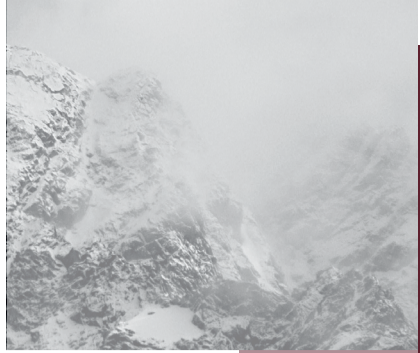


Geboren in Ost-Tibet in der Region Ando

Trat mit sechs Jahren dem Kloster bei

Im AmchokTsenyi-Kloster traf er seinen Hauptlehrer, ein bedeutender Meister mit Namen:

Alak Narke



„WENN WIR UNS SELBST VERÄNDERN, VERÄNDERN WIR DADURCH DIE WELT.“

TULKU STEHT FÜR REINKARNATION

Reiste über Nepal nach Indien, um dort sein Wissen weiter zu vertiefen

Ging nach Dharamsala, wo sich der Sitz der tibetischen Exilregierung befindet und wo auch S.H. der 14. Dalai Lama lebt

Studierte Astrologie & tibetische Medizin

Unterrichtet vor allem:

MEDITATION UND LU-JONG

Merkte, dass der Wunsch sein Wissen weiterzugeben immer größer wurde, so begann er, zu Unterrichten

Hat über 1500 LehrerInnen für Lu-Jong ausgebildet 23 Übungen, die für diesen Videokurs aufbereitet wurden

Andere Menschen zu verändern macht uns selbst unglücklich und ungesund. Das höchste in unserem Leben ist die Freiheit und das Glücklichein



IM TIBETISCHEN BUDDHISMUS WIRD GEGLAUBT, DASS ALLE WESEN WIEDER GEBOREN WERDEN.



Das kostenlose Master-Teaching mit Tulku Lobsang Rinpoche!

Das Glücklichein hat die Kraft, deinen Körper und Geist zu heilen. Das Glücklichein ist wie Medizin. Deshalb:



ANDEREN ZU HELFEN, IST DAS GLÜCK.



Er ist die 8. Reinkarnation des Nyentse-Meister

In Tibet sagen wir:

Worte sind nur ein Hauch aus deinem Mund, aber Taten sind wie ein Gold-Nektar. Mehr Taten als Worte

ÜBUNG:

Wärme jeden Morgen deine Handflächen auf. Sobald deine Handflächen wirklich warm sind, beginnst du dich zu massieren. Vor allem dein Gesicht. (die meisten Verspannungen und Blockaden haben wir in unserem Gesicht.) Anschließend beginnst du mit der Massage sämtlicher Körperpartien. Du kannst das etwa eine oder auch nur eine halbe Minute lang machen. Dann atmest du ganz tief ein. Beim Einatmen öffnest du deinen Brustkorb... Und dann atmest du aus. Diesen Ablauf wiederholst du dreimal. Danach entspannst du einfach deinen Geist. Das heißt: Handflächen aufwärmen. Selbstmassage Drei tiefe Atemzüge und danach einfach deinen Geist entspannen.

LUJONG

