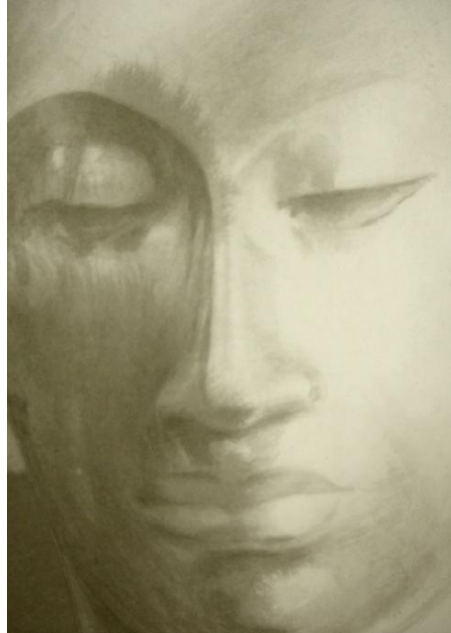


# Wilde Wolken Zen – freies Meditieren

*Sanftes Klopfen  
an die Türen  
dieses flüchtigen Augenblicks*



Lebendige Stille ist ursprünglich.  
Freie Meditation benötigt keine religiösen Dogmen,  
Leitsätze, oder Weltanschauungen.  
Lebendige Stille ist jenseits aller Vorstellungen, die Einfachheit unseres  
natürlichen, ungeborenen Hier-Seins.

**Jeden Mittwoch Gempenstrasse 15 in Basel**  
**19.00 Uhr bis 20.00 Uhr**  
auf Spendenbasis

**Kurze Erläuterungen über freies Meditieren**  
**2 x 20 Minuten Sitzen in Stille, dazwischen 10 Minuten Gehen**

Wir sitzen mit Leichtigkeit, in bequemer, aufrechter Position. Stühle und Meditationskissen stehen zur Nutzung bereit. Bei uns darf sich auch mal jemand zum Meditieren hinlegen, oder aufstehen und sich schütteln.

**Tel.: 061 361 40 86**

**E-Mail: [saajid@herzundstille.ch](mailto:saajid@herzundstille.ch)**