



Salon im Neuhaus

Musik - Literatur - Philosophie - Spiritualität

E.&H.-Kulturstiftung Zürich - Oberdorfstrasse 5 - 8001 Zürich

Veranstaltungskalender: www.eh-kultur.ch/musik/

Samstag, 18. November 2017, 10-13 und 14-16.30 Uhr



Bewusstsein erweitern mit Big Mind

Das innere Selbst ist ein einzigartiges Netzwerk von psychischen und spirituellen Bewegungen. Je mehr dieses Netzwerk mit klarem Bewusstsein gefüllt wird, desto reicher, kraftvoller und authentischer wird der Ausdruck der individuellen Persönlichkeit. Doch wie ist es möglich all diese komplexen Ebenen bewusst zugänglich zu machen?

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. An diesem Workshop erhalten Sie einen guten Einblick in diese Methode.

Kostenbeitrag: Nach eigenem Ermessen (Empfehlung ab CHF 100.-)

Mittagspause: Zahlreiche Möglichkeiten zur Verpflegung in der Umgebung. Wir empfehlen das Buffet im benachbarten libanesischen Restaurant Noon (auch vegetarisch).

Anmeldung: reservation@eh-kultur.ch