschön schie</i>	Entferne Gier, Wut und Mangel an Weisheit
36	Xiu Miao Ming Xin	<i>schu mie-jau ming schin</i>	Reinige und erleuchte Dein Herz
37	Wu Si Wei Gong	<i>wu sz wäi gong</i>	Diene anderen selbstlos
38	Xiu Lian Fa Yao	<i>schu liän fa yau</i>	Xiu Lian Prinzipien
39	Shi Wei Gong Pu	<i>shr wäi gong pu</i>	Lege den Gelübde ab, ein Diener zu sein
40	Shi Dai Fu Wu	<i>shr dai fu wu</i>	Diene in allen Leben
41	Fu Wu Xiu Lian	<i>fu wu schu liän</i>	Dienst Xiu Lian
42	Shang Cheng Fa Men	<i>tschang tschöng fa men</i>	Die höchste heilige Xiu Lian Methode
43	Qu Chu Ye Zhang	<i>schü tschu yu djang</i>	Entferne negatives Karma
44	Ji Gong Lei De	<i>ji gong läi de</i>	Häufe Tugend an
45	Yuan Shen Zhen Ling	<i>yüen tschön djön ling</i>	Das Tao ist umfassend und unerklärlich
46	Ben Zai Xin Zhong	<i>ban dzai schin djong</i>	Yuan Shen ist im Inneren des Herzens
47	Bu Sheng Bu Mie	<i>bu tschöng bu mi</i>	Yuan Shen wird nicht geboren und kann nicht sterben
48	Yu Dao Tong Cun	<i>yü dau tong tzun</i>	Yuan Shen und Tao existieren miteinander
49	Ren Ren Jie You	<i>wren wren dji yo</i>	Jeder hat Yuan Shen
50	Wei He Bu Jian	<i>wäi he bu djän</i>	Warum kann der Mensch das Yuan Shen nicht sehen?
51	Shi Su Wu Zhuo	<i>shr su wu djo</i>	Alle Arten der Verunreinigung in der Gesellschaft
52	Xing Qiao Bu Kai	<i>sching schi-jau bu kai</i>	Der Tunnel des Herzens ist nicht geöffnet
53	Xiu Lian San Bao	<i>schu liän san bau</i>	Übe mit den drei Schätzen des Jing Qi Shen
54	Wu Zhuo Zi Hua	<i>wu djo dz hua</i>	Jegliche Verunreinigung transformiert sich selbst
55	Ming Xin Jian Xing	<i>ming schin djän sching</i>	Erleuchte Dein Herz und sehe Dein Yuan Shen
56	Yuan Shen Zhu Zai	<i>yuan tschön dju dzai</i>	Yuan Shen ist verantwortlich für Dein Leben
57	Nei San Bao	<i>nej san bau</i>	Drei innerliche Schätze
58	Jing Qi Shen	<i>djing schi tschön</i>	Materie Energie Seele
59	Wai San Bao	<i>wäi san bau</i>	Drei äußerliche Schätze
60	Er Mu Kou	<i>ar mu ku</i>	Ohren Augen Mund
61	Wang Shi Shen Lou	<i>wang shr tschön luh</i>	Siehst Du verunreinigte Dinge, verlierst Du Deine Seele
62	Wang Ting Jing Lou	<i>wang ting djing luh</i>	Hörst Du verunreinigte Worte, verlierst Du Dein Jing
63	Wang Yan Qi Lou	<i>wang yan schi luh</i>	Sprichst Du verunreinigte Worte, verlierst du Dein Qi
64	Wai San Bao Lou	<i>wäi san bau luh</i>	Drei äußerliche Schätze entweichen
65	Mu Bu Wang Shi	<i>mu bu wang shr</i>	Schaue keine verunreinigten Dinge
66	Er Bu Wang Ting	<i>ur bu wang ting</i>	Höre keine verunreinigten Worte
67	Kou Bu Wang Yan	<i>kou bu wang jan</i>	Sprich keine verunreinigte Worte

68	Wai San Bao Bu Lou	<i>wäi san bau bu luh</i>	Verschließe Deine äußerlichen Schätze, lasse Dein Jing Qi Shen nicht entweichen
69	Bu Shi An Shen Yu Xin	<i>bu shr an tschön yü schin</i>	Schau keine verunreinigten Dinge, damit Dein Shen friedvoll in Deinem Herzen verweilt
