

Tulku Lobsang



Tulku Lobsang introduceerde de Lu Jong beoefening in het westen. Nadat hij vele jaren gestudeerd heeft bij meesters van bijna alle Tibetaans-Boeddhistische stromingen, bracht hij de bewegingen bij elkaar en heeft deze aangepast aan de behoeften van het westen. Het resultaat is de serie van 23 Lu Jong oefeningen.

De eerbiedwaardige Tulku Lobsang is een geliefde Boeddhistische meester en arts op het gebied van de Tibetaanse Geneeskunde & Astrologie. Hij is geboren in de provincie Amdo in Noordoost-Tibet, en werd op zijn 13e herkend als de 8e incarnatie van de Nyentse Lama. In die tijd maakte hij al indruk op mensen met zijn enorme vermogen tot genezing. Tulku-la ontving een intensief onderricht in de grondslagen van de Boeddhistische beoefening, geneeskunde, astrologie en Tantrayana.

Door het met ons te delen, houdt hij de eeuwenoude wetenschap van Tantrische genezing en het Tibetaanse culturele erfgoed in stand. Tulku-la's opmerkelijke capaciteiten als leraar stellen hem in staat om onze aangeboren wijsheid weer wakker te laten worden.

www.tulkulobsang.org



Nangten Menlang

Buddhist Medical Center

Deze Lu Jong Leraarsopleiding wordt aangeboden door Nangten Menlang International, waar Tulku Lobsang de directeur van is. Middels deze cursus ontvangt men het volledige en diepgaande onderricht in z'n hoogste kwaliteit.

Nangten Menlang is in 2002 door Tulku-la opgericht in Manali, Noord-India, en is tegenwoordig gevestigd in Wenen, Oostenrijk. De organisatie is gewijd aan het behouden en onderwijzen van Boeddhistische kennis, Tibetaanse medische wetenschap, en Tantrayana genezingskunst. Door lezingen, workshops, retraites en consulten aan te bieden in landen over de hele wereld, verspreidt Nangten Menlang methoden om lichamelijke gezondheid, mentaal geluk en ontwikkeling van de geest te bereiken.

Uitgegeven door: © Nangten Menlang International . Postbus 108, 1011 Wenen, Oostenrijk



www.lujong.org



Lu Jong
Tulku Lobsang
Tibetan Healing Yoga

Lu Jong Tibetaanse Helende Yoga



Word leraar Officieel gecertificeerd door *Tulku Lobsang*

Mariette de Kroon



In 1994 heb ik een HBO-opleiding International Business afgerond. Naast mijn kantoorbaan begon ik in 2000 aan een studie shiatsu. Dit bracht me op een heel nieuw pad dichterbij mezelf en wat ik graag wil bijdragen. In 2006 behaalde ik mijn docentenkwalificatie voor do-in (meridiaan strekkingen) en assisteerde ik lessen aan de shiatsu beroepsopleiding. In 2006 ontmoette ik Tulku Lobsang en begon ik met Tibetaanse oefeningen, in het speciaal Lu Jong, Kum Nye en Tummo.

Wat ik mooi vind, is dat er altijd verschil is hoe je je voelt voor en na Lu Jong beoefening. De oefeningen zijn toegankelijk terwijl ze heel diep en subtiel doorwerken. Je kunt jezelf thuisbrengen in je kalme, heldere geest, terwijl je soepeler en sterker wordt en een innerlijke warmte ervaart. Ik ben Tulku Lobsang zeer dankbaar dat ik deze traditionele Tibetaanse oefeningen van hem heb mogen leren en nu mag delen met meer mensen. Voor mij is dit het pad met een hart.

Contact:
0031-6-14995059

www.lujong.org/mariette
mariette@lujong.org



Lu Jong Tibetaanse Helende Yoga

Lu Jong is een eeuwenoude Tibetaanse beoefening afkomstig uit de Tantrayana en Bön tradities. Het is een reeks van bewegingen ontwikkeld om zelfgenezing te activeren. Zo kunnen we ons energieniveau en weerstand verhogen en onszelf van negatieve emoties bevrijden. Lu Jong is geworteld in de Tibetaanse geneeskunde. Vanuit dit perspectief is ziekte een gevolg van een disbalans tussen de elementen of basisenergieën in het lichaam.

Door de combinatie van vorm en beweging en het gebruik van de ademhaling, opent Lu Jong geleidelijk de lichaamskanalen. Zo lossen blokkades op en kan de energie weer op de juiste wijze stromen. Hierdoor verbeteren de lichamelijke gezondheid, mentale helderheid en energetische vitaliteit. Lu Jong werkt voorzichtig met de ruggegraat - de energiebox van het lichaam - en is geschikt voor alle leeftijden en aanleg. Het wakkert lichaamsbewustzijn en mentale focus aan, de basis voor al onze spirituele beoefening. Hoewel Lu Jong eenvoudig is, kan het je leven veranderen.

Leraar worden

Tulku Lobsang ontwikkelde dit certificeringsprogramma om op deze manier hoge kwaliteit leraren te vormen om zijn Lu Jong oefeningen te verspreiden ten bate van mensen over de hele wereld. Het is belangrijk dat een mogelijke leraar de pure motivatie heeft om anderen te helpen, liefde voor de beoefening heeft, welke gevormd is als gevolg van ervaring, en vooral: respect voor onze leraar, Tulku Lobsang, zonder wie we nooit in staat zouden zijn geweest dit kostbare onderricht te ontvangen. Gecertificeerde leraren ontvangen de steun van Nangten Menlang, inclusief PR materiaal, leshandleidingen, toegang tot webfora en tot de gehele Lu Jong gemeenschap.

PROGRAMMA OVERZICHT

Om een Lu Jong leraar te worden welke erkend wordt door Tulku Lobsang, zijn er drie stappen te nemen.

Vorbereiding: 12 dagen onderricht in de fundamentele theorie en praktijk van Lu Jong met een speciaal geschoolde leraar.

Certificatie: Woon een weekend bij waar je directe overdracht van Tulku Lobsang ontvangt, waar je getest wordt op je kennis, en waar je je getuigschrift verdient.

Verlenging: Om je getuigschrift actueel te houden, moet iedereen iedere twee jaar een opfris-weekend bijwonen.

Onderwijsprogramma

In de 12-dagen durende Voorbereidende Cursus ontvang je:

- **Geschiedenis van Lu Jong**
 - > Oorsprong van Bön en Tantrayana
 - > Lijn van overdracht van Tulku Lobsang
- **Grondbeginselen van Tibetaans Boeddhisme**
- **Overzicht van Tibetaanse geneeskunde**
 - > Anatomie en het Subtiële Lichaam
 - > Theorie van de elementen en energieën
- **De Lu Jong oefeningen en aanpassingen**
 - > Om de vijf elementen in evenwicht te brengen
 - > Om het spier- en skeletstelsel te verbeteren
 - > Ten behoeve van het functioneren van de vitale organen
 - > Om veelvoorkomende aandoeningen te behandelen
- **Bijkomende oefeningen**
 - > massage, ademhalingsoefeningen, meditatie
- **Pedagogische hulpmiddelen**

Details

VOORBEREIDENDE CURSUS

- Lu Jong docentenopleiding weekenden
- Lu Jong docentopleiding vrijdagen

Locaties: Utrecht, Rotterdam/Den Haag

Indien geïnteresseerd: graag een mail sturen naar mariette@lujong.org. Zie ook www.lujong.org.

CERTIFICERINGSWEEKEND

Check de site: www.tulkulobsang.org voor de eerstvolgende data.

KOSTEN

| | |
|-----------------------------------|-----------------|
| Registratie Nangten Menlang Int. | € 420,- |
| Lesgeld Voorbereidingscursus | € 1430,- |
| Lesgeld Certificeringscursus | € 380,- |
| exclusief verblijf en maaltijden* | |
| Totaal | € 2230,- |

* Het bedrag voor het certificerings weekend incl. verblijf en maaltijden verschilt per locatie, de details worden op de website vermeld.

REGISTRATIE/INFO

Contact: Mariette de Kroon
mariette@lujong.org | 0031-6-14995059

Voor aanvang cursus dient het registratiebedrag à € 420,- aan Nangten Menlang International betaald te worden. Het lesgeld voor de voorbereidingscursus kan in termijnen worden voldaan.

