

Am
9. Oktober
zu Gast
bei uns
im LifePark!



Tulku Lobsang

Hoher buddhistischer Meister und Arzt

Tulku Lobsang ist ein hoher buddhistischer Meister und ein angesehener Arzt der tibetischen Medizin. 1975 im Nordosten Tibets geboren, trat er mit sechs Jahren in die lokale buddhistische Klosterschule ein und wurde im Alter von 13 Jahren als die achte Reinkarnation des Nyentse Lama wieder erkannt. Schon zu diesem Zeitpunkt beeindruckte er die Menschen mit seiner Fähigkeit zu heilen. Tulku Lobsang erhielt eine intensive Ausbildung in den grundlegenden buddhistischen Praktiken, tibetischer Medizin, Astrologie, Philosophie und den Lehren des Tantrayana.

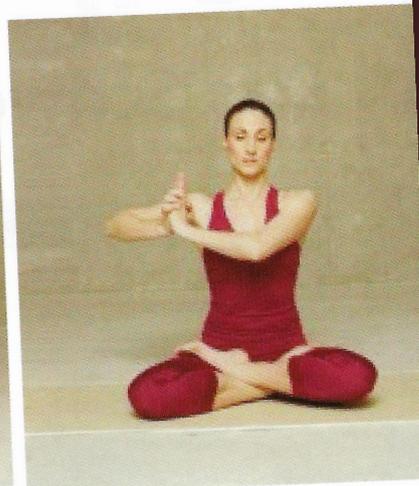
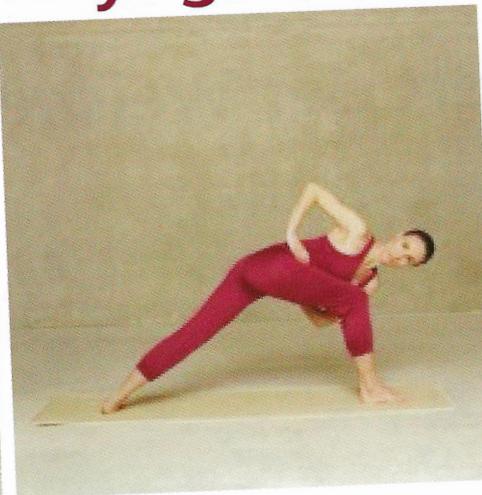
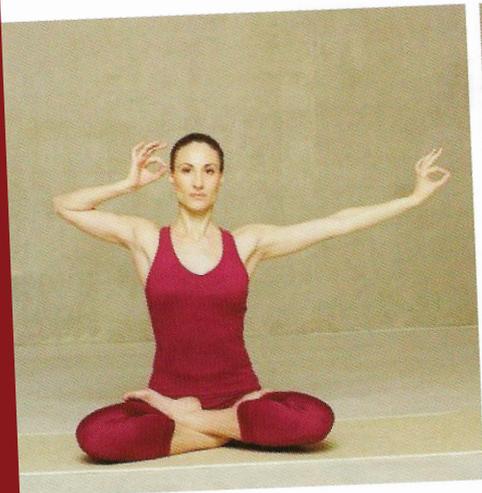
Tulku Lobsang brachte die Lu Jong Praxis in den Westen. Zuvor hatten ihn jahrelang verschiedene Meister mehrerer tibetisch-buddhistischer Schulen gelehrt. Dadurch war es ihm möglich, die Übungen zu sammeln und zu modifizieren, um sie den westlichen Bedürfnissen anzupassen. Das Ergebnis ist ein umfassendes Programm von Körperübungen, welche unseren Körper und Geist in Balance bringen.

Jedes Jahr reist Tulku Lobsang durch Europa, Asien und Amerika, um sein Wissen weiter zu geben. Tulku Lobsangs Unterweisungen sind gekennzeichnet durch seine herzliche und liebenswürdige Art. **Spannend, humorvoll, lebendig und alltagsnah gelingt ihm bei seinen Unterweisungen der Spagat, das jahrtausend alte Wissen des tibetischen Buddhismus in die Gegenwart zu übertragen.** Es ist ihm ein grosses Anliegen, dass sich durch den kulturellen Austausch das Leiden in der Welt verringert.