70	Bu Ting Xu Jing Yu Shen	<i>bu ting schü djing yü schön</i>	Höre nicht auf verunreinigte Worte, damit das Jing in Deinen Nieren ansteigt
71	Bu Yan Yun Qi Dan Tian	<i>bu yan yün tschi dan tiän</i>	Sprich keine verunreinigten Worte, damit sich das Qi im Dan Tian erhöht
72	Nei San Bao Zi He	<i>näi san bau dz he</i>	Drei innerliche Schätze fügen sich zusammen
73	Wai Bu Lou	<i>wai bu luh</i>	Drei äußerliche Schätze entweichen nicht
74	Nei Zi He	<i>nai dz he</i>	Drei innerliche Schätze werden eins
75	Tong Tian Da Di	<i>tong tiän da di</i>	Verbinde Himmel und Mutter Erde
76	Xiao Yao Dao Zhong	<i>schü-jau dau djong</i>	Verschmelze mit dem Tao und besitze wahre Freiheit und Freude
77	Tao Sheng Yi	<i>dau tschöng yi</i>	Das Tao erschafft das Eine
78	Tian Yi Zhen Shui	<i>tiän yi djen schwai</i>	Des Himmels Einheit geheiligte Flüssigkeit
79	Jin Jin Yu Ye	<i>djin djin yü ye</i>	Goldene Flüssigkeit, Jade Flüssigkeit
80	Yan Ru Dan Tian	<i>yän ru dan tiän</i>	Schlucke sie in den Unteren Dan Tian
81	Shen Qi Jing He Yi	<i>schön schi djing he yi</i>	Vereine Seele Energie Materie
82	Tian Di Ren He Yi	<i>tiän di wren he yi</i>	Vereine Himmel, Mutter Erde und Menschen
83	Jin Dan Lian Cheng	<i>jeen dahn lyen tschung</i>	Der Jin Dan wird gebildet
84	Bao Yuan Shou Yi	<i>bau yüän scho yi</i>	Halte beide Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan
85	Ren Ming Ru Deng You	<i>wren ming ru dung yo</i>	Das menschliche Leben ähnelt einer Öllampe
86	Hao Jin Ming Gui Xi	<i>hau djin ming gwäi schi</i>	Ist das Öl erschöpft, endet das Leben
87	Yu Jian Kang Chang Shou	<i>yü djän kang tschang scho</i>	Wünsche Dir gute Gesundheit und Langlebigkeit
88	Bi Tian Deng You	<i>bi tiän dung yo</i>	Du musst der Lampe Öl hinzufügen
89	Tian Yi Zhen Shui	<i>tyiän yi djun schwäi</i>	Des Himmels heilige Flüssigkeit der Einheit
90	Jin Jin Yu Ye	<i>djin djin yü ye</i>	Goldene Flüssigkeit, Jade Flüssigkeit
91	You Ru Tian You	<i>yo ru tiän yo</i>	Es ist als ob der Lampe Öl hinzugefügt wird
92	You Deng Chang Ming	<i>yo dung tschang ming</i>	Das Öl brennt jederzeit
93	Xiu Xian Zhi Dao	<i>schu schiän jr dau</i>	Um ein Heiliger zu werden
94	Xing Ming Shuang Xiu	<i>sching ming schwang schu</i>	Praktiziere Xiu Lian, damit sich Intelligenz und Körper entwickeln
95	Ming Xin Jian Xing	<i>ming schin djiän sching</i>	Erleuchte Dein Herz, um Dein Yuan Shen zu sehen
96	Chao Fan Ru Sheng	<i>Tschau fan ru chung</i>	Erhebe Dich über das gewöhnliche Sein und werde ein Heiliger
97	Jing Ding Hui Ming	<i>djing ding hwäi ming</i>	Ruhig, still, intelligent und erleuchtet
98	Jing Zhong Sheng Ding	<i>djing djong chung ding</i>	Stille entspringt der Ruhe
99	Ding Zhong Sheng Hui	<i>dding djong chung hwäi</i>	Intelligenz entspringt der Stille
100	Hui Zhong Sheng Ming	<i>hwäi djong chung ming</i>	Erleuchtung entspringt der Intelligenz
101	Tiao Chu Yu Hai	<i>ti-jau schu yü hye</i>	Springe aus dem Meer der Begierden
102	Fu Wu Wan Ling	<i>fu wu wan ling</i>	Diene allen Seelen
