



## Wochenend - Seminar mit Karma Tsultim Namdak 11./12. September 2021 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 wird und wir hoffen sehr, dass im September ein Workshop in Präsenz wird stattfinden können. Wir sind voller Hoffnung!

Er wird **Heart Mind as One** (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.  
Die Sheng Zhen Meditation wird diesen Kurs ergänzen.

**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 international bekannten Qi Gong Meister und Begründer des Sheng Zhen Gong.  
Karma Tsultim Namdak gehört zu den weltweit besten Sheng Zhen Lehrern und unterrichtet seit 2003 vor allem in Deutschland, Frankreich und Österreich.  
Seine liebevolle, tiefe Praxis und die humorvolle, lebendige Vermittlung des Sheng Zhen Gong sind etwas Besonderes und wirken lange nach.

**Zeit: Samstag, 11.09.21 von 10 – 18 Uhr \***  
**Sonntag, 12.09.21 von 9.30 – 15.30 Uhr \***  
\* mit Mittagspause

**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

**Anmeldung und Information:**  
Mirjam Kellig  
Tel.: 030 – 91 68 98 85  
Mobil: 0177 – 259 54 11  
Mail: mirjamkellig@web.de

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen bzw.  
Kennenlernen.

Mit herzlichen Grüßen  
Mirjam Kellig



