



## Wochenend - Seminar mit Karma Tsultim Namdak 10./11. September 2022 in Berlin – Wilmersdorf

Liebe Sheng Zhen FreundInnen,  
ich freue mich sehr, dass **Karma Tsultim Namdak** aus Hamburg auch in diesem Jahr wieder zu uns kommen. Wir sind guter Hoffnung, dass im September ein Seminar in Präsenz wird stattfinden können.

Er wird **Heart Mind as One** auf Wunsch ein weiteres Mal (früher bekannt als Jesus Qigong – Stehende Form) unterrichten. Diese Sheng Zhen Form beruhigt das Gemüt. Ein ruhiges Gemüt kennt keine Sorgen und kann das Qi nähren. Die körperlichen Bewegungen kultivieren das Qi. Die innere Stille bringt dich zurück zu deinem Herzen. Diese Form ist sehr gut an einem Wochenende erlernbar und für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

**Karma Tsultim Namdak** ist im ehemaligen Königreich Sikkim, an der Grenze zu Tibet, geboren. 18 Jahre seines Lebens verbrachte er als Mönch im tibetisch - buddhistischen Kloster Seiner Heiligkeit des 16. Karmapa. Er studierte an der Klosteruniversität (Karma Shri Nalanda Institute) buddhistische Philosophie mit dem Magister- Abschluss. Seit 1993 lebt er in Deutschland. Im Jahr 2001 begegnete er Meister Li Jun Feng, dem Begründer der Sheng Zhen Meditation- in Ruhe und Bewegung.

Karma Tsultim Namdak gehört zu den weltweit erfahrensten Sheng Zhen Lehrern und unterrichtet seit 2003 vor allem in Deutschland, Frankreich und Österreich.

Seine liebevolle, tiefe Praxis und die humorvolle, lebendige Vermittlung der Sheng Zhen Praxis sind etwas Besonderes und wirken lange nach.

Siehe auch auf seiner Webseite: [www.qigong-training.com](http://www.qigong-training.com).

**Zeit: Samstag, 10.09.22 von 10 – 18 Uhr** (mit Mittagspause)  
**Sonntag, 11.09.22 von 9.30 – 15.30 Uhr** (Bitte kleinen Imbiss mitbringen)

**Ort:** Ev. Vater-Unser-Gemeinde, Gemeindesaal, 2. Stock,  
Detmolder Str. 17, (Ecke Blissestr.), 10715 Berlin

**Verkehrsanbindung:** S+U Bahnhof Bundesplatz oder Heidelberger Platz, Bus 101

**Seminargebühr:** 140 EUR, Frühbucherrabatt bis 30.06.2022 120 EUR

### **Anmeldung und Information:**

Mirjam Kellig

Tel.: 030 – 91 68 98 85

Mobil: 0177 – 259 54 11

Mail: [mirjamkellig@web.de](mailto:mirjamkellig@web.de)

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen bzw. Kennenlernen.

Mit herzlichen Grüßen  
Mirjam Kellig