



Khenpo Gelek Jinpa
Belehrungen Magyü Tummo

Geshe Gelek Jinpa wurde 1967 im Östlichen Tibet in der Khyungpo Region geboren. Mit 19 Jahren wurde er Mönch und begann die ersten Studien in Meditation und Dzogchen bei dem Meister Bönying Rangdröl. Er erhielt eine philosophische Ausbildung von dem Gelehrten Geshe Drangsong Yungdrung, der eine Universität am Tsedrup Kloster gegründet hatte. Geshe Gelek verließ Tibet 1992 und schloss sich zuerst dem Kloster von Dolanji an, dort hatte er die Gelegenheit, seine Kenntnisse zu vertiefen, danach studierte er am Triten Norbutse Monastery, wo er den Grad eines Geshe erhielt. Er ist ein Schüler von Yongdzin Rinpoche, von dem er eine gründliche Ausbildung in den Dzogchen Methoden erhielt. Er absolvierte das Tummo-Retreat zweimal - einmal vor seiner Abfahrt aus Tibet und ein weiteres Mal in der Normandie 2001 für ein akademisches Forschungsprogramm über die Effekte der Tummo-Praxis. Er unterrichtet regelmäßig in Shenten Dargye Ling und anderen europäischen Ländern.

In diesem Jahr wird Khenpo Gelek weiterhin Tummo lehren. Es ist die Fortsetzung der Belehrungen, die er im letzten Jahr begonnen hat. Tummo ist eine tantrische Technik mit vielen Vorteilen und einer tiefgreifenden Wirkung auf die eigene Energie und Stabilität in der Meditation. Nebenbei geht es bei Tummo auch um die Erzeugung von Wärme. Beim Bönpo Tummo gibt es eine schöne vorbereitende Sequenz von Visualisierungen und Atemübungen vor dem richtigen Tummo. Es eignet sich auch besonders als Hilfspraxis für Dzogchen. Khenpo Gelek Jinpa wird Tummo aus dem Magyü-Zyklus gemäß dem Kommentar von Yongdzin Lopön Tenzin Namdak Rinpoche unterrichten.

Seminarbeginn: Freitag 29. November 2019 10 Uhr
Seminarende: Dienstag 3. Dezember 2019 12 Uhr

Die Kurssprache ist Englisch mit Übersetzung ins Deutsche.

Veranstaltungsort: Seminarhaus Hans Vogel, Höfen 12 in 91460 Baudenbach
Zimmerreservierung: Telefon 09166/564 oder hans-vogel@gmx.net

[Bitte Sangchö, Chöd Texte und Magyü- Prayer mitbringen!](#)

- **Zimmerpreise** EZ 24 Euro - DZ 20 Euro - Mehrbettzimmer 15 Euro
- **Energiebeitrag** 4 Euro (für Teilnehmer die außerhalb wohnen)
- **Vollverpflegung** 25 Euro (je nach Größe der Gruppe)

Seminargebühren 180 Euro

Anmeldung für das Retreat bitte an Simone Beuerle : si.beuerle@gmx.de
