

Einladung zum Vortrag

Tibetische Medizin: Die Heilkunst vom Dach der Welt

**Donnerstag, 16. November 2017, 19.00 Uhr
Im Drikung Kagyu Dorje Ling Zentrum, Nationalstr. 14, Kreuzlingen**

Mit Marianna Neidhart, Naturheilpraktikerin Tibetische Medizin und
Lu Jong Yoga-Lehrerin aus Schaffhausen



Die Tibetische Medizin zählt zu den ältesten Heil-Traditionen der Welt und ist untrennbar mit der buddhistischen Philosophie verbunden. Ihr Fokus und ihre Stärke liegen grundsätzlich in der Prävention, d.h. im Vorbeugen von Krankheiten durch die eigene Lebensführung sowie in der Behandlung von chronischen und psychosomatischen Krankheiten.

Grundlage der Tibetischen Medizin ist die Lehre der drei Körpersäfte Lung, Tripa und Peken. Sie werden durch die fünf Elemente gebildet. In harmonischem Gleichgewicht der drei Körperenergien erfährt der Mensch Gesundheit. Das Besondere an der Tibetischen Medizin ist die ganzheitliche Betrachtungsweise des Menschen. Sie entspricht einem psychosomatischen Menschbild, in dem der Geist auf alle Ebenen des Menschen einwirkt. Eine negative Geisteshaltung (Geistesgifte) stört entsprechend das Gleichgewicht der Körpersäfte und führt längerfristig zu Krankheit. Die Tibetische Medizin beschreibt wertvolle Therapieansätze (z.B. richtige Ernährungs- und Lebensweise, Lu Jong-Yoga, Heilkräuter, Tibetische Massage), die auch im Westen zunehmend Anklang finden.

Der Vortrag gibt eine Einführung in die Tibetische Medizin mit praktischem Bezug zum Alltag und Übungen zum Lu Jong, dem tibetischen Heilyoga. Der Anlass ist kostenlos. Freiwillige Spenden gehen an das Drikung Kagyu Dorje Ling Zentrum, Kreuzlingen.

**Eine Anmeldung ist erwünscht. Bitte richten Sie diese an:
Marianna Neidhart, info@tibetmedizin.ch, Tel. 052 620 33 53,
www.tibetmedizin.ch**