Lu Jong

Tibetisches Heilyoga

Am 9. Oktober,
Vorstellung von Lu Jong
im LifePark!



LU JONG, TIBETISCHES HEILYOGA

Die Übungen des Lu Jong sind Körperbewegungen, welche vor über 8000 Jahren in Tibet entstanden sind. Die Lu Jong Praxis stammt aus der Tantrayana- und Böntradition und basiert auf der tibetischen Medizin.

Die tibetische Medizin geht davon aus, dass Krankheiten die Folge eines Ungleichgewichts der Elemente oder Lebensäfte sind. Durch die Kombination von Position, Bewegung und Atmung, kann Lu Jong die Körperkanäle öffnen und fehlgeleitete Energie mobilisieren. Die Lu Jong Übungen können dazu beitragen, die physische, mentale und energetische Ebene ins Gleichgewicht zu bringen.

Auf physischer Ebene führt dies dazu, dass die Übungen Heilungsprozesse positiv unterstützen und Krankheiten wirksam bekämpfen können. Praktizieren wir die Übungen regelmäßig, so werden wir gelenkiger, kräftiger und bekommen eine bessere Kondition.

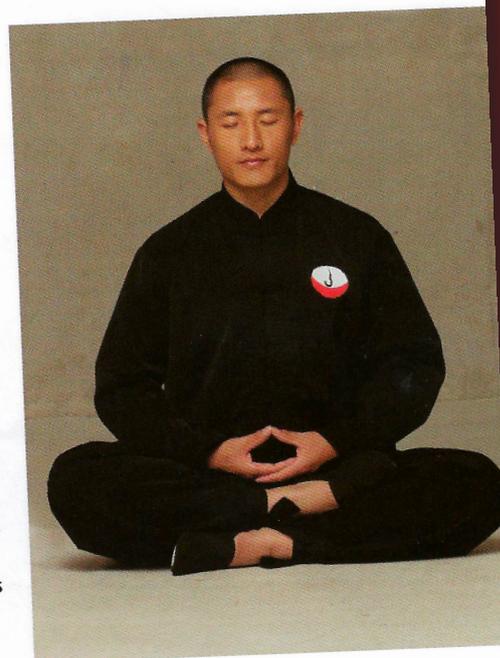
Auf psychischer Ebene helfen die Übungen dabei, negative Emotionen wie Hass und Gier zu überwinden, ein emotionales Gleichgewicht zu erreichen und unsere Energie zu steigern. Wir können mit den Lu Jong Übungen den Geist so beeinflussen, dass er frei und mitfühlend wird. Dadurch werden unser Wohlbefinden, unsere Körperwahrnehmung und unsere innere Sensibilität, sowie die Konzentrationsfähigkeit und Vitalität gestärkt.

Diese Form des Lu Jong stammt aus

der Übertragungslinie von Tulku Lobsang. Tulku Lobsang brachte die Lu Jong Praxis in den Westen. Zuvor hatten ihn jahrelang verschiedene Meister mehrerer tibetisch-buddhistischer Schulen gelehrt. Dadurch war es ihm möglich, die Übungen zu sammeln und zu modifizieren, um sie den westlichen Bedürfnissen anzupassen.

Das Ergebnis ist ein umfassendes Programm von Körperübungen, welche unseren Körper und Geist in Balance bringen. Die Lu Jong Praxis ist für alle Altersgruppen geeignet, unabhängig der eigenen körperlichen Möglichkeiten. Die Lu Jong Übungen sind einfach, doch sie können unser Leben verändern.

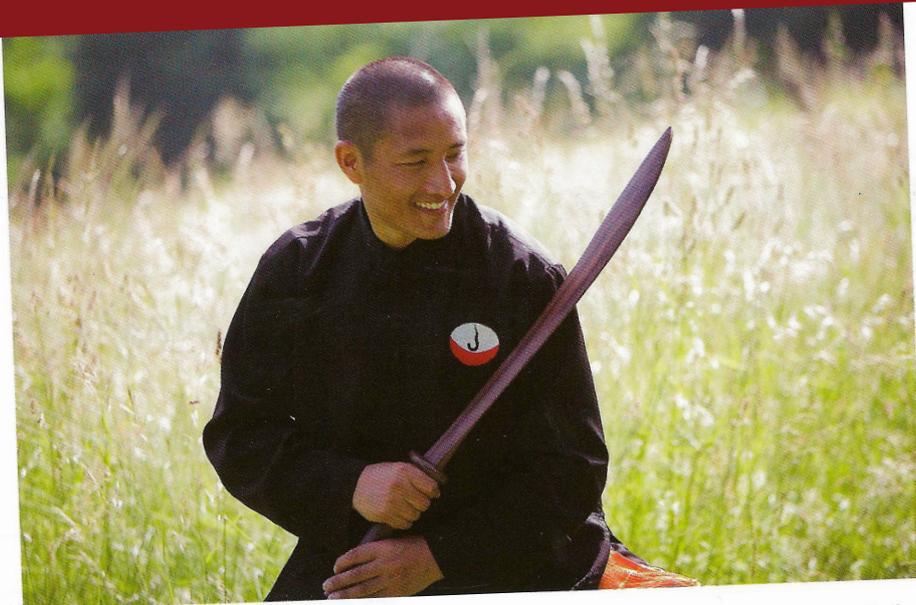
„Mögen die Übungen des Lu Jong das Leiden der Menschen verringern.“
Tulku Lobsang



Tog Chöd

Das Schwert der Weisheit





**Am 9. Oktober,
Vorstellung
von Tog Chöd
im LifePark!**

Basierend auf der berühmten tibetischen Meditationstechnik des Yamantanzes, hat Tulku Lobsang durch die Kombination mit Kalachakrabewegungen die kraftvolle Technik des Tog Chöd entwickelt. Tog Chöd, das Schwert der Weisheit, ist eine Kombination aus Körperhaltungen, Bewegungen und Visualisierungen. Diese Meditationspraxis kann uns helfen, Ängste und Erwartungen zu reduzieren, geistige Prägungen aufzulösen und negative Emotionen zu überwinden. Durch Tog Chöd lernen wir, Gedanken zu durchschneiden. Dadurch können wir Erwartungen, Wahrheitskonzepte und Ängste abschneiden. Das ist wichtig, um in der Gegenwart zu leben und gedanklich nicht in die Vergangenheit oder in die Zukunft abzuschweifen.

Einladung zum Seminar und Vortrag mit Tulku Lobsang im LifePark!

9. Oktober: Lu Jong (Tibetisches Heilyoga) und Gesundheit (SEMINAR)

Ort: LifePark GmbH - Fitness & Gesundheitsclub, Grubmühl 14, 82131 Stockdorf

Datum: 09/10/2011

Uhrzeit: 10:00 - 17:00 Uhr

Kosten: € 80,- Anmeldung erforderlich!

Registrierung: Petra Kürschner-Trinkl
petra.kuerschner@tulkulobsang-organizer.org

9. Oktober: Reduziere deine Erwartungen und sei frei (VORTRAG ZU TOG CHÖD)

Ort: LifePark GmbH - Fitness & Gesundheitsclub, Grubmühl 14, 82131 Stockdorf

Datum: 09/10/2011

Uhrzeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kosten: Eintritt frei! Anmeldung erforderlich!

Registrierung: Petra Kürschner-Trinkl
petra.kuerschner@tulkulobsang-organizer.org

Wir bitten um Verständnis, dass am 9.10.2011, auf Grund dieser Veranstaltung, der normale Betrieb im LifePark geschlossen ist! Bitte rechtzeitig anmelden, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist!

8. Oktober: Ebenfalls Seminare in München (Innenstadt), Registrierung Judith Becker

Näheres bitte unter: www.tulkulamalobsang.org „TOURDATEN“ GERMANY 4. - 9. OKTOBER!!!