

**Osho UTA Institut**

**Spirituelle Therapie und Meditation**

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, [kontakt@oshouta.de](mailto:kontakt@oshouta.de)

---

## Die spirituelle Psychologie des Yoga

**Weiterbildung für Yogalehrer\*innen und regelmäßig Yoga-Praktizierende**

Datum: **26.06.2025 - 29.06.2025**

Dauer: 4 Tage

Leitung: **Sambhavi Sabina Meyer**

Preis: **595,00 €**

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

### **Ansprechpartnerin**

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

[lamhita@oshouta.de](mailto:lamhita@oshouta.de)

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

**Diese Reihe von weiterführenden Modulen ist für Yogalehrende aller Traditionen und Yogastile offen. Jedes Modul besteht aus vielfältiger, themenbezogener Yogapraxis, Yoga-Faszien-Fitness, Pranayama, Tiefenentspannung, Fachvorträgen, Workshops, Meditation und Chanten. Sambhavi mit ihrer über 30-jährigen Erfahrung und ein Team aus geschätzten Gastdozent\*innen geben mit Freude ihr verkörpertes Wissen und reichen Erfahrungsschatz an dich weiter.**

### **Seminarbeschreibung**

Freue dich auf eine nährenden Zeit in wohlthuender Atmosphäre unter Gleichgesinnten. Es erwartet dich Weiterbildung sowie persönliche Entwicklung, neue Inspiration und Impulse, die deine Yogakurse bereichern und den inneren Weg neu beleben. Wenn du schon lange praktizierst, wirst du hier eine neue Bewegungsqualität erfahren und deine eigene Übungspraxis verfeinern sowie dein Wissen vertiefen.

An diesem Wochenende blicken wir auf die klassischen Yogaschriften und erschließen uns das Studium der spirituellen Psychologie des Yoga – die älteste Psychologie der Menschheit, angewandt auf die heutige Zeit.

Bhagavad Gita, Veden, Raja Yoga Sutren – diese zum Teil Jahrtausende alten Texte bieten eine Fülle an Inspirationen, die in der aktuellen Welt des Wandels hilfreich sein können. Dabei bilden sie eine Grundlage für jede psychische und spirituelle Entwicklung. In den alten klassischen Yogatexten lassen sich erstaunliche Ähnlichkeiten mit der heutigen Psychotherapie, der Epigenetik sowie der Neurowissenschaft und Quantenphysik wiederfinden.

Hier verbinden sich die Kultivierung des Herzens (Bhakti Yoga) mit universeller Weisheit und Wissen (Jnana Yoga). Wir erforschen, wie sich innere Zufriedenheit und Freiheit in einer sich stetig verändernden Welt verwirklichen lassen und schauen uns unsere Vorstellungen von Aufgaben, Pflichten und Verantwortung an.

## **Inhalte**

- Ganzheitlicher Leitfaden für die physischen, geistigen und spirituellen Ebenen der Meditation
- Die Wurzel des Wohlbefindens, das Entstehen von Leid
- Erforschung von Gedankenwellen und das Überwinden von nicht dienlichen Gedankenmustern
- Geistige Stärke und Ausgeglichenheit entwickeln
- Hindernisse auf dem Weg und der Umgang mit ihnen
- Asana-, Pranayama- und Meditationspraxis mit Schwerpunkten zum Thema

## **Expertise der Dozent\*innen**

- Narada Frank Ziesing:  
Sanskritgelehrter, Übersetzer und Lehrender der relevanten Yogaschriften
- Sambhavi Sabina Meyer:  
Yoga für Faszien-Fitness und modernes Beckenbodentraining nach Dr. Schleip und Divo Müller, Yoga für Frauen, Yoga für das Herz, Yoga in der Therapie, Ayurveda und Ernährung.

## **Voraussetzungen**

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Vorgespräch mit Sambhavi Sabina Meyer.

## **Seminarzeiten**

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

## **Weitere Module**

### **Heilsames Yoga bei chronischen Erkrankungen und Einschränkungen**

22. - 25.08.2024

### **Yoga, Ayurveda und ausgleichende Ernährung**

24. - 27.10.2024

### **Hara Awareness, Erdung, Zentrierung und Yoga für Frauen**

12. - 15.12.2024

### **Resilienz und Selbstheilungskräfte fördern durch Yoga**

13. - 16.02.2025

### **Yoga-Faszien-Fitness nach Dr. Schleip**

03. - 06.04.2025

### **Förderung**

Das Land NRW fördert Bildung. Bei Fragen steht dir deine Ansprechpartnerin gerne zur Verfügung.

**Bildungsscheck:** Zuschuss bis 500 € pro Weiterbildung.

[www.mags.nrw/bildungsscheck](http://www.mags.nrw/bildungsscheck)