103	Bao Yuan Shou Yi	<i>bau yüen schoo yi</i>	Halte beide Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan

104	Tong Ti Tou Ming	<i>tong ti to ming</i>	Der gesamte Körper ist transparent
105	Ren Zhi Chu	<i>wren jr tschu</i>	Der Ursprung des Menschen
106	Jing Luan Hua Ren	<i>djing luan hwua wren</i>	Samen und Eizelle erschaffen ein menschliches Wesen
107	Nei Shen Xian Sheng	<i>nai schön schiän schöng</i>	Zuerst entstehen die Nieren
108	Jian Zhang Liang Mu	<i>djiän djang liang mu</i>	Allmählich wachsen beide Augen
109	Hou Sheng Wai Shen	<i>ho schöng wei schön</i>	Das Harnweg-System wächst, so auch die Sexualorgane
110	Wu Zang Liu Fu	<i>wu dzang liu fu</i>	Die fünf Yin und sechs Yang Organe wachsen
111	Si Zhi Bai Hai	<i>sz jr bai hai</i>	Die vier Gliedmaßen und das Skelett
112	Zhu Ci Er Sheng	<i>dju tszz ur schöng</i>	Wachsen nach und nach
113	Ru Jing Wang Wo	<i>ru djing wang woh</i>	Meditiere tief und begeben Dich in die Stille und vergiss Dein Selbst
114	Cha Na Wu Kong	<i>tscha na wu kong</i>	Begeben Dich mit einem Mal in die Leere und in das Nichtvorhandensein
115	Huang Xi Hu Xi	<i>huang schi hu schi</i>	Spirituelle Bilder erscheinen und lösen sich auf
116	Zhen Qi Cong Zhi	<i>djön schi tsong jr</i>	Zhen Qi, das Qi des Yuan Shen, wird hergestellt
117	Zhen Qi Sheng Ni Wan	<i>djön schi schöng ni wan</i>	Zhen Qi steigt auf zum Zu Qiao
118	Hua Yu Ye	<i>hua yü ye</i>	Transformiere zu Jade Flüssigkeit
119	Ru Zhong Yuan	<i>ru djong yüän</i>	Schlucke es hinunter in den Unterbauch
120	Zi Run Dan Tian	<i>dz rwun dan tään</i>	Nähre den Unteren Dan Tian
121	He Wei Kun Gong	<i>he wäi kun gong</i>	Was ist der Kun Tempel?
122	Shen Shang Xin Xia Gan Zuo Pi You	<i>schön schang schin schya gah dzwo pi yo</i>	Über den Nieren, vor dem Herzen, links von der Leber und rechts von der Milz
123	Liang Shen Zhi Qian Qi Lun Zhi Hou	<i>lyang schön jr tschiän schi lun jr ho</i>	Vor den beiden Nieren, hinter dem Bauchnabel
124	Zhong Xu Zhi Qiao Zhen Qi Chan Di	<i>tjong schü jr tschi-jau jun tschi tschan di</i>	Der Raum im Kun Tempel ist der Bereich, der das Zhen Qi enthält
125	Mu Qi Kun Gong	<i>mu tschi kun gong</i>	Der Kun Tempel überbringt das Qi der Mutter Erde
126	Yin Yang Jiao Gou	<i>yin yang dji-au go</i>	Yin Yang verbinden sich im Kun Tempel
127	Kun Gong Yi Shou	<i>kun gong yi schoo</i>	Konzentriere Dich auf den Kun Tempel
128	Zhen Huo Zi Lai	<i>djun huo dz lai</i>	Das wahre Feuer aus dem Yuan Shen kommt von selbst
129	Chan Yao Zhi Yuan	<i>tschhn yau jr yüän</i>	Der Kun Tempel ist die Quelle für das Yao (Die Substanz des Jin Dan)
130	Zhen Qi Zi Gui	<i>djun tschi dz gwäi</i>	Das Zhen Qi kehrt zurück zum Kun Tempel
131	Tian Di Wei Pan	<i>tiän di wäi pan</i>	Bevor es Himmel und Mutter Erde gab
132	Qing Zhuo Wei Ding	<i>tsching jwo wäi ding</i>	Existierten das reine Qi und das schwere Qi noch nicht
133	Hun Dun Yi Qi	<i>hun dun yi tschi</i>	Es gibt nur das eine Qi, welches das Tao ist
