

## ORT

Raum und Bewegung  
Mergellstr. 40  
34130 Kassel

## KOSTEN

80,00 € pro Tag

210,00 € für 3 Tage

Die Praxistage bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln besucht werden.

(Die Höhe der Teilnahmegebühr soll kein Ausschlusskriterium sein. Absprachen sind möglich.)

## ANMELDUNG BEI

- [christajonas@t-online.de](mailto:christajonas@t-online.de)

## ANMELDUNG IST GÜLTIG MIT

Überweisung auf folgendes Konto:

**Christa Jonas**

**IBAN: DE65370502991375002567**

**Kreissparkasse Köln**

# DIAMOND APPROACH PRAXISTAG in Kassel

mit **Christa Jonas**

**Lehrerin des Diamond Approach**



Der Diamond Approach, entwickelt von A.H. Almaas, ist eine zeitgenössische spirituelle Lehre. Er ist ein praktischer Weg der Selbsterkenntnis, Selbstverwirklichung und menschlichen Reifung.

Dabei ist die Anerkennung und Unterstützung der Einzigartigkeit jedes Menschen von zentraler Bedeutung. Die innere Arbeit beginnt stets mit der eigenen Erfahrung und folgt den persönlichen Fähigkeiten und Bedürfnissen der Praktizierenden.

**„Wahre Meditation, wahre Praxis besteht also nach dem Diamond Approach darin, dem eigenen inneren Faden zu folgen und das bedeutet, dass man da ist, wo man ist und immer weiter da zu sein, wo man ist, ohne zu versuchen, die eigene Erfahrung in eine bestimmte Richtung zu lenken.“**

*A.H. Almaas: Forschungsreise ins innere Universum, S.239*

Im Diamond Approach benutzen wir verschiedene Formen der Praxis als Orientierung und Unterstützung, um Raum und Präsenz für die Begegnung mit unserer wahren Natur zu fördern.

Die grundlegenden Werkzeuge für unsere Verwirklichung und Transformation sind

- **Meditation**
- **„Spüren, Schauen und Lauschen“**
- **Erforschung (inquiry)**
- **vertiefende Einzelarbeit in der Gruppe**

Die Praxistage sind für Studenten aller Ridhwan Gruppen und gleichzeitig offen für diejenigen, die die Arbeit des Diamond Approach gerne kennen lernen möchten.

Wir nutzen diesen Raum, um unsere Praxis zu vertiefen, von einander zu lernen und offene Frage gemeinsam zu bewegen.

## **PRAXISTAGE**

- **19. Januar 2019**  
**„Spüren, Schauen und Lauschen“ und Kath-Meditation**
- **06. April 2019**  
**Erforschung (inquiry)**
- **19. Oktober 2019**  
**Bewegungsmeditation und Erforschung**

**jeweils von 10 bis 17 Uhr**