

16.10. – 18.12.2024  
Mittwochs, 19:30 – 21:15 Uhr

Living Dao

Deine wahre Qualität wiederfinden

# Leicht - voller Freude und innerer Kraft

Im Sommer 2024 hat Meister Shangshi in seinem Teaching für uns einen Durchbruch erzielt! Durch das neue Teaching können wir jeden Tag die wahre Qualität **leicht, voller Freude und innerer Kraft** in uns wiederfinden. Über die **Struktur** haben wir einen neuen, ganz konkreten Weg dahin. So wird der ganze Weg für uns **greifbar, klar und einfach umsetzbar**. Im Kurs lernen wir, dass wir uns nur noch um diese eine Sache kümmern müssen, egal was wir machen. Alle Praxis führt ab jetzt durch **eine Tür** – und bringt uns in die echte Pause und Freiheit.

Der Schwerpunkt des Kurses liegt im Mantrasprechen. Wir erforschen diesmal unsere **innere Struktur beim Chanten**. Dafür nutzen wir das kraftvolle **Mantra „Om ah vi la hum kha ca rah“**. Es löst unsere Ängste auf und gibt uns ein starkes Herz. Wir werden wieder stabil, rein, friedlich & kraftvoll. In jeder Stunde werden wir es gemeinsam sprechen. Die **Gruppenpraxis** ist eine große Unterstützung, denn im Gruppenfeld können wir leicht jedes Mal ein Resultat bekommen.



**4 Sekunden - Dao Natural Movements - Mantra Unterstützung des Kurses durch Meister Shangshi**

**4 Second Enlightenment** ist unser Fundament. Es ist der schnellste Weg, sich mit dem Licht zu verbinden und in die Freiheit einzutreten.

Bei den **Dao Natural Movements** entdecken wir ebenfalls **die innere Struktur NEU**. Sie ist ein Schlüssel um schnell die richtige Qualität in Körper und Herz zu öffnen. So lernt ihr, im Alltag immer wieder und ganz einfach in ein stabiles, leichtes und freies Sein zurückzukehren.

für Anfänger &  
Fortgeschrittene  
geeignet

**Kurszeit 16.10. – 18.12.2025, mittwochs 19:30 - 21:15 Uhr**

- \* **10 Termine online über Zoom**
- \* **Gemeinsames Praktizieren von 4 Sekunden, Bewegungen & Mantra**
- \* **Audio-Tape von Meister Shangshi für das Mantrasprechen zu Hause**
- \* **Gemeinsame Chatgruppe für Fragen & Feedback zum Kurs**
- \* **kostenlose Einführung „4 Second Enlightenment“ für neue Teilnehmer**

**Gebühr: 140,-€**

**Anmeldung: [kontakt@living-dao.com](mailto:kontakt@living-dao.com), 0179-5247810**

Dr. Weihua Zhang arbeitet seit über 20 Jahren als Ärztin für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und westliche Medizin. Sie ist die erste deutsche Schülerin von Dzogchen-Meister Shangshi. Seit 2003 lernt sie die Essenz dieser alten Tradition direkt von ihm und ist Tutorin von 4 Second Enlightenment, Lehrerin von DAO Natural Movements und ausgebildet in DAO Spirit Healing. Sie leitet Living Dao und übersetzt und assistiert bei Meister Shangshis Seminaren.

Lars Jokubeit lernt seit 2009 von Meister Shangshi und ist neben den Seminaren und Vertiefungskursen in Deutschland auch über viele Jahre zu direktem Unterricht von ihm nach China gereist. Er ist ebenfalls Tutor für 4 Second Enlightenment und ausgebildeter Lehrer für DAO Natural Movements.

