

Essenz der Praxis

Ein Retreat zur Vertiefung von Meditation

Die Weisheit des Diamond Approach® verbunden mit der Weisheit des tibetischen
Buddhismus



24.08. – 30.08.2025

Seminar- & Gästehaus
"Buddhas Weg"

Buddhas Weg 4
69483 Siedelsbrunn i. Odw.



Dieses Seminar richtet sich an alle, die Meditation kennenlernen möchten, ihre Meditationspraxis vertiefen wollen, einen ‚Reset‘ ihrer Meditationspraxis wünschen, die sich in der Ausübung ihrer Meditationspraxis festgefahren haben und bereit sind mit Neugier und frischem Geist sich dem Thema Meditation zu öffnen. Sowie an alle, die einfach mal in einer schönen Umgebung und Natur eine Woche der Praxis genießen wollen.

Wir spannen den Bogen von Konzentration bis zum non-dualen reinen erwachten Bewusstsein - Meditation frei von jeder Anstrengung. Wir nutzen verschiedene Körperübungen und die Methode der Erforschung unserer Erfahrung. Phasen von Stille wechseln sich mit Austausch zwischen den Teilnehmer*innen ab.

Der Diamond Approach kennt viele Meditationstechniken, die zum Teil vom Tibetischen Buddhismus informiert sind. Viele Rituale, Gebete und Texte aus dem tibetischen Buddhismus erschließen sich nur innerhalb des östlichen kulturellen Hintergrunds. Bei allem Respekt für die Traditionen aus Tibet ist es für westliche Menschen nicht immer einfach, einen Zugang zum Kern der Lehre zu finden. Wir arbeiten schon lange mit Lehrern des tibetischen Buddhismus zusammen, die ihre Meditationslehren im Westen auf eine freiere und an den Westen angepasste Art zu vermitteln. Damit wird die universelle Essenz von Lehre und Praxis für uns zugänglich.

Lehrende: Kornelia Schneider, Diamond Approach Lehrerin
Thomas Schneider, Meditationslehrer und DzogChen Praktizierender
Geshe Sonam Gurung – schaltet sich aus Nepal per Zoom für einen Vortrag zu

Kosten: 550 € für das Retreat, Ermäßigungen sind auf Anfrage möglich
258 € Vollpension für 6 Tage, 120 – 390 € für Unterkunft je nach Zimmerart

Beginn: am Sonntag, 24.08.2025 mit dem Abendessen um 17:45 – 18:30 Uhr

Ende: am Samstag, den 30.08.2025 nach dem Mittagessen 11:45 – 12:30 Uhr

Mitbringen: Meditationsmatten und Stühle vorhanden - Sitzkissen, Meditationsbänkchen, Decken etc. bitte mitbringen (in Einzelfällen können Sitzkissen ausgeliehen werden).

Information und Anmeldung: Thomas Schneider schneider-thomas@gmx.de