



**BigMind-Praxis: Klare Sicht, mitten im Sturm**  
Mit [Sahaja Nadia Lienert](#)

**Samstag, 17. März 2018, 10-16 Uhr**

**Salon im Neuhaus, E.&H.-Kulturstiftung, Oberdorfstrasse 5, 8001 Zürich**

Wir befinden uns als Menschheit in einer grossen Umbruchsphase, wo in mancher Hinsicht kaum mehr ein Stein auf dem anderen bleibt und wir alle gefordert sind, uns im Innen wie im Aussen neu zu orientieren. Dabei ist es von unschätzbarem Wert, wenn wir unsere innere Landschaften kennen, wenn wir unsere Ressourcen gezielt aktivieren können und Zugang finden zu den Ebenen des Bewusstseins, die ewig unberührt sind von jeglichen Bewegungen. Diese Quellen der Stärke, der tiefen Ruhe und Klarheit zu aktivieren, ist das Ziel dieses Workshops.

Der Zen Meister Dennis Genpo Merzel Roshi hat eine Methode entwickelt, mit der dies auf einfache und spielerische Weise und ohne viele Jahre beschwerlichen Übens gelingt. In Big Mind verbindet sich die Essenz der östlichen Lehren mit einigen der wertvollsten Erkenntnisse der westlichen Psychologie. Es befähigt den Menschen, unabhängig von seinem Temperament und seinem Erfahrungshintergrund in sehr kurzer Zeit in einen tiefen Entspannungszustand zu gelangen und sein meditatives Bewusstsein zu erfahren. Big Mind ist aber auch eine Methode der Selbsterforschung, die sehr direkt und äusserst effektiv ist und den unkomplizierten Umgang mit dem Selbst erleichtert.

Sahaja Nadia Lienert ist seit über 2 Jahrzehnten in den Bereichen Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung tätig. Als ausgebildete Erwachsenenbildnerin, Meditationslehrerin und Stressregulationstrainerin begleitet sie seit vielen Jahren Kunden auf ihrem Weg zur inneren Ruhe und zum kraftvollen Ausdruck ihres individuellen Potenzials.

Big Mind ist für sie eine „Perle“, die sie nach 7 Jahren intensiven Studien mit Genpo Roshi mit Leidenschaft selbst anwendet und in Seminaren und Vorträgen weitergibt.

Kostenbeitrag: CHF 100

Mittagspause: Zahlreiche Möglichkeiten zur Verpflegung in der Umgebung.

Anmeldung: [soulresorts@bluewin.ch](mailto:soulresorts@bluewin.ch)