



# Der tiefgründige Pfad des Friedens

... wie er sich aus der Zuflucht zu den  
Drei Juwelen ergibt

Dieser Titel ist auch der Sinn der hier gezeigten  
Kalligrafie in tibetischer Kunstschrift.

Haus Klarblick  
Frankfurt/Oder - Rosengarten

28.-30. März 2025

mit dem buddhistischen Meditationslehrer

Yesche U. Regel

An diesem Wochenende werden wir stille und  
angeleitete Meditationen üben, die uns den  
Geschmack der Friedens im eigenen Inneren  
vermitteln können.

Diese sind Achtsamkeit-, Geistesruhe-, Metta-Herzengüte und Einsichts-  
Meditationen. Wenn wir uns Frieden in der Welt wünschen, müssen wir  
zunächst den Frieden im eigenen Wesen kennenlernen, zumindest wäre das  
von Vorteil und sinnvoll. Denn: "Alle Dinge entstehen im Geist."

Zwischen den Meditationssitzungen werden wir kleine Vorträge hören und  
zudem Texte und Zitate aus den Lehren des historischen Buddha Gautama  
Shakyamuni, des Dalai Lama und von Thich Nhat Hanh. Zu einigen Lehrreden  
des Buddha, die wir zur Inspiration lesen bzw. anhören werden, werden Bilder  
von den Orten in Nordindien gezeigt, an denen sie vom Buddha gegeben  
wurden. Yesche hat diese Orte vor kurzem besucht.

Die Zeiten des Wochenend-Kurses sind:

Freitag, 28.3.2025	18.00-21.00 Uhr
Samstag, 29.3.2025	10.00-13.00 und 15.00-19.00 Uhr
Sonntag, 30.3.2025	10.00-14.00 Uhr

Um einen Kostenbeitrag und Dana für den Kursleiter wird gebeten.

Anmeldung bei: Ulrike Kaschel, Studien- und Meditationszentrum  
Kirchsteig 3, 15234 Frankfurt(Oder), E-Mail: [info\[at\]klarblick-rosengarten.de](mailto:info@klarblick-rosengarten.de)  
[www.klarblick-rosengarten.de](http://www.klarblick-rosengarten.de)