134	Shi Zhi Qi Hua	<i>shr jr tschi hwa</i>	Wenn es an der Zeit ist, dass das Tao erschafft
135	Qing Sheng Wei Tian	<i>tsching schöng wäi tiän</i>	Steigt das reine Qi empor und bildet den Himmel
136	Zhuo Jiang Wei Di	<i>djwo djiang wäi di</i>	Fällt schweres Qi herab und bildet Mutter Erde
137	Tian Di Kai Hua	<i>tiän di kai hwa</i>	Himmel und Mutter Erde beginnen
138	Di Qi Shang Sheng	<i>di schi schang schöng</i>	Das Qi von Mutter Erde steigt empor
139	Tian Qi Xia Jiang	<i>tiän schi shia djang</i>	Das Qi des Himmels fällt herab
140	Wan Wu Yun Sheng	<i>wan wu yün schöng</i>	Unzählige Dinge werden erschaffen
141	Bao Yuan Shou Yi	<i>bao yuän shoo yi</i>	Halte beide Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan

142	Zhen Jing Zi Gu	<i>djung jing dz gu</i>	Ursprüngliche Materie wird ohne Unterbrechung erschaffen
143	Zhen Qi Zi Zai	<i>djun tschi dz dzai</i>	Ursprüngliches Qi wird fortwährend erschaffen
144	Zhen Shen Zi Xian	<i>djun shun dz schiän</i>	Yuan Shen manifestiert sich und übernimmt die Führung
145	Bao Yuan Shou Yi	<i>bau yuän schoo yi</i>	Halte beide Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan
146	San Bao He Yi	<i>san bau he yi</i>	Die drei Schätze, Jing Qi Shen, vereinen sich
147	Zhen Qi Zi Xing	<i>djun tschi dz tsching</i>	Ursprüngliches Qi bewegt sich selbst
148	Zhen Huo Zi Yun	<i>djun huo dz yün</i>	Ursprüngliches Feuer bewegt sich selbst
149	Bai Ru Zhu Ji	<i>bai rr djoo dji</i>	Übe für hundert Tage, das Fundament für Deinen Körper aufzubauen
150	Bu Zu Lou Ti	<i>bu dzu lo ti</i>	Erfülle vollständig Deinen durchlässigen Körper
151	Bao Yuan Shou Yi	<i>bau yuän schoo yi</i>	Halte beide Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan
152	Xing Zou Zuo Wo Bu Li Zhe Ge	<i>tsching dzoo dzua wo bu li dje ge</i>	Im Gehen, im Sitzen oder im Liegen, konzentriere Dich stets auf den Jin Dan
153	Qian Ri Wen Wu Huo	<i>tchiän rr wun wu huo</i>	Übe das sanfte Feuer und das starke Feuer für eintausend Tage
154	Shou Yi Yan Jin Ye	<i>schoo yi yan jin ye</i>	Halte beide Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan und schlucke die Jade Flüssigkeit hinunter
155	Xing Ming Shuang Xiu	<i>tsching ming tshuang schoo</i>	Praktiziere Xiu Lian, um Intelligenz und Körper zu entwickeln
156	Ming Xin Jian Xing	<i>ming tshin juän tsching</i>	Erleuchte Dein Herz, damit Du Dein Yuan Shen sieht
157	Chuan Sui Yue Wu Xing	<i>tschuan swäi yü-eh wu tsching</i>	Die Zeit vergeht unbemerkt
158	Guan Jin Qiang Wu Ai	<i>guan jin tschiang wu ai</i>	Gehe widerstandslos durch die goldene Wand
159	San Qian Ri Bao Yuan Shou Yi	<i>san tshiän rr bau yuän schoo yi</i>	Verrichte das Halten beider Hände kreisförmig unterhalb des Bauchnabels und konzentriere Dich auf den Jin Dan für dreitausend Tage
160	Xiu De Yu Dao He Zhen	<i>schu de yü dau he djun</i>	Xiu Lian, um mit dem Tao zu verschmelzen
