Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Frei und selbstbestimmt leben

Seminar aus "Reise zu mir selbst"

Datum:	**08.05.2026 - 10.05.2026**
Dauer:	2 Tage
Leitung:	**Pragyan Zähr**
Preis:	**295,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Bodhigita Marion Bohr

Tel. 0221-57407-23

bodhigita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Du sehnst dich danach glücklich und zufrieden zu sein? Dich kraftvoll, lebendig, mutig und dabei gleichzeitig sicher und geborgen zu fühlen? In diesem Abschnitt der Reise zu dir selbst erkunden und klären wir, was dir dabei im Weg steht und stärken deine Erfahrung von Handlungsfähigkeit, Klarheit und Kraft.

Seminarbeschreibung

Kennst du das? Du findest dich immer wieder in den gleichen ungesunden Verhaltensmustern oder Konflikten mit anderen Menschen, sei es in Partnerschaften, mit Eltern, Freunden oder deinen Kindern wieder. Wahrscheinlich bist du dir bereits bewusst, dass diese Muster nicht gesund sind. Und trotzdem steckst du in ihnen fest, weil du nicht weißt, wie du anders mit diesen Situationen umgehen sollst. Das führt zu Überforderung, Frustration, Ängsten oder einem allgemeinen Gefühl der Unzufriedenheit und Leere im Leben.

In genau solchen Momenten handeln wir meist unbewusst aus kindlichen Anteilen heraus und versuchen, mit den Werkzeugen eines Kindes den Anforderungen der Erwachsenenwelt gerecht zu werden. Dieser unbefriedigende Kreislauf endet oft in Frustration, Enttäuschung und möglicherweise Rückzug, was das Problem nur weiter verstärkt. Es ist wichtig zu verstehen,

dass wir in dem kindlichen Bewusstsein keine Lösungen oder Erfüllung in unserem Leben finden können.

Im ersten Teil der "Reise zu mir selbst" haben wir uns bereits mit unseren Qualitäten und unserer wahren Natur, dem was wir wirklich sind, auseinandergesetzt. In diesem zweiten Teil geht es darum, zu erkennen, wie kindliche Muster unser Denken und Handeln beeinflussen und uns daran hindern, unsere wahren Qualitäten wie Freude, Lebendigkeit, Liebe und Kraft zum Ausdruck zu bringen und authentisch mit uns selbst und anderen in Kontakt zu treten.

Darüber hinaus möchten wir den Unterschied zwischen dem kindlichen und erwachsenen Bewusstsein erforschen und das erwachsene Selbst erfahrbar machen und es stärken. Dies ist der entscheidende Schlüssel für mehr Glück und Zufriedenheit in unserem Leben. Dadurch eröffnet sich ein Raum, in dem wir uns handlungsfähig, klar, kraftvoll und verbunden mit uns selbst und unseren Gefühlen erleben können.

Indem wir die Zusammenhänge und Hintergründe psychologisch verstehen, uns auf angeleitete Übungen, Selbsterforschung und Meditation einlassen, unterstützen wir den Prozess der Transformation vom kindlichen Bewusstsein zu einem erwachsenen Selbst, hin zu einem selbstbestimmten und erfüllten Leben.

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr.

Zum Kennenlernen

Offener Abend & Seminarbeginn
Fr., 08.05.2026, 20:30 Uhr, 30 €
Komm einfach vorbei!

Zugehörige Angebote

Reihe "Reise zu mir selbst"
27.03. - 10.05.2026