

# Experimentelle Zen-Künste

mit **Andreas W Friedrich** (Dozent, Mentor und Spiel-Meister)

**Transverbale Rituale  
Intermediale Improvisation  
Integrale Konstellationen**



jeder kann es...  
fröhlich und überrascht und  
stauend schauen auf das  
eigene Tun und das, was  
geschieht:  
das Spiel der Steine – der Wurf  
des Seils – die Entfaltung  
und der Tanz des Tuches...  
wir kommen in die Mitte, die  
überall ist...  
und immer hier und jetzt  
und jen- oder diesseits  
der klassischen Zen-Künste:  
– Bogenschießen,  
Teezeremonie, Kalligraphie,  
Ikebana, das Sitzen –  
warten auf uns, absichtslos,  
und sich selbstlos freigebend  
für unser schöpferisches Tun,  
für einen un- oder sinnigen  
kreativen Akt, der sich ereignet,  
weil wir umfassend hören auf  
die Gegebenheiten:  
ein Stein ist ein Stein und steht  
für alles, was in einer  
Konstellation gesetzt werden  
kann, ein Seil hat seine  
wesenhaften Eigenheiten,  
die sich im Wurf oder im Ziehen  
zeigen, sowie das Wesen  
des Tuches sich beim Entfalten  
zeigt...

nach dem Konzept von Michael Vetter,  
gemäß dem Buch "Die Psychologie der Seinserfahrung",  
geht es darum, das alltägliche Leben zu verändern...  
– **mehr sehen, wahrnehmen, selbst-bewußt handeln** –

natürlich achtsam, ganz jetzt,  
den Umgang mit Wandlung spielen, leicht  
stauend über die unentdeckten Potentiale...  
das Leben ändert sich stetig...

Die Experimentellen Zen Künste werden am Institut Integrales Tai Ji Quan & Qi Gong  
unterrichtet, können aber auch jedes Seminar, jede Veranstaltung in der jeweiligen Thematik  
begleiten und ergänzen. Diesseits von psychologischen Aufstellungen.  
**Perspektive-Wechsel im Umgang mit Wandlung.**