

DECHEN SHAK DAGSAY

Die bekannte schweizerisch-tibetische
Mantra-Sängerin wird am

am 14. September 2024

ANDELFINGEN

besuchen für einen

WORKSHOP!

Mantra Chanting – Jewel Dance
My Lhasa Dance

14. September 2024

Institut für Yoga & Ayurveda,
Landstr. 67, Nähe Bahnhof Andelfingen

Lernen Sie die herzoffene Künstlerin persönlich kennen
und lassen Sie sich inspirieren!

INFOS & ANMELDUNG:

www.lebens-laenglich.ch & gh@yoga-andelfingen.ch



NICHT VERPASSEN!

Dechen ist eine bekannte schweizerisch-tibetische Mantra
Sängerin. Ihr Debut Album ‚**DEWA CHE, Universal
Healing Power of Tibetan Mantras**‘ kam 1999 heraus
und ist mittlerweile zu einem Klassiker geworden.

Sie ist die **älteste Tochter von Dagsay Rinpoche, einem tibetischen
Lama**, von dem sie auch die Übertragungen der heilvollen Mantras
erhalten hat, die sie mittlerweile für eine **weltweite Zuhörerschaft**
singt und auch weitergibt.

Weitere bekannte Alben sind:

**BEYOND mit Tina Turner und Regula Curti, SHI DE a
call for world peace, TARA DEVI, SPIRIT OF
COMPASSION, JEWEL, DAY TOMORROW, EMAHO the
story of Arya Tara...**

Thema **MANTRA CHANTING / JEWEL DANCE and MY LHASA DANCE**

Inhalt Dechen wird einen Einblick in die grosse Kraft des bekanntesten tibetischen Mantra '**OM MANI PEME HUM**' geben, von dem man sagt, dass es die Essenz der 84'000 Texte von Buddha beinhaltet. Vielen ist nicht bewusst, dass diese sechs Silben eine unvorstellbare grosse friedensfördernde Kraft in sich tragen, die sich entfaltet, wenn man sie nur schon sieht, hört, spricht oder singt.

Als Auflockerung zeigt Dechen die einfachen Schritte des **JEWEL Dance**, den Dechen aus Elementen des tibetischen Kreistanzes für dieses Mantra zusammengestellt hat.

Ein besonderes Highlight am Ende des Workshops wird das Erlernen des **MY LHASA DANCE** sein, den Dechen letztes Jahr aus Lhasa mitgebracht hat.

Referentin **Dechen** ist eine bekannte schweizerisch-tibetische Mantra Sängerin. Ihr Debut Album **DEWA CHE, Universal Healing Power of Tibetan Mantras** kam 1999 heraus.

Es folgten Alben wie: **BODHICITA, SHI DE a call for word peace, TARA DEVI, SPIRIT OF COMPASSION, BEYOND mit Tina Turner und Regula Curti, JEWEL, DAY TOMORROW, EMAHO the sory of Arya Tara**

Kosten CHF 190

Termin / Zeit **Samstag** 10.15h – 16.30h

TN-Zahl 10 - 15

Ort **Institut für Yoga & Ayurveda,**
Landstr. 67, 8450 Andelfingen
Nähe Bahnhof, siehe:
<https://www.yoga-andelfingen.ch/home/leicht-zu-finden/>

Parkplätze beim Bahnhof (am Samstag **gratis!**), beim Schwimmbad, **gratis** (siehe auch Seminarbesucher & Seminarbesucherinnen)

Organisation/ Infos **Gabriela Huber** / gh@yoga-andelfingen.ch
oder +41 (0)79 276 50 20

Anmeldung **Bitte schriftlich** an: gh@yoga-andelfingen.ch

Verpflegung Kaffee, Tee und Znüni steht frei zur Verfügung, ebenso ein Kühlschrank und eine Küche

Für die Mittagsverpflegung gibt es ausserdem in Andelfingen eine feine Bäckerei, mit einem Restaurant und ebenso einen BIO-Laden mit einem kleinen Bistro.