

# Cafh

## *Was ist Cafh?*

Cafh ist ein Weg der inneren und spirituellen Entwicklung. In verschiedenen Ländern der Welt treffen sich Cafh - Mitglieder regelmäßig in kleinen Gruppen, um miteinander zu meditieren und sich anhand von bestimmten Texten auszutauschen. So wollen wir unseren Horizont erweitern und die Qualität unseres Lebens verbessern. Dazu gehört wesentlich, das Zusammenleben mit unseren Mitmenschen liebevoller zu gestalten, sorgsam mit Ressourcen aller Art umzugehen und ein lebensfreundliches Umfeld zu schaffen. Den Herausforderungen des Lebens mit seinem beständigen Werden und Vergehen wollen wir achtsam und konstruktiv begegnen.

## *Unsere Lehre und Praxis*

Einmal pro Woche treffen wir uns in kleinen Gruppen für eine Stunde. Wir lesen und unterhalten uns über Texte oder Fragestellungen, die jeweils für ein Jahr ausgesucht werden. So wollen wir unser Verständnis von der Einheit von Religionen, Philosophie, Wissenschaft, Kunst - also allen Beschreibungen der Wirklichkeit, die zur Entwicklung der Menschheit beitragen - vertiefen. Im Dialog tauschen wir uns über unsere Gedanken und Erfahrungen aus, wobei wir achtsam zuhören, nicht werten und andere Äußerungen respektieren, - als Gelegenheit dazuzulernen. In der Gruppe üben wir zu meditieren, um diese Meditation dann individuell in unserem Alltag anzuwenden.

## *Was bedeutet innere Entwicklung für uns?*

„Innere Entwicklung“ ist für uns der Prozess der Erweiterung unseres Bewusstseins. Diese Bewusstseins-erweiterung wirkt sich positiv aus auf das Verständnis, das wir von uns selbst haben sowie von unseren Beziehungen zu anderen, zum Leben, zur Welt und zum Unbekannten – oder Göttlichen. Durch innere Entwicklung versuchen wir, in Frieden und Harmonie mit uns selbst, unseren Familien, unseren Mitmenschen zu leben und hoffen, dass dies Kreise zieht und sich vervielfältigt, - zum Wohl der Menschheit und unseres Universums.



## *Grundlegende Prinzipien von Cafh*

Jeder Mensch hat das Recht, frei zu denken, frei zu empfinden und frei zu entscheiden. Wähle ich in freier Entscheidung, an meiner inneren Entwicklung zu arbeiten und will ich dies bei Cafh tun, dann verspreche ich, Verbindlichkeit und Verantwortung zu übernehmen: gegenüber mir selbst, meinem Ziel, meinen Mitmenschen und - wer dies so sehen möchte - auch dem Göttlichen gegenüber.

Wenn ich meine Freiheit mit Verantwortung ausübe, kann ich dabei Frieden und Glück erleben.

Die Lehre von Cafh gilt es nicht zu glauben, sondern in der Praxis für sich zu erfahren.

## *Was bedeutet Cafh?*

Cafh wurde in den 1930er Jahren von Santiago Bovisio in Südamerika gegründet und ist inzwischen in vielen Ländern der Welt anzutreffen. Der Name ist ein Symbol für das Bestreben der menschlichen Seele, an sich selbst zu arbeiten, um das Beste von sich zu verwirklichen und sich Eins zu fühlen mit Allem. Cafh bietet eine Lebensmethode an, die jede/r individuell anwenden kann; gleichzeitig wird aber niemand allein gelassen, da regelmäßiger Austausch und Anleitung zu Meditation und Methode stattfinden. Gleich welcher Herkunft, Religion, gleich welchen Berufs oder anderer Zugehörigkeiten: Wer sich von dieser Arbeit angesprochen fühlt, ist bei Cafh willkommen. Haben wir dein Interesse geweckt, dann melde dich einfach mal!

# Cafh

*Ein Weg der inneren Entwicklung*

[www.Cafh.org](http://www.Cafh.org)

Kontakt  
Cafh@emailn.de  
Doro: 0049 175 3475 246  
Manuel: 0049 163 158 92 85