161	Tian Di Dan Ding	<i>tiän di dan ding</i>	Himmel, Mutter Erde haben keine Emotionen, kein Begehren, keine Anhaftungen
162	Yang Sheng Yin Jiang	<i>yang schöng yin jiang</i>	Yang Qi steigt auf, Yin Qi steigt herab
163	Ri Wang Yue Lai	<i>rr wang yü-eh lai</i>	Die Sonne geht, der Mond erscheint
164	Wan Wu Chang Sheng	<i>wan wu tshang schöng</i>	Alle Dinge erblühen
165	Jing Zhong Zhi Ji	<i>jing djong jr ji</i>	Meditiere bis zur äußersten Ruhe, in der Du Dich selbst vergisst
166	Shen Qi Xiang Bao	<i>shön tschi tschiang bau</i>	Yuan Shen und Yuan Qi halten zusammen
167	Qi Jie Jing Ning	<i>tschi dji djing ning</i>	Yuan Qi und Yuan Jing sammeln sich an und verdichten sich
168	Jie Cheng Jin Dan	<i>dji tchöng jin dan</i>	Jing Qi Shen He Yi um einen Jin Dan zu bilden
169	Dan Tian Wen Nuan	<i>dan tiän wen nuan</i>	Der Bereich des Dan Tian ist warm
170	San Guan Sheng Jiang	<i>san guan shöng djiang</i>	Energie steigt auf und steigt in drei Toren herab

171	Shang Xia Chong He	<i>shang schia tschong he</i>	Di Qi steigt auf, Tian Qi steigt herab, Yang Qi und Yin Qi prallen aufeinander und verbinden sich, um Gleichgewicht herzustellen
172	Ti Hu Guan Ding	<i>ti hu guan ding</i>	Erreiche mit einem Mal die Erleuchtung
173	Gan Lu Sa Xin	<i>gan lu sa schin</i>	Tau bestäubt das Herz
174	Xuan Tian Miao Yin	<i>schwuan tiän mi-jau yin</i>	Höre des Himmels umfassende Klänge
175	Er Zhong Chang Wen	<i>ur djong tschang wen</i>	Höre häufig die Musik und die Stimmen des Himmels
176	Zhi Bao Xuan Zhu	<i>jr bau schwuan dju</i>	Jing Qi Shen He Yi bildet den anfänglichen Jin Dan, so wie eine Perle
177	Zhen Zhen Jing Xiang	<i>djön djön djing schiang</i>	Schau die wahren Bilder
178	Yong Cun Dao Zhong	<i>yong tsun dau djong</i>	Diese Bilder existieren schon immer im Tao
179	You Ru Deng Guang	<i>yo roo döng guang</i>	Genau wie das Licht einer Lampe
180	Chang Ming Bu Xi	<i>tschang ming bu schi</i>	Das Licht scheint immer und ununterbrochen
181	Xian Tian Zhen Yang	<i>schian tiän djön yang</i>	Das angeborene, ursprüngliche Yang ist das Yuan Shen
182	Hou Tian Zhen Yin	<i>hoh tiän djön yin</i>	Nach der Geburt wird das ursprüngliche Yin zu Shi Shen und Körper
183	Liang Qi Yin Yun	<i>liang tschi yin yün</i>	Yin Yang Vereinigung
184	Jie Cheng Xian Tai	<i>dji tschöng schian tai</i>	Bilde ein Heiligen-Baby
185	Xian Tai Dao Tai	<i>schian taiye dau tai</i>	Heiligen-Baby und Tao-Baby
186	Dao Ru Pu Yang	<i>dau ru pu yang</i>	Tao Milch nährt das Heiligen-Baby und das Tao-Baby
187	Cheng Zhang Zhuang Da	<i>tschöng djang djuang da</i>	Das Baby wächst heran und wird stärker
188	Ti Gao Deng Ji	<i>ti gao döng dji</i>	Dein vereintes Yuan Shen und Shi Shen werden erhöht
189	Shi Yue Gong Cheng	<i>shr yu-eh gong tschöng</i>	Das Heiligen-Baby oder Tao-Baby wächst in zehn Monate heran
190	Tuo Tai Fei Sheng	<i>tuo tai fay schöng</i>	Das Seelen-Baby geht auf Reisen
191	Chao Hu Yin Yang	<i>tschau hu yin yang</i>	Geht über die Gesetze des Yin Yang hinaus
192	Wu Xing Wu Ju	<i>wu tsching wu djü</i>	Keine Form, keine Kontrolle, keinerlei Beschränkung
193	Tong Shen Zhuo Yin	<i>tong Schön djuo yin</i>	Nach der Geburt besteht der gesamte Körper aus schwerem Yin
194	Jin Hua Chun Yang	<i>jìn hua tschun yang</i>	Der gesamte Körper transformiert zu reinem Yang, welches Dein Yuan Shen ist
195	Tiao Chu Fan Long	<i>ti-jau tschu fan long</i>	Springe aus der Kontrolle des Yin Yang und San Jie
196	Xiao Yao Wu Qiong	<i>schi-jau yao wu tschiong</i>	Freiheit und Freude im Tao sind unendlich
197	Lian Ji Lian Xin	<i>liän dji liän tschin</i>	Xiu Lian für Deinen Körper und Dein Herz
198	Lian Xin Bu Dong	<i>liän tschin bu dong</i>	Das Xiu Lian Herz kann nicht erschüttert werden
199	Ling Gong Xiu Ding	<i>ling gong tschu ding</i>	Das Xiu Lian für das Herz führt zur Stille
200	Ding Ze Shen He	<i>ding dze schön he</i>	Stille führt zur Harmonisierung von Yuan Shen und Shi Shen
201	He Zi Qi An	<i>he dze tschi an</i>	Die Harmonisierung von Yuan Shen und Shi Shen wird das Qi ausgleichen und erhöhen und bringt wahren Frieden in das Herz
202	An Ze Jing Man	<i>an dze djing man</i>	Genügend Qi und ein friedvolles Herz werden das volle Jing erschaffen

203	Man Ze Dan Jie	<i>man dze dan dji</i>	Genügend Jing sammelt sich an, um den Jin Dan zu bilden
204	Jie Ze Zao Hua	<i>Dji dze dzau hua</i>	Der Jin Dan bildet sich und folgt dem Weg der Natur
205	Xuan Zhu Cheng Xiang	<i>schuan dju tschöng schiang</i>	Die anfängliche Phase des Jin Dan ist wie die Bildung einer Perle
206	Tai Yi Han Zhen	<i>tai yi han djen</i>	Jeder hat das ursprüngliche Yang des Tao, welches das Yuan Shen ist
207	Jin Ye Lian Xing	<i>djin ye liän tsching</i>	Tian Yi Zhen Shui und Jin Jin Yu Ye transformieren Deinen Körper
208	Shen Xing Ju Miao	<i>schön tsching djü mi-jau</i>	Xing Gong und Ming Gong Xiu Lian sind vollbracht
209	Fen Yong Jing Jin	<i>fen yong djing djin</i>	Versuch Dein Allerbestes, um das Xiu Lian zu praktizieren
210	She Sheng Wang Si	<i>schö schöng wang sz</i>	Gib Dein Leben, um das Xiu Lian zu praktizieren
211	Xin Si Shen Huo	<i>tschin sz schön huo</i>	Das Shi Shen gibt seine Rolle ab, das Yuan Shen übernimmt die Führung
212	Fang Ke Xiu Cheng	<i>fang ke schu tschöng</i>	Xiu Lian kann das Tao erreichen
213	Ling Nao Shen Yuan Man	<i>ling nau schön yuän man</i>	Seele Geist Körper Erleuchtung
214	Jin Dan Dao Ti Sheng	<i>djin dan dau ti tschöng</i>	Jin Dan und der Tao Körper werden gebildet
215	Hai Ku Shi Lan	<i>hai ku shr lan</i>	Die Meere trocknen aus und die Steine zerfallen
216	Dao Ti Chang Cun	<i>dau ti tschang tzun</i>	Der Tao Körper lebt ewig
217	Yin Yang Gui Dao	<i>yin yang gue dau</i>	Yin Yang kehren zurück zu Tao
218	Yu Dao He Zhen	<i>yü dau he djön</i>	Verschmelze mit dem Tao
219	Dao Fa Zhi Ran	<i>dau fa dz rahn</i>	Folge dem Weg der Natur
220	Shen Zai Miao Zai	<i>schön dzai mi-jau dzai</i>	Wundervoll and umfassend