



## THE DIAMOND APPROACH



# Entdecke dich selbst!

Die Mysterien der Inneren Welt erforschen –  
Einführung in die Praxis der Selbsterkundung (Inquiry)  
in Bernried am Starnberger See (6 Abende)

„Wir leben in einer Welt voller Geheimnis, Wunder und Schönheit. Aber die meisten von uns nehmen an dieser wirklichen Welt selten Anteil“ (A.H. Almaas).

Wir haben gelernt, den größten Teil unserer Wahrnehmung auf die Außenwelt zu richten, und auf die Anforderungen, die diese an uns stellt. Allzu oft befinden wir uns in einem Zustand, in dem der Alltag grau und sinnlos erscheint und wir nicht wissen, wie und wo wir wirkliche Erfüllung finden können.

Dabei vergessen wir den Blick auf das, was uns am allernächsten ist: den Blick in unser Inneres.

Richten wir unsere Wahrnehmung achtsam nach innen – und beginnen wir mit der Selbsterkundung – werden wir schnell erleben, dass das Potenzial unserer Erfahrung so viel größer und atemberaubender ist, als wir es für möglich gehalten hätten. Wir beginnen zu entdecken, was wir eigentlich sind: unser wahres Wesen, unsere Essenz.



## THE DIAMOND APPROACH®

An diesen sechs Abenden werden wir auf der Grundlage des Buches „Essentielle Verwirklichung“ von A.H. Almaas erste Schritte in unser inneres Universum machen. Wir gehen aktiv auf Selbsterkundung!

- Wir werden einige der Schätze kennenlernen, die es zu entdecken gibt: essenzielle Qualitäten wie Mitgefühl, Selbstliebe und echte Stärke.
- Wir werden einige der Hindernisse beleuchten, die uns auf unserer Reise begegnen, z.B. Selbstabwertung und Vergleich.
- Wir werden dem Wesen unserer Seele näherkommen, und ihrer natürlichen Bewegung hin zu Wachstum und Entfaltung.

### LEITUNG:

Franka Nagel

Diamond Approach®-  
Lehrerin

Christoph Keil

Diamond Approach®-  
Lehrer

### ORT:

Psychotherapiepraxis Keil

Neuseebogen 5  
82374 Bernried

### TERMINE:

Sechs Abende jeweils mittwochs, 19:00 – 22:00 Uhr:

21. Mai, 28. Mai, 4. Juni, 25. Juni, 2. Juli, 9. Juli

### TEILNAHMEGEBÜHR:

180 Euro, Reduktion auf Anfrage möglich

### ANMELDUNG:

Die Anmeldung erfolgt über die Volkshochschule Penzberg unter  
**08856 3615** oder **info@vhs-penzberg.de** (Kursnummer 106-155B ).

Fragen zur Veranstaltung bitte an **franka.nagel@diamondapproach.org**

### MEHR INFO:

Mehr über den Diamond Approach unter [www.ridhwan-stiftung.de](http://www.ridhwan-stiftung.de)