



**Meditationszentrum der Sati-Zen-Sangha  
Vipassana und Zen**

Das Haus Tao liegt nur 20 Autominuten von St. Gallen entfernt, am oberen Ende des Bodensees, in einem aussergewöhnlich idyllischen Tal, unweit der Ortschaft **Thal**. Die Ruhe und die natürliche Schönheit von Haus und Umgebung bieten ideale Voraussetzungen für die meditative Praxis.

Das Meditationszentrum Haus Tao steht unter der Leitung von Zen-Meister [Marcel Geisser und seinen Mitlehrenden](#). Es wurde 1986 von ihm erworben und gehört heute der [Stiftung für achtsames Leben](#).



Zen-Garten Haus Tao

Das Haus Tao bietet ein vielseitiges Retreat- und Weiterbildungsangebot. Die [Sati-Zen-Sangha](#) (Zen-Gemeinschaft der Achtsamkeit) verbindet die traditionelle **Praxis der Achtsamkeit (Vipassana)** mit der **nicht-dualistischen Perspektive des Zen** und deren Betonung der Umsetzung im Alltag. Sie hat ihre spezifische Ausformung und kann nur schwer mit anderen Zen-Traditionen verglichen werden.



Zen-Garten Haus Tao

#### Die Lehre

Die buddhistische Herzens- und Geistesschulung hat zeitlose Gültigkeit. Buddha lehrte nichts anderes als die Grundgesetze des Lebens und zeigte einen Weg auf, wie wir unser menschliches Potential zur grösstmöglichen Entfaltung bringen und damit zum Wohl aller Wesen einsetzen können. Zugleich schafft die Verbindung der 2600-jährigen Lehre des Buddha mit den westlichen sozialen und humanitären Errungenschaften unserer Zeit neue Herausforderungen und Möglichkeiten. Es ist ein Anliegen der Sati-Zen-Sangha, zeitgemässe Anpassungen bezüglich der Form, nicht aber bezüglich der Essenz der Lehre zu entwickeln.

Eine detaillierte Beschreibung unserer Praxis und deren Hintergrund finden Sie hier:

[Der Sati-Zen-Weg durchs torlose Tor](#)

Hintergrund und Überblick unseres Weges. Eine Zusammenfassung für Praktizierende  
Der Text ist auch als kleines Büchlein erhältlich: [hier](#).

Besuchen Sie unsere [Fotogalerie](#).