



Lu Jong: Tibetisches Heilyoga

Lu Jong ist eine alte tibetische Praxis der Tantrayana- und Böntradition. Diese Reihe von Bewegungen, die zum Zwecke der Selbstheilung entwickelt wurden, löst Blockaden auf körperlicher, geistiger und energetischer Ebene. Dies ermöglicht uns den Heilungsprozess zu unterstützen, negative Emotionen zu transformieren und unsere Energie zu erhöhen.

Lu Jong hat seine Wurzeln in der tibetischen Medizin. Durch die Kombination von Haltung, Bewegung und rhythmischer Atmung, wird die Wirbelsäule auf sanfte Weise unterstützt und die feinstofflichen Kanäle des Körpers geöffnet. Dies wiederum balanciert die Elemente und Körpersäfte, die grundlegenden Komponenten des Körpers, und harmonisiert so die Systeme des Körpers.

Geeignet für alle Altersgruppen und Fähigkeiten, bringt Lu Jong uns ganz in den gegenwärtigen Moment, erhöht unser Körperbewusstsein und beruhigt den Geist. Dies ist die Grundlage für alle spirituellen Praxen. Obwohl es einfache auszuführende Bewegungen sind, kann Lu Jong Ihr Leben verändern!

Wir erhalten diese wundervolle Praxis von Tulku Lobsang, dessen Wunsch es ist, unsere Gesundheit und unser Glückseligkeit zu verbessern. Durch seine Lehren und seine Schüler, bewahrt er die alte Tantrayana Weisheit des Heilens.

Weitere Informationen finden Sie unter **www.lujong.org & www.tulkulobsang.org.**

office@lujong.org | www.lujong.org

Nangten Menlang International ist nicht der Veranstalter der genannten Kurse.
Alle Rechte vorbehalten. © Nangten Menlang International | Grosse Pfarrgasse 3/3 . 1020 Wien . Österreich