**Biografie Paul Baatsen**

Ik werd geboren in 1956. Rond mijn 15 jaar werd heel uitdrukkelijk en heftig de drang wakker om de zin van mijn/het leven te begrijpen van binnenuit.  Enkele jaren van onrustig zoeken kwamen plots en onverwacht tot een einde in een vakantie rond mijn 18 jaar.  Voor het eerst was er een alles vervullende ervaring waarin alle vragen tegelijk een antwoord kregen.  Alles was volmaakt zoals het was en dit leven was volkomen zinvol zoals het was: wat een rust en stille vreugde!  Na een week begon deze ervaring weg te ebben, maar iets ervan bleef altijd aanwezig vanaf toen en zette me op het spirituele pad.

Een boek over **zen** wees me de weg.  Ik begon direct regelmatig te mediteren in 1974 en vond mijn eerste zenmeester, **Jeroen Witkam**, bij wie ik jarenlang in Zundert vijfdaagse zensesshin volgde.  Parallel verdiepte ik mij in de **christelijke mystiek** en verbleef regelmatig in abdijen en kloosters.  Ik behaalde een **bachelor in maatschappelijk werk** (richting hulpverlening) en een **master in godsdienstwetenschappen**.  Ik volgde ook 10 jaar **PRH-persoonlijkheidsvorming** en later emotioneel lichaamswerk en **“emotionele integratie”** (NEI van Dr. Roy Martina) om mijn psyche te begrijpen en te hanteren.

1994 werd weer een heel intens jaar.  Ik begon les te geven om mensen te leren verstillen met vooral meditatie en sacrale dans.  Daarvoor richtte ik een **eigen vzw** op **“HARA”**.  Ik verdiepte mij in tao-yoga en tao-zen (Maarten Houtman).  Ik begon aan een **driejarige opleiding intuïtie, reading en healing** bij **Philippe Vandevorst** (vzw Kapstok, later vzw Timotheus). Veel later zou ik nog bij hem de prachtige **“Hope”**-methodiek leren doorgeven.

Een volgend zenmeester, **Jacques Castermane** – een opvolger van **K. Dürckheim**, kwam op mijn weg. Tijdens één van mijn drie zensesshin bij  hem kreeg ik een tweede satori-ervaring.  Het was alsof een kooi rondom mij werd afgebroken, waardoor ik helemaal in mijn “haracentrum” landde.

In 1995 leerde ik **Mira Staes** kennen, mijn levenspartner, en in 2000 werd onze zoon Ilias geboren.  Zij leerden me met vallen en opstaan om vanuit mijn hartcentrum te leven en ze helpen me daar nog dagelijks mee.  In 1999 rondden wij samen de driejarige opleiding tot **docent sacrale dans** af bij **Brigitte Geerlings en Hein Stufkens**(tegenwoordig**in “La Cordelle”**).  Zij leerde me met liefde meditatie én dans te verenigen tot één passie.

In 2002 startte ik 2 jaar intens met het me eigen maken van de **“complete meditation”** bij **Aziz** (zen en advaitameester) in India (3 lange verblijven) en Ierland. Hij initieerde me tijdens de eerste van zeven zevendaagse retraites in “**de State of Presence**“. De inwijding in “zuiver gewaarzijn” en zijn diepgaande inzichten in hoofd-, hart- en buikcentrum vormden me diepgaand om meditatie te kunnen overbrengen aan mensen.

Na die intense India-jaren en vanuit mijn verantwoordelijkheid voor mijn jong gezin, besloot ik terug les te gaan geven als**leraar godsdienst** in het hoger secundair onderwijs.

Om mijn jonge leerlingen beter meditatie te kunnen leren op hun niveau behaalde ik in 2012  het basiscertificaat **mindfulnesstrainer** MBCT (”Mindfulness based cognitif therapy”) en MBSR (”Mindfulness based stress reduction”) in het “Instituut voor Aandacht en Mindfulness” (IAM) en later ook de opleiding “mindfulnesstrainer voor jongeren” bij dr. David Dewulf.

Ondertussen was ik in 2003 retraites beginnen geven: mensen begeleiden bij enkele dagen volledige stilte, wat ik tot vandaag de meest efficiënte methode vind om mensen een grote boost te geven om in hun leven rust en evenwicht te bewaren.

In 2014 werd ik leerling van **Adyashanti** (San Francisco):  3 retraites en 3 online cursussen vormden me verder in **“true meditation”**.

Begin 2017 kwam het prachtige boek van **Hans Knibbe** “Zie, je bent al vrij” op mijn weg.  Door meditatieve lezing ervan kreeg ik onderricht in de zeer diepgaande**“dzochgen”**-traditie, welke leidt tot **“non-meditation”**.  Dit werkte ik een periode verder uit, o.a. met de hulp van mijn zeer gewaardeerde collega **Marc Wenselaers**, een zijnsgeoriënteerd begeleider die deze meditatievorm mag doorgeven.

Eind juni 2017 voltooide ik mijn 50 uren “**yogateacher training module 1**” bij Sabine Libbrecht, waarna ik op haar vraag vanaf september 2017  begon met het geven van **Indische filosofie** en **meditatie** in haar teachertrainingen van de [**Yogastudio.**](http://www.deyogastudio.be/)

Ik wil enkel lesgeven vanuit wat ikzelf voldoende integreerde vanuit mijn ervaringen en inzichten en op mijn eigen manier.  Ik deel gewoon de oefeningen en inzichten die ik voel te mogen en kunnen doorgeven.  Ik volg verder mijn “padloos pad”,  dat ik graag “**integrale meditatie**” noem, en dat zich steeds moeitelozer in mij ontvouwt.  Ik kijk er met vreugdevolle verwondering naar.

Vanaf september 2019 stopte mijn loopbaan in het onderwijs en kan ik me volledig wijden aan de kern van mijn missie: “mensen helpen bevrijden om ten volle hun eigen ding in de wereld waar te maken”.

Welkom, Paul