**Osho UTA Institut**

**Spirituelle Therapie und Meditation**

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

# Dimensionen des Seins – ab Teil 2

## Tor zur Essenz – Intensivseminar in 5 Teilen

| | |
|---|---|
| Datum: | **28.05.2025 - 17.01.2027** |
| Dauer: | 20 Tage |
| Leitung: | **Turiya Hanover , Vasumati Hancock** |
| Anzahlung | 500,00 € |
| Preis: | **2.980,00 €** |

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

### Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

**Das Intensivseminar präsentiert ein neues Verständnis, eine neue Landkarte des menschlichen Bewusstseins. Es basiert auf alten Einsichten der Sufi-Tradition des mittleren Ostens und ist in der westlichen Welt durch A. H. Almaas und Faisal Muquaddam bekannt geworden. Es baut auf der Einsicht auf, dass die Abtrennung von unserem Sein, von unserem wahren Wesen, der Hauptgrund unseres tiefen Leidens ist. Diesem Ansatz zufolge sind wir nur vollständig, wenn wir unsere verlorene Essenz wiederentdecken und sie in Totalität erleben können.**

### Seminarbeschreibung

Das Intensivseminar präsentiert ein neues Verständnis, eine neue Landkarte des menschlichen Bewusstseins. Es basiert auf alten Einsichten der Sufi-Tradition des mittleren Ostens und ist in der westlichen Welt durch A. H. Almaas und Faisal Muquaddam bekannt geworden. Es baut auf der Einsicht auf, dass die Abtrennung von unserem Sein, von unserem wahren Wesen, der Hauptgrund unseres tiefen Leidens ist. Diesem Ansatz zufolge sind wir nur vollständig, wenn wir unsere verlorene Essenz wieder entdecken und sie in Totalität nerleben können.

Dieses Intensivseminar ist eine Bereicherung für alle, die mit Menschen arbeiten und nach neuen Werkzeugen für ihre eigene therapeutische Praxis suchen sowie Interessierte, die diese Arbeit für ihr eigenes Wachstum nutzen möchten.

**Was ist Essenz?**

Unter Essenz verstehen wir unsere eigentliche Wesenheit, unsere wahre Natur. Gleich einem Regenbogen oder einem Diamanten hat sie viele Aspekte, Farben und Facetten. Einige der wesentlichen Essenzqualitäten sind Stärke, Liebe, Vertrauen, Frieden, Kraft, Mitgefühl, Freude, objektive Präsenz und Klarheit. Wir wurden mit diesen essenziellen Qualitäten geboren und sie sind immer noch in uns vorhanden, auch wenn wir den Zugang oft vergessen haben, sie weder sehen, noch bemerken, weil sie verletzt oder abgelehnt wurden.

Während unserer Kindheit haben wir nach und nach den Kontakt zu unserer Essenz verloren. Wir gaben bestimmte Aspekte unseres Seins auf, um uns zu schützen und um die Liebe zu bekommen, die wir zum Überleben brauchten. So entwickelte sich unsere Persönlichkeit, das Ego, und wir glauben nun, dass dies unser wahres Selbst ist.

Den Verlust unserer Essenz, bzw. bestimmter Teile davon, z. B. den Verlust von Liebe, den Verlust unserer Kraft, unserer Stärke, den Verlust unserer Klarheit oder unserer Freude, empfinden wir als eine innere Leere, als Einsamkeit, Schmerz, Wertlosigkeit, Impotenz und oft als einen sinnlosen Kampf, ein Getrenntsein vom Ganzen.

**Tor zur Essenz**

Durch ein tiefes Verstehen unserer Kindheitsprägungen und Persönlichkeitsstruktur werden wir in diesem Training verschiedene Dimensionen des Seins wiederentdecken, zu denen wir in unserer frühen Entwicklung den Kontakt verloren haben. Wir sehen dabei psychologische Lebensthemen nicht als Probleme an, sondern begrüßen sie als Tor zu unserer Essenz, zu unserer wahren Natur, nach der wir uns so sehr sehnen.

Wir entdecken die wesentlichen Aspekte des Seins wieder: Stärke, Liebe, Vertrauen, Frieden und Kraft, Mitgefühl, Freude, objektive Präsenz und Klarheit. Jede Seins-Qualität verfügt über ihre eigene Farbe, ihre eigene Reihe von Lebensthemen und ihre eigene Lösung, damit wir wieder in den „essenziellen“ Zustand gelangen. Spezielle Übungen zur Selbsterforschung, Meditation und zum Verstehen können dabei helfen, die verloren gegangenen Aspekte unseres Seins wieder zu entdecken und sie anzunehmen.

## Termine und Inhalte

**Teil 2: Rote Essenz – Stärke, Kraft und Verschmelzen**
**28.05. - 01.06.2025**
mit Vasumati Hancock

- Innere Stärke, Lebendigkeit, sexuelle Leidenschaft
- Mut, alte Muster aufzubrechen
- Individualität vs. Verschmelzen, Hingabe vs. Sich-aufopfern

**Teil 3: Schwarze Essenz – Von Zerstörung zu innerem Frieden**
**12. - 16.11.2025**

mit Turiya Hanover

- Stille, Wahrheit, Frieden
- Erforschen von Dunkelheit und Licht
- Die Liebe zur Wahrheit
- Das Mysterium des Seins

**Teil 4: Grüne Essenz – Die Stimme des Herzens**
**03. - 07.06.2026**
mit Vasumati Hancock

- Den inneren Freund finden
- Wahres Mitgefühl
- Akzeptanz
- Zartheit
- Vergebung und Dankbarkeit

**Teil 5: Gelbe Essenz – Die Leichtigkeit des Seins**
**13. - 17.01.2027**
mit Turiya Hanover

- In Freude und Helligkeit leben, Neugierde, neue Wege gehen
- Tiefes Vertrauen
- Hingabe an das Göttliche, Unschuld, die Leichtigkeit des Seins.

Durch tiefe Selbst-Erforschung (Inquiry) lernen wir die Zurückgewinnung dieser verlorenen Aspekte der Essenz. Durch Neugier, Mut, und unsere Liebe zur Wahrheit, entsteht ein tiefes Verständnis und oft eine Freude, die heilt und uns in einen Zustand von innerem Frieden und Integrität versetzen.

Die Arbeit findet in einer sanften und akzeptierenden Atmosphäre statt. Es wird Phasen der Stille und des Schweigens geben, wie auch Zeiten des Mitteilens – abhängig von der jeweiligen Essenzqualität, die wir gerade erforschen.

Ziel dieser Arbeit ist letztendlich, all die verschiedenen Facetten unseres Seins zurückzugewinnen, um der vollkommene, strahlende Diamant zu werden, der wir wahrhaftig sind.

## Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr.

## English Description

This retreat in 4 parts is an invitation to come into a deep space of connection and intimacy with your true nature. As human beings we are complex with many different sides to our nature, we have complex desires for love, for truth ,for security and for adventure to name a few but in our deepest world we seek to find a space of rest or peace. A space of inner contentment that is simple yet profound and usually does not come from the outside.

This work is an answer that most basic of human needs for a soulful state of fulfillment. This work is both spiritual and practical because the experiences that are so beautiful of our inner being can and must be integrated into the fabric of our daily lives and part of the rhythm of breathing, living, loving and being.

The journey we offer into essence is a form of integrated spiritual practice. As a child we were born as a beautiful bundle of aliveness and energy, full of innocence and essence but in order to survive and as a way to deal with trauma we had to betray and abandon certain aspects of our being and create a defensive ego structure or personality. Once that happened we became identified with that false self and lost more and more connection to our true nature.

Even though on one level this gives us a sense of superficial security as we try to find fulfillment outside of ourselves, but on a deeper level we feel unsatisfied and disconnected from our being, or true nature. In this teaching retreat we will, in a loving and gentle atmosphere explore different dimensions and aspects of our being.

Through this profound, grounded and insightful work you will gain deep insights and understandings of your own ego structure and personality. Through passionate inquiry and an attunement to reality or love of the truth you will remember and experience who you truly are, an inner landscape of magnificence that we have long ago forgotten.

We cultivate an atmosphere of curiosity that undercuts the power of our super ego and supports our inquiry. Through this technique or process of inquiry then self exploration becomes more focused and sharp, cutting though the veils of illusion that block our ability to see who we are. We also work with meditations, open sharing and personal discovery in pairs and in the group setting that help each person to regain lost aspects of our essential being. By doing this we find back the source of our self worth, love, essential power, our intelligence, our strength courage and trust. The work is structured, yet delicate and gentle giving each person the right space and heartfulness to discover themselves.

**Red Essence: Strength, power and merging**

- Inner strength, liveliness, sexual passion
- Courage to break old patterns
- Individuality vs. merging, devotion vs. self-sacrifice

**Black essence: From destruction to inner peace**

- Silence, truth, peace,
- Exploring darkness and light
- The love of truth
- The mystery of being

**Green Essence: The Voice of the Heart**

- Finding the inner friend
- True compassion,
- acceptance,
- tenderness,
- forgiveness and gratitude

**Yellow essence: the lightness of being**

- Living in joy and brightness, curiosity, exploring new paths. Deep trust
- Devotion to the divine, innocence, the lightness of being

## Ratenzahlung

Für dieses Seminar bieten wir die Möglichkeit der Ratenzahlung an. Die Raten und deren Fälligkeiten entnehmen Sie bitte dem Ratenzahlungsvertrag, den wir Ihnen rechtzeitig vor Fälligkeit der ersten Rate zuschicken.

**Gesamtpreis bei Ratenzahlung: 3.020 €**
**4 Raten à 630 €**
**zzgl. der Anzahlung von 500 €**

## Voraussetzung

Voraussetzung für die Buchung ist die Teilnahme an einem der 4 Teile der Seminarreihe "Dimensionen des Seins" oder ein Vorgespräch.

## Seminarsprache

**Für die Seminare mit Turiya:**
Deutsch mit englischer Übersetzung

**Für die Seminare mit Vasumati:**
Englisch mit deutscher Übersetzung

## Video



## Literaturempfehlung

- "Essence" – A. H. Almaas
- "The Diamond Heart-Serie" – A. H. Almaas
- "The Spiritual Dimension of the Enneagramm" – Sandra Maitri

## Dozent*innen

### Turiya Hanover

leitet seit 1973 weltweit Gruppen und Trainings zur persönlichen Weiterentwicklung und hat zahlreiche Prozesse wie den Path of Love, The Art of Dying, Primärtherapie, Counselor- und Tantra-Training mitinitiiert und gestaltet. Ausgebildet in Gestalttherapie, Bioenergetik, Psychodrama, NLP, Hypnose, Familientherapie (V. Satir), Traumatherapie, Ich-Psychologie, Familienstellen und Enneagramm.

### Vasumati Hancock

Ausgebildet in Psychologie und Sozialer Anthropologie. Arbeitet seit 30 Jahren als Therapeutin. Ausbildung bei J. Bradshaw in der Arbeit mit Co-Abhängigkeit
und bei Faisal Muquaddam in „Diamond Logos Work“. Sie leitet Trainings und Gruppen in den USA, Europa und Australien.