

## Biografie von Trillium Seafyre

Von früher Kindheit an war Trillium mit dem Zugang zu meditativen Zuständen und Energien gesegnet, aber erst ab dem Alter von etwa 25 Jahren erhielt sie Unterricht und Initiationen von Lehrern in Meditation und Energiearbeit. In ihrem Leben traf sie viele Lehrer, lernte von ihnen und erhielt Initiationen in (unter anderem) Kriya- und Tantra-Yoga, tibetischem und Zen-Buddhismus, Advaita, Hinduismus und den hermetischen Traditionen.

Auch im innerem und äußerem Qi Gong hatte Trillium das Glück, mit einigen hoch angesehenen und versierten Meistern zu lernen und zu praktizieren.

Über zwei Jahre lang nahm sie an täglichem und intensiv-Unterricht von Meister Shi Heng Zuan und auch Shi Heng Yi vom Shaolin Tempel Europa teil und assistierte ihnen bei der Seminar-Ausrichtung, lernte zahlreiche Formen, nahm an vielen Intensiv-Retreats teil und lebte im Tempel.

Anschließend trainierte sie äußeres und inneres Qi Gong, taoistische innere Alchemie, Gottheiten-Yoga und Hermetik persönlich mit Sifu Mark Rasmus und Sifu Ludovic.

Zudem hat sie sechs heilende Laute Qi Gong von Meisterin Faye Yi Lip und Shaolin-Gesundheitspraktiken zur Selbstheilung von Judy Young gelernt.

Trillium folgte den Lehren und Wegweisern von „Howard“ Huai Hsiang Wang und seinem Stellvertreter Frank Markert und hat die tiefe Bedeutung und „lebendige Umsetzung“ der Prinzipien der inneren Kunst „Prana Dynamics“ erlernt.

Trillium unterrichtet regelmäßig Qi Gong-Kurse, am häufigsten im Wonderland Healing Center und auf der „Inner Walk“-Plattform in Koh Phangan, Thailand. In diesen Kursen liegt der Schwerpunkt auf den „Grundlagen“ des Qi Gong – zu lernen, wie man die Energie „spürt“, sie kultiviert, verschiedene Frequenzzustände dieses Energiebewusstseins erkennt und dann, wie man diese Zustände „willentlich“ erzeugt und die Energie mit Hilfe der Intention steuert.

Der Unterricht umfasst „Schütteln“, um Spannungen zu lösen und Qi zu aktivieren, den Zhan Zuan-Pferde-Stand, um den Energiefluss durch den Körper und die Zirkulation innerhalb der mikrokosmischen Umlaufbahn auszurichten und zu erleichtern, die „Porenatmung“, die Erzeugung eines Qi-Energieballs und einige einfache Bewegungen, um das Qi im unteren, mittleren und oberen Dantien zu bewegen.

In den fortgeschritteneren Kursen wird die Verbindung von Erd- und Himmelsenergie und der „Reinigung des Knochenmarks“ unterrichtet.

Der Unterricht schließt normalerweise mit einem Segment der Stille welches auf dem Rücken liegend praktiziert wird, um die geweckten Energien zu verinnerlichen und zu integrieren und ihnen zu ermöglichen, den physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Körper zu nähren und zu regenerieren.

Teilnehmer berichten „zum ersten Mal in ihrem Leben Energie zu spüren“, „sich nach dem Unterricht ausgeglichen und gestärkt zu fühlen“ sowie von „erhöhter Sensibilität und Energiefluss“ nach wiederholtem Üben.

Trillium veranstaltet auch „Partner-Übungsgruppen“, in denen Energiefluss und Sensibilität mit Hilfe eines Partners kultiviert werden. Hierdurch wird die Fähigkeit und ihre Exaktheit verbessert Energie mittels der Intention bewusst zu identifizieren, sie nutzbar zu machen, sie zu synchronisieren, sie zu verstärken und sie zu bewegen.

Trillium bietet einwöchige Qi Gong-Workshops in Kleingruppen sowohl in Thailand als auch anderswo an. Auch nimmt sie Privatschüler für maßgeschneiderte Übungs- und Weiterentwicklungs-Programme von kürzerer oder längerer Dauer an.

Ihre Leidenschaft und Gabe ist es, ihre Erkenntnisse aus diesen Lehren und Praktiken zu nehmen und sie in die direkte Anwendung im Leben zu übersetzen, für sich selbst und für ihre Schüler und Klienten. In dieser Anwendung können wir so unsere energetischen Blockaden lösen und damit unser Leben zum Besseren wandeln.

### **EMPFEHLUNGSSCHREIBEN:**

„Liebe Trillium, ich möchte Dir vielmals für Deine Anleitung und für die Liebe danken, die du mir schenkst. Unsere wöchentlichen Sitzungen und Deine Hilfe verändern mein Leben komplett!! Ich habe mich in so kurzer Zeit so sehr verändert“

~ Ines Markert, Deutschland - Prana Dynamics-Schülerin seit 2017

„Trillium verschafft Zugang zu neuen Zuständen. Allein in ihrer Gegenwart zu sein schafft Zugang zu Feinheiten und Zuständen, die zuvor unentdeckt waren. Sie ist in der Lage, einen dorthin zu bringen und dort in Liebe zu halten und einem auch zu zeigen, wie man selbst dorthin kommen kann. Sie ist auch so wundervoll in der Lage Energien und Einsichten dazu zu „erklären“ und aufzuzeigen wie man diese auf das wirkliche Leben anwendet und sie mehr und mehr nutzt, um das Leben und zwischenmenschliche Beziehungen zu verbessern. Ich kann sie in höchstem Maße empfehlen.“

~ Steven Yeh, Bali

„Trillium ist ein außergewöhnlicher Energiekanal. Ihre Fähigkeit, ein klarer Bewusstseinskanal zwischen Dir und „Deinem Selbst“ in allen Facetten zu sein, wird Dir neue Möglichkeiten eröffnen. Sie hat mir bei der mich begleitenden Frage nach größerer Verkörperung auf der Ebene der Selbstfürsorge, der Selbst-Pflege und der Selbst-Nahrung geholfen. Ich kann diese wunderschöne Frau als Quelle der Erleuchtung und Heilung nur wärmstens empfehlen.“

~ Renee S. LeBeau, New Mexico, USA

### **~ Innere Alchemie ~**

Durch Meditation, inneres Qigong und andere Modalitäten der „Körperwahrnehmung und Bewegung“ mit Atemarbeit und intimem verbalem Austausch – wahrgenommen mit einer liebevollen und nicht wertenden Präsenz – ist es möglich, Verhaltensmuster, emotionale Trigger und andere Kontraktionen zuzulassen, die im physischen und nicht-physischen Körper festgehalten werden, ihre Existenz anzuerkennen, sie zu "umarmen" und sie zu wandeln um sie dann loszulassen.

### **Persönlicher Weg und Praktiken**

### **MEDITATION:**

Der beständigste Weg, Methode und auch Leidenschaft in Trilliums Leben war die Meditation. Sie hat im Laufe ihres Lebens viele Initiationen und (geheime) Meditationsanweisungen von verschiedenen Lehrern erhalten. Am wichtigsten zu nennen ist vielleicht die direkte Anleitung von Lama B. Alan Wallace (direkt initiiert von Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama) während eines einjährigen Schweige-Retreats sowie anderer angesehener Lehrer innerhalb der tibetisch-buddhistischen Linie sowie im Zen, Advaita und den Hindu-, Kriya- und Hermetik-Traditionen.

Trillium hat mehr als zehntausend Stunden formelle Meditationspraxis „auf dem Kissen“ genossen, von denen viele in mehr als drei Dutzend Wochen-, Monats- und Jahres-Meditations-Retreats absolviert wurden – die meisten davon in völliger Stille und Einsamkeit. Die vielleicht bedeutendste war ihre Teilnahme an der wissenschaftlichen Langzeitstudie „Shamatha Project“ (die sich über ein Jahrzehnt erstreckte) und in der die Auswirkungen der Meditation über einen längeren intensiven Zeitraum untersucht wurden.

Sie hat im Laufe ihres Lebens als Bewohnerin mehrerer Tempel und Ashrams gelebt – einige der längsten Besuche waren ein knappes Jahr im Mooji Advaita Ashram in Portugal und fünf Monate im Shaolin Temple Europe.

Sie findet, dass Meditation ein wesentliches Tor ist um klar zu sehen.

### **Qi GONG und INNERE ALCHEMIE:**

Trillium hat sich in den letzten Jahren zu einer hingebungsvoll Praktizierenden der äußeren und inneren Künste des Qi Gong entwickelt. Sie ist gesegnet, mit einigen sehr angesehenen und hochqualifizierten Lehrern zu trainiert und Initiationen von ihnen zu erhalten zu haben.

Zuerst praktizierte sie 2,5 Jahre lang täglich intensiv Qi Gong und Tai Chi unter der Anleitung der Shaolin Linienhalter Shifu Shi Heng Zuan und Shifu Shi Heng Yi.

Anschließend wurde sie an drei anerkannte Meister verwiesen, um ihr Verständnis der inneren Künste und der Energieübertragung zu vertiefen und zu kultivieren – Sifu Mark Rasmus ('Elastic Force Qi Gong' und 'Hermetics'), Sifu Ludovic (taoistische 'Peng Tzu'-Linie) und „Howard“ Huai Hsiang Wang („Prana Dynamics“, Taiwan).

Jetzt, nach einigen weiteren Jahren des tiefen Eintauchens, kann sie bezeugen, dass diese geschätzten Lehrer und die Praktiken, die sie so großzügig weitergegeben haben, alle wesentlichen Aspekte und Komponenten der „aktivierenden Meditation als Zustand und Werkzeug zur Verbesserung des täglichen Lebens“ mitbringen indem sie eine neue Art von Bewusstsein in Bewegung und Aktion hineinbringen während gleichzeitig Energie kultiviert und aktiviert wird um ein inneres Gleichgewicht und körperliche Geschmeidigkeit herzustellen.

Es wird ein Zugangspunkt zu bestimmten Frequenzbändern geschaffen – der Akasha-Stille und dem nicht-dualen Licht sowie der vitalen Lebenskraft und dem Astralkörper dem der 'Flusszustand' innewohnt und durch den emotionale Blockaden umgewandelt und das Herz geöffnet werden können – um Verbindung, Kreativität und Liebe zu fördern und durch sie zu wirken...

Trillium ist Autor, veranstaltet weltweit Workshops und lehrt Meditation und inneres Alchemie-Qigong bei „Wonderland“ und „Inner Walk“ sowie private „Transformationssitzungen“ online und vor Ort. Weitere Informationen unter [www.awakeninnerbeing.com](http://www.awakeninnerbeing.com)

~ Es ist wirklich ein Mittel um "als die Lehre zu leben und zu handeln" ~