

## **Wilde Wolken Zen**

Von **Montag 12. Februar 2018 18:15 Uhr**,  
auch Einstieg am Mittwoch 14. Februar 18:00 Uhr möglich,  
bis **Sonntag 18. Februar 2018 13:00 Uhr**.

Leitung: Saajid Zandolini und Dani Battisti

Neben den großen spirituellen Traditionen etabliert sich immer mehr eine fundierte Tradition konfessionsloser Mystiker und Zen-Rebellen, welche sich direkt auf die Gründerväter der Religionen beziehen. Diese Menschen verbinden sich mit dem Geist der lebendigen Lehre - ungebunden, offen und weit. Wilde Wolken Zen steht für direkte Hinwendung an den Ursprung unseres Lebens und einen umfassenden, ganzheitlichen Umgang mit dem Thema Erwachen. Spirituelles und weltliches Leben werden als Einheit verstanden.

In unserer Zeit sind wir unendlich vielen Eindrücken ausgesetzt. Die Herausforderung dabei ist mit unseren Selbsterfahrungsprozessen nicht auf einer intellektuellen oder geistigen Ebene hängen zu bleiben. Vielleicht empfinden wir das Leben als etwas, das dort draußen stattfindet und das „mir“ geschieht. Wenn wir jedoch diesen ganzen bunten Zirkus als unser Spiegelbild verstehen und in unser Herz hinein nehmen, so können wir das Leben selbst als unser Herz erfahren. Das ganze Universum sowie unser Ichbewusstsein mit all seinen Ichidentifikationen erscheinen in diesem einen reinen Gewahrsein ungeteilt als unser Selbst, Wesensnatur oder Buddhanatur. Dies zu erkennen, im Menschsein zu verwurzeln und auf allen Ebenen in Wirkung zu setzen ist die Grundlage einer ganzheitlichen Verwirklichung.

Solange dieses Erdenleben in unserem Bewusstsein verweilt ist ein kraftvolles und aufmerksames Bewohnen unseres Körpers die hilfreichste Ausgangslage um unsere Existenz umfassend zu beleuchten.

Durch die drei Säulen unseres Entfaltungsweges „Selbsterforschung, Selbstversenkung und Selbsterfüllung“ widmen wir uns den unterschiedlichen Aspekten unseres Hierseins. Meditation (Zazen-Vipassana) bildet dabei stets unsere Basis. Energiekreise, Sharing, Achtsamkeitspraxis und diverse sanfte Übungen für Körper, Geist und Seele, sowie Gespräche aus der Stille des Herzens, werden uns in diesen Tagen unterstützen.

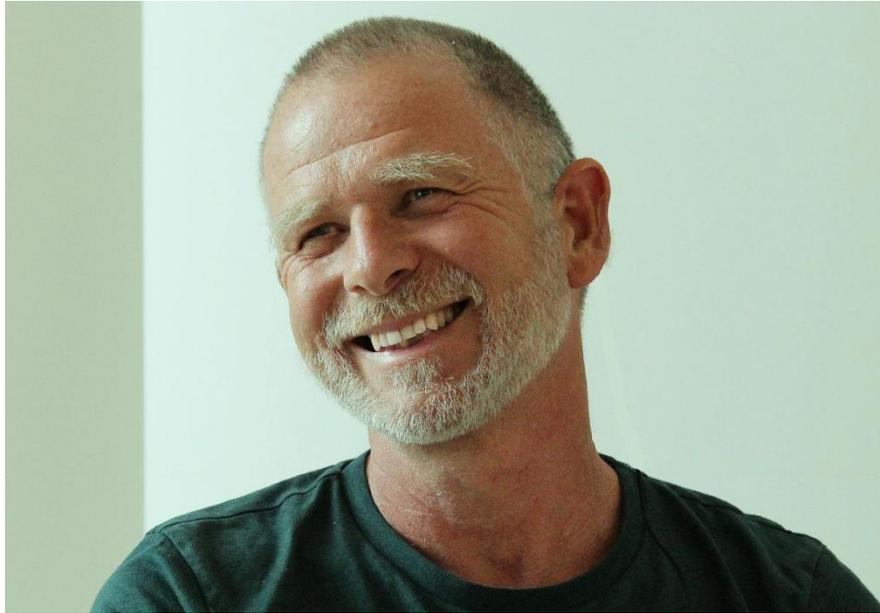
Unsere Themen folgen spontan allem was gerade geschieht und kreisen um:

- Präsenz, Verwurzelung und Zentrierung im und als Körper.
- Selbstliebe und Selbsterfüllung, sowie die Erlösung des emotionalen Schmerzkörpers. Der Umgang mit Wesensnahrung und Herznahrung. Der Unterschied zwischen Emotionen und Gefühle.
- Wie wir üblicherweise Energie verlieren. Wie wir Energie bewahren und aufbauen können. Bewusstwerdung und Ausbalancierung der Energiezentren.
- Verantwortung der Individualität und Verantwortung des Selbst.
- In Freude meditieren. Meditations-Praxis als Lebensweise jenseits von Strategien, Idealen, Hoffnungen und Wünschen.
- Das Ende von Suchen, Finden und Verlieren. Selbstverwirklichung, Entwicklungsprozesse und Zeitillusion. Das lebendige Paradox. Erwachen als bewusstes Selbst. Bewahren des Anfängergeistes.

Wilde Wolken Zen versteht Verwirklichung im Sinne der Vertiefung und Entfaltung unseres Menschseins, ohne spirituelle Ziele erreichen zu wollen. Praxis und Erleuchtung sind nicht voneinander zu trennen.

Generell gilt achtsames, erfülltes, schlichtes Handeln und Ruhen mit Humor und Leichtigkeit. Bitte keine unnötigen Gespräche außerhalb des Gruppengeschehens. Die Mahlzeiten nehmen wir entspannt und in Stille ein.

## Saajid



Schon in früher Kindheit fand Saajid Zandolini Zugang zur Buddhanatur (Wesensnatur), ohne jedoch von seinem Umfeld Erklärungen oder Hinweise darüber zu erhalten.

Saajid lebt in Basel. Er führt Gespräche aus der Stille des Herzens und leitet Selbsterfahrungsgruppen in der Schweiz und im Ausland. Er ist in Liebe mit Osho, Ramana Maharshi, Nisargadatta Maharaj und den Meistern des Zen verbunden.

Saajid versteht sich als Mystiker innerhalb verschiedener spiritueller Traditionen, jedoch nicht als Vertreter dieser Religionen.

Er lehrt Meditation als Lebensweise in einem System der Offenheit, unabhängig von spirituellen Dogmen und scheinbaren Wahrheiten. Seine Hinweise sind entspannend und klärend, erfüllend und bestärkend, in einer einfachen, kompromisslosen und liebevollen Präsenz – ohne Aufteilung in ein spirituelles und in ein weltliches Leben.

[www.herzundstille.ch](http://www.herzundstille.ch)

## Dani



Meister der Chin Woo Kung Fu Schule Uster.  
Erstes offizielles Shaolin Kung Fu Trainings-Center der Schweiz.

In unseren gemeinsamen Herz und Stille-Retreats schöpft Dani ganz spontan aus seinem authentischen Hiersein und dem eigenen Erfahrungsschatz, welcher sich auf dem weglosen Weg seines Erwachens angesammelt hat, um sich intuitiv in das Gruppengeschehen mit einzubringen.

[www.chinwoo-uster.ch](http://www.chinwoo-uster.ch)