



PureDhamma retreats

Teilnahmebedingungen

Wir bitten darum, die folgenden generellen Teilnahmebedingungen vor der Anmeldung zum Retreat sorgfältig zu lesen.

Wir gehen ins Retreat, um dem Dhamma gemäß zu praktizieren. Pure Dhamma-Retreats sind ein unverfälschter Weg, um sich in den Disziplinen von Meditation, Schweigen und Hingabe an die Praxis zu üben. Das Umfeld ist liebevoll und unterstützend, jedoch wird von den Teilnehmenden erwartet, ihr Bestes zu geben und das Programm in allen Details zu befolgen.

Alle Retreats finden im Schweigen statt. Die Teilnehmenden werden gebeten, sich langsam und achtsam zu bewegen. Es gibt keinen persönlichen Kontakt zwischen den Teilnehmenden, und es ist nicht gestattet, zu lesen oder zu schreiben.

Mit Ausnahme des Anreise- und Abreisetags beginnt das Programm um 5 Uhr morgens und endet um 10 Uhr abends. Der tägliche Ablauf besteht aus Sitz- und Gehmeditationen, die sich abwechseln, und Dhamma-Vorträgen mit umfassenden Anleitungen von Michael. Nach den Mahlzeiten gibt es Pausen. Einzelgespräche mit Michael sind integraler Bestandteil langer Retreats.

In unserer Pure Dhamma-Tradition ist es obligatorisch, dass alle Teilnehmenden das Retreat als Gemeinschaft zusammen beginnen und beenden. Daher ist es erforderlich, am ersten Tag vor dem Abendessen anzureisen und erst nach dem Mittagessen am letzten Tag abzureisen.

Alle Vorträge und die Einzelgespräche finden auf Englisch ohne Übersetzung statt.

Unterbringung

Die Teilnehmenden des Retreats können nicht aussuchen, in welcher Zimmerkategorie (Einzel- oder Mehrbettzimmer) sie untergebracht werden.

Es ist möglich, eine Vorliebe anzugeben, jedoch besteht keinerlei Garantie, dass dieser entsprochen wird. Im Fall von Doppel- oder Mehrbettzimmern bleiben Paare oder Mitglieder einer Familie nicht zusammen, sondern belegen getrennte Zimmer.

Verpflegung

Auf allen Pure Dhamma-Retreats gibt es drei Mahlzeiten täglich. Alle Mahlzeiten sind vegan gemäß der Lehre von Ahimsa (Gewaltlosigkeit, Friedfertigkeit) und der Liebe und dem Respekt für alle Wesen.

Tägliches Programm

Das Programm der Pure Dhamma-Retreats wurde über viele Jahre hinweg entwickelt, um den Teilnehmenden die besten Bedingungen für korrektes Praktizieren zu bieten. Sofern keine aussergewöhnlichen Umstände (Krankheit oder körperliche Behinderung) bestehen, wird von allen Teilnehmenden erwartet, dem Programm nach besten Möglichkeiten zu folgen.

Kleidung

Die Kleidung sollte immer angemessen sein und den Prinzipien von Taktgefühl und Zurückhaltung entsprechen. Daher sollten keine Shorts oder Sommerkleidung getragen werden.

Tätigkeiten

Da wir alle Teilnehmenden dazu anhalten, für die Dauer des Retreats die Welt hinter sich zu lassen, sind keine anderen Aktivitäten als Sitz- und Gehmeditation (z. B. Yoga, Tai Chi, Chi Gong etc.) zulässig.



PureDhamma retreats

Teilnahmebedingungen

Eigenverantwortung

Es wird darum gebeten, alle nötigen persönlichen Utensilien für den Retreat-Aufenthalt selbst mitzubringen (z. B. Zahnbürste, Zahnpasta, Seife etc.).

Wir bitten alle Teilnehmenden, sich vorzubereiten und alles mitzubringen, was sie ihrer Meinung nach für die Meditation (Matten, Decken oder Kissen) benötigen. Teilnehmende, die Meditationsbänkchen oder einen Stuhl benutzen, werden gebeten, an den Seiten der Dhamma-Halle zu sitzen.

Kosmetik

Parfüm und duftende Kosmetika sollten während des Retreats nicht benutzt werden.

Medikamente

Falls ärztlich verordnete Medikamente, welche auch immer, eingenommen werden, bitten wir, das Pure Dhamma-Team darüber zu informieren und sicherzustellen, dass ein ausreichender Vorrat für die Dauer des Retreats mitgebracht wird.

Internet

Die Nutzung von Tablets oder Smartphones etc. ist nicht gestattet. Pure Dhamma-Retreats funktionieren auf Basis des Vertrauens in das Benehmen und Verhalten jedes bzw. jeder Einzelnen.

Das einzige und mit Liebe verfolgte Ziel von Pure Dhamma ist es, die besten Bedingungen für das Praktizieren zu bieten.