

01(

0N, 2NE/

0ND

7

IEK 0

k

IV

0B

0VR K

0H K

0VR K

0H K

0VR K

0H K

0VR K

0H K

0VR K

0M0K0000/

0000000000

Z0VFK00ZRKE

0K0N0000/

00K0000/

00K0

0*

0I 10V 0 0 0/ 0D

00

20P

¼

Buddhismus & (k

Nyingma Zentrum e.V.

5. Köln

Fon 0221 www.nyingmazentrum.de

00



Buddhismus & (k
Nyingma Zentrum e.V.

DIE FREUDE DES SEINS – KUM NYE-YOGA FÜR DEN GEIST

KUM NYE zeigt uns, was es bedeutet, vollständig in uns selbst zu sein: Körper und Geist befinden sich in vollkommenem Gleichgewicht, wir fühlen uns ganz, nichts fehlt. In unserem Leben scheint es oft so, als ob etwas Grundlegendes fehlt; danach suchen wir im Außen bei Freunden, in Ablenkungen und Unterhaltung.

In der Ausbildung betrachten wir zehn verschiedene Weisen durch die wir aus der Vollständigkeit 'herausfallen' und lernen wie wir wieder zurückfinden können. Schwerpunkte sind Meditationen über die Sinne und den Atem. Dazu vierzig vertiefende KUM NYE Körperübungen, die die Verbindung zum offenen Raum in den Fokus bringen.

"Die Art und Weise, wie KUM NYE Körper, Sinne und Geist entspannt, kann uns in die Kraft und Schönheit des spirituellen Weges einführen.

Die Fülle von Freude inspiriert zur Großzügigkeit des Herzens und zum Wunsch, anderen eine Freude zu bereiten."

Tarhang Tulku *Die Freude des Seins*

An wen richtet sich die Fortbildung

'Aus sich heraus vollständig – nichts fehlt'

- Menschen mit KUM NYE-Yogaerfahrung
- Praktizierende, die bereits die Basis-Ausbildung KUM NYE-Yoga gemacht haben und nun ihr Wissen erweitern möchten. Die Basis Ausbildung (Stufe 1) ist Grundlage fürs Unterrichten von Stufe 2.
- Praktizierende, die ihre eigene Entwicklung und Selbsteilung vertiefen möchten.

Bei Interesse und noch keiner KUM NYE-Yogaerfahrung, bitte im Nyingma Zentrum melden.

Fon +49 (0) 221 - 589 04 74

Mail post at nyingmazentrum.de

ORT

Die Ausbildung findet LIVE am Nyingma Zentrum Köln statt und wird von dort ONLINE ausgestrahlt. Beide Gruppen, sowohl LIVE als auch ONLINE finden zeitgleich statt und arbeiten zusammen. Es soll ein Miteinander und reger Austausch entstehen.

Das Nyingma Zentrum Deutschland e.V. wird zusammen mit vier weiteren internationalen Zentren in den Niederlanden, Brasilien und den USA von Tarhang Tulku Rinpoche geleitet. Nur diese Zentren sind autorisiert, diese Ausbildung anzubieten.