

**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)

---

## **Mantra Retreat mit Aleah Gandharvika**

### **Entdecke die transformative Kraft der Mantras**

Datum: **09.05.2025 - 11.05.2025**

Dauer: 2 Tage

Leitung: **Aleah Gandharvika, Johannes Backhaus**

Preis: **295,00 €**

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

### **Ansprechpartnerin**

Taru Baars

Tel. 0221-57407-28

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

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

**Tauche ein in die magische Welt der Mantras und erfahre ihre heilende und transformative Kraft. Begleite Aleah Gandharvika auf einer Reise der Hingabe, Präzision und tiefen spirituellen Erfahrungen. Das Retreat gipfelt in einem unvergesslichen Konzert.**

### **Beschreibung**

Mantras sind die Klangkörper des Göttlichen. Sie wollen durch uns in all ihrer facettenreichen Schönheit klingen. Geben wir ihnen unsere Stimme, unsere Hingabe, unsere Präzision. Die Kunst der Mantras verfeinert uns, lässt uns nach Hause kommen.

"Ich habe es Anandra George, Hareesh Wallis, den Schriften und meinen Erfahrungen zu verdanken, dass ich mein Boot auf dem Mantra Ozean immer zielgerichteter navigieren kann. Die leuchtende Fackel, die ich überreicht bekommen habe, möchte ich mit größtem Respekt an alle weiterreichen, die die Tiefen dieses Ozeans ergründen wollen."

Wir sind hier um uns auf dem Weg nach Hause gemeinsam zu begleiten. Die Mantra Sphäre ist voller Zauber, Transformation und Heilung, die sich uns vollkommen erschließen möchte, uns sehnsüchtig erwartet.

Das Retreat gipfelt in einem Konzert am Samstagabend, das für dich als Teilnehmer\*in im Preis inklusive ist.

### **Was dich erwartet:**

- Mantra Chanting — Lerne Mantras so weit, dass du sie mit nach Hause nehmen kannst.
- Japa Meditation — Rezitiere ein Mantra 108 Mal für tiefgreifende Veränderungen in deinem Leben.
- Complete Vocal Technique — Entfalte auf gesunde und typgerechte Art dein volles Stimmpotenzial.
- Sanskrit Aussprache & Kosmologie — Erlebe die volle Wirkung der Mantras durch korrekten Ausdruck und verstehe ihre Grundbausteine als Lebensmeditation.
- Harmonium — Lerne, wie du dich in deiner Mantra Praxis selbst begleiten kannst.
- Musiktheorie, die Spaß macht – Metrum, Rhythmus, Takt und Form
- Space Clearing — Lerne, wie man einen heiligen Raum mit Mantras vorbereitet und schützt.
- Die Alchemie der Sādhanā — Integriere die Praktiken und Lehren in deinen Alltag.
- Deity Yoga – Lerne einige Göttinnen und Götter des klassisch tantrischen und hinduistischen Patheon genauer kennen.
- Kīrtan — Zeit zum Zelebrieren und Integrieren

Für die Teilnahme an dem Retreat brauchst du ein Harmonium. Wenn du selbst über kein Instrument verfügst, kannst du eins bei

Aleah vor Ort leihen. Bitