

Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Ein Tag in Tibetan Pulsing

Im Auge des Zyklons: Raus aus der Krise, rein in die Mitte

Datum: **03.10.2025**

Dauer: 1 Tag

Leitung: **Johann Maria Braun , Prabodhi Birgitta Braun**

Preis: **110,00 €**

[» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartner

Tel. 0221-57407-0

tagesevents@oshouta.de

Di, Mi: 16:00 - 20:30 Uhr

Do - Sa: 08:30 - 20:30 Uhr

So: 08:30 - 18:30 Uhr

Tibetan Pulsing ist eine meditative Körper- und Energiearbeit, die auf ganz eigene, pulsierende Art und Weise, die Tore zum Unterbewusstsein öffnet. Der Verstand wird langsamer, stiller und eine tiefe Entspannung breitet sich aus – körperlich, mental und energetisch.

Seminarbeschreibung

Was ist Tibetan Pulsing?

Tibetan Pulsing ist eine körperorientierte, meditative Energiearbeit, die ursprünglich in tibetischen Klöstern als rituelle Reinigung von Geist, Körper und Seele angewandt wurde. Sie ist ein Tor zur tiefen Selbsterfahrung und Meditation. Es ist eine ganzheitliche Betrachtung und Energiearbeit in einem 24 Organe System, das über Berührung an bestimmten Energiepunkten blockierte Energie wieder ins Schwingen bringt.

Wir nutzen den Pulsschlag des Herzens, der mit jeder lebenden Zelle in und um uns herum verbunden ist. Ein ununterbrochener Fluss von bio-elektrischer Energie, die durch den gesamten Körper entlang der Knochen strömt und spürbar wird. Durch einen direkten und klaren gehaltenen Kontakt an den Energiepunkten eines Organs entsteht ein

Energieaustausch zwischen mindestens zwei Menschen, zwei Herzen oder in einer Gruppe. Dynamische Bewegungen wechseln zu langsamen Bewegungen und wie eine Welle, die ans Ufer gespült wird und zur Ruhe kommt, wird es still. Es ist wie eine Reise, die uns unser Inneres erforschen lässt. Wir werden zum Beobachter des Geschehens im Körper, unserer Gedanken und Gefühle und die Identifikation damit beginnt sich zu lösen, sodass wir uns freier und entspannter fühlen.

Thema des Tages

Ein Tag im Energiekreislauf des Pons, einem Abschnitt des Hirnstamms, der zum zentralen Nervensystem gehört und auch als Brücke zwischen Klein- und Großhirn bezeichnet wird.

Wir alle kennen Lebenssituationen, in denen wir unsere Zentrierung verlieren, das Bewusstsein eines sicheren inneren Platzes, der Zustimmung und des Verbundenseins, den manche als Einheit von Körper-Seele-Geist, als Quelle, tiefe Verbundenheit oder spirituelles Zuhause empfinden. Ausgelöst durch Erfahrungen tiefer Erschütterungen, sei es durch äußere oder innere Krisen, Krankheit, Traumata, Verluste, die uns überfordern, verunsichern und uns aus unserer Mitte reißen, verlieren wir unser Selbstvertrauen und unsere Selbstbestimmtheit.

Den Pons verstehen wir im Tibetan Pulsing wie eine Brücke zwischen der äußeren und inneren Welt. Alle Erfahrungen, auch die frühkindlichen, die vielleicht unser inneres Zuhause bedroht oder in Angst versetzt haben, werden in diesem zarten und zugleich essentiellen Organ gespeichert und können Abspaltungen und seelische Verletzungen hinterlassen, weil unser Nervensystem noch nicht alles verarbeiten kann. Diese Abspaltungen haben Auswirkungen auf unsere Zentriertheit, unser Gleichgewichtsempfinden, sowie unser Erinnerungsvermögen und der Fähigkeit zur Selbstregulation und Resilienz.

Durch die entspannende und zugleich vitalisierende Wirkung des Pulsschlages bringen wir Licht und Bewusstsein in diese manchmal erstarrten und isolierten Körper- und Gefühlsräume, sodass auf sanfte und eingestimmte Art und Weise eine neue Wahrnehmung passiert und das Fließen von Energie, Lebendigkeit, Klarheit und innerer Weite unmittelbar fühlbar werden kann.

Wenn der Pons in einem energetisch ausgeglichenen Zustand ist, sind wir innerlich gesammelt und fokussiert auf das Wesentliche und haben eine Ausrichtung auf unsere Essenz. Die Anerkennung unserer inneren Anmut und die Verbindung zum Göttlichen in uns darf sich entfalten.

Seminarzeiten

10:00 - 18:00 Uhr

Teilnehmerstimmen

"Die Tibetan Pulsing Events mit Prabodhi sind meine Highlights im Jahr. Mit keiner anderen Arbeit kann ich mich so tief fallen lassen und entspannen. Durch diese tiefe Entspannung komme ich in Räume, die jenseits des Verstandes liegen. Außerdem genieße ich die nährnde und tiefe Verbundenheit mit den anderen Teilnehmenden, die Tibetan Pulsing bewirkt. Vielen Dank an Prabodhi, dass sie mit ihrer einfühlsamen Weise diese wunderbare Arbeit ins UTA trägt und mit ihrem therapeutischen Background einen sicheren Rahmen für die tiefen und heilsamen Erfahrungen schafft."

– Frank

"An diesem Tag kam ich in eine tiefe Entspannung und Verbindung mit mir und meinem Körper und anderen. Geborgenheit und gehalten werden, sich fallen lassen war möglich."

– Melanie