



## **Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist**

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist

*Tulku Lobsang*

**Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist** Tulku Lobsang

 [Download Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zu ...pdf](#)

 [Online lesen Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist Tulku Lobsang**

---

176 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Von jeder ärztlichen Versorgung abgeschnitten entwickelten die Mönche, die als Eremiten in den Bergen Tibets lebten, spezifische Körperübungen namens Lu Jong. Mit deren Hilfe hielten sie auch unter extremen Lebensbedingungen Körper und Seele gesund und heilten Krankheiten.

Tulku Lobsang macht die enge Verbindung von Bewegungspraxis und tibetischer Medizin deutlich, indem er in das grundlegende Konzept dieser Heilkunst einführt. Die Wirkung der Übungen auf die einzelnen Meridiane, Reflexzonen und Organe wird ausführlich erläutert, was ein völlig neues Licht auf die Ursachen einzelner Krankheiten wirft.

Die achtundzwanzig Bewegungsübungen konzentrieren sich jeweils auf miteinander zusammenhängende Körperregionen bzw. Erkrankungen: Es gibt eine Gruppe von Übungen für Kopf- und Rückenschmerzen, Arthritis u. Ä. sowie eine solche zur Stärkung der zentralen Organe Herz, Lungen, Nieren, Milz und Leber. Eine weitere Gruppe von acht Übungen kann bei Verdauungsstörungen, Tumoren, Erkältungen, Depressionen und Schlafstörungen helfen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Tulku Lobsang wurde 1975 in Tibet geboren und ab dem sechsten Lebensjahr in dem spirituell bedeutenden Kloster Nangzi erzogen. Dort wurde er auch als die Reinkarnation eines sehr hoch stehenden Lamas erkannt. Seit 2000 ist der für seine herzliche und natürliche Art bekannte Meister viel in der ganzen Welt unterwegs und gibt Unterweisungen zur buddhistischen Spiritualität und tibetischen Heilkunst. Er ist der Gründer des internationalen Zentrums Nangten Menlang in Wien.

Download and Read Online Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist Tulku Lobsang #F0TRJYXDM90

Lesen Sie Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang für online ebook  
Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen  
Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang Bücher online zu lesen.  
Online Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang ebook PDF herunterladen  
Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang Doc  
Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang Mobipocket  
Lu Jong: Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist von Tulku Lobsang EPub