

Soweit nicht anders angegeben, ist die
Kursanmeldung bei:

Matthias Steurich
Heidenbergstr. 28
D-91186 Büchenbach
Tel. +49-(0)9171- 989 222 7
Fax +49-(0)9171- 989 026 2
E-Mail: Matthias.Steurich@kum-nye.de

Bitte melden Sie sich schriftlich an. Eine Anmeldung ist erst verbindlich, wenn Sie eine Anzahlung von € 50 pro Wochenendkurs bzw. € 100 pro Intensivkurs entweder als Scheck beilegen oder überweisen an: Matthias Steurich, Konto 655 038 55, Postbank, BLZ 760 100 85.

IBAN: DE87 7601 0085 0065 5038 55
BIC: PBNKDEFF

Bei Rücktritt bis zwei Wochen vor Kursbeginn wird die Anzahlung minus € 20 Bearbeitungsgebühr erstattet. Danach bitte eine Ersatzperson stellen, sonst ist leider keine Erstattung möglich. Bei Rücktritt nach Kursbeginn ist die volle Kursgebühr zu zahlen.

Kum Nye ist kein Ersatz für eine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung. Falls Sie ernsthafte medizinische oder psychische Probleme haben, nehmen Sie bitte Rücksprache mit Ihrer Ärztin oder Psychotherapeutin bzw. Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten.

Matthias Steurich, geb. 1947. Psychologiestudium an amerikanischen Universitäten mit Abschluss zum M.A. (Master of Arts) in Klinischer Psychologie. Heilpraktiker für Psychotherapie, Psychosynthese-Therapeut. Von Lama Tarthang Tulku Rinpoche autorisierter Kum-Nye-Lehrer. Über acht Jahre Studium am Buddhistischen Nyingma Institut in Berkeley/USA, davon mehrere Jahre Mitglied des Lehrerkollegiums. Autor von *Tibetisches Heilyoga - Kum Nye* und *Wache Stille*. Übersetzer des Kum-Nye-Übungsbuchs von Tarthang Tulku. Internationale Unterrichtserfahrung seit über 30 Jahren.



Literatur

Matthias Steurich, *Tibetisches Heilyoga - Kum Nye*. Überarbeitete und erweiterte Neuauflage. 224 Seiten, zahlreiche Fotos. Selbstverlag Matthias Steurich 2006. € 9,90.

Matthias Steurich, *Wache Stille*. Eine Doppel-CD mit sechs Kum-Nye-Übungen. Inklusiv einem illustrierten Anleitungsbuch von 44 Seiten. Lapislazuli Edition, 2000. € 25,00.

Matthias Steurich, *Kum Nye - Tibetisches Heilyoga*. In: Ralf Dornieden (Hrsg.), *Wege zum Körperbewusstsein*. Körper- und Entspannungstherapien. S. 175 - 190. Pflaum Physiotherapie. Pflaum Verlag, 2002. € 39,80.

Tarthang Tulku, *Selbsteilung durch Entspannung - Kum Nye*. Aus dem Amerikanischen übersetzt von Matthias Steurich. Zahlreiche Neuauflagen seit 1980. O.W. Barth Verlag, 2010. € 14,99.

Besuchen Sie mich auch im Internet:
www.kum-nye.de

ཀུམ་ནེ་

**KUM NYE
TIBETISCHES
HEILYOGA**

*Kurse mit
Matthias Steurich*

*Frühjahr/Sommer
2012*

Was ist Kum Nye ?

Das tibetische Heilyoga Kum Nye (gesprochen Kum Nje) wurde von Lama Tarthang Tulku Rinpoche in den Westen gebracht. Er erhielt in Tibet eine traditionelle Ausbildung als reinkarnierter Lama und gründete in Berkeley/USA das Tibetan Buddhist Nyingma Institute.

Kum Nye hat seine Wurzeln zum einen in dem tibetischen Yoga-System des *Nying-thig tsa-lung* (Yoga der feinstofflichen Energien), zum anderen in der medizinischen Tradition Tibets. Es umfasst vielfältige Übungsmethoden: Atem- und Meditationsübungen, sehr langsam und achtsam ausgeführte Bewegungen, Selbstmassagen mit Druckpunkten, Visualisationen sowie die Rezitation heilender Laute (Mantras).

In ihrer Gesamtheit regen die Übungen systematisch alle Meridiane, Energiekanäle und -zentren an, lösen sanft Blockaden und harmonisieren den feinstofflichen Energiefluss. Das fördert eine tiefe innere Ruhe bei gleichzeitiger wacher Bewusstheit. Darin können wir zunehmend erkennen, was wirklich heilsam ist.

Das tibetische Heilyoga Kum Nye verbindet auf einzigartige Weise ein in Jahrtausenden gewachsenes traditionelles buddhistisches Wissen um den Weg der Meditation und Geistesentwicklung mit wesentlichen Erkenntnissen der modernen westlichen humanistischen und transpersonalen Methoden der Körpertherapien und Energiearbeit. Mehrere Forschungsarbeiten an der Universität Osnabrück bestätigten die heilende Wirkung von Kum Nye.

* * *

Kum Nye wird auf verschiedenen Stufen unterrichtet, die immer tiefere Schichten des Erlebens und Verstehens ermöglichen:

- Wochenendkurse zum Kennenlernen und Auffrischen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.
- Intensivkurse sind mehrtägige Kurse mit täglich 6 - 7 Stunden Übung. Keine Vorkenntnisse erforderlich.
- 2-jährige Ausbildung. Nur nach Teilnahme am Einführungswochenende.
- Fortbildung sind 5-tägige Intensivkurse zum Aufbau und zur Vertiefung. Teilnahme nur nach einer 2-jährigen Ausbildung.

Die Teilnahme an den Kursen in dieser Übersicht erfordert keinerlei Vorkenntnisse.

17. - 19.2.: ORIENTIERUNGSWOCHENENDE DER 2-JÄHRIGEN AUSBILDUNG 2012/13 IM SAARLAND. € 130. Info: Bitte speziellen Prospekt anfordern bei Matthias Steurich. Anmeldung: Neumühle, Europäisches Zentrum für Meditation und Begegnung, D-66693 Mettlach-Tünsdorf, Tel. +49 - (0)6868 - 91030, Fax 910391, E-Mail: kontakt@meditation-saar.de, www.meditation-saar.de

24. - 26.2.: Wochenendkurs in Kiel. *Sich sich selbst geben.* € 140. Info: Ute Havemann, Tel. 0431 - 77 620, E-Mail: info@reise-zur-ganzheit.de. Anmeldung: Matthias Steurich.

2. - 4.3.: Wochenendkurs in Münster. *Sich sich selbst geben.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

9. - 11.3.: Wochenendkurs in Bochum. € 120. Info & Anmeldung: Haus der Kulturen Ruhr, Tel. 0234 - 3 24 78 30, E-Mail: akademie@prokulturgut.net, www.prokulturgut.net

17. - 18.3.: Wochenendkurs in Stuttgart. *Heilende Energien anregen.* € 100. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

6. - 15.4.: INTENSIVKURS IN CZ-BECHYNE/SÜDBÖHMEN. Kurssprache ist Englisch mit tschechischer Übersetzung. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

20. - 22.4.: Wochenendkurs in CH-Zürich. *Körper und Geist heilen.* CHF 270. Info: Martin Brombacher, Tel./Fax +41-(0) - 44 - 720 60 90, Natel +41 78 891 22 68, E-Mail: brombacher@swissonline.ch. Anmeldung: Matthias Steurich.

4. - 6.5.: Wochenendkurs in München. *Heilende Energien anregen.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

11. - 13.5.: Wochenendkurs in Luxemburg. *Innere Versöhnung.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

18. - 20.5.: Wochenendkurs in Finnland. *Heilende Energien anregen.* Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

27.5. - 2.6.: INTENSIVKURS ZU PFINGSTEN. *Ganzheit wagen.* In den Alpen Norditaliens. Buddhistische Dorfgemeinschaft Bordo - www.bordo.org. Kurs € 300, Vollpension € 284. Info & Anmeldung: Bitte speziellen Prospekt anfordern bei Matthias Steurich.

8. - 10.6.: Wochenendkurs in Berlin. *Sich sich selbst geben.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

15. - 17.6.: Wochenendkurs bei Heilbronn. *Heilende Energien anregen.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

22. - 24.6.: Wochenendkurs in Heidelberg. *Heilende Energien anregen.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

29.6. - 1.7.: Wochenendkurs in Nürnberg. *Heilende Energien anregen.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

4. - 10.7.: INTENSIVKURS IN CZ-BECHYNE/SÜDBÖHMEN. Kurssprache ist Englisch mit tschechischer Übersetzung. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

13.7. - 15.7.: Wochenendkurs in Freiburg. *Körper und Geist heilen.* € 140. Info & Anmeldung: Matthias Steurich.

Besuchen Sie mich auch im Internet:
www.kum-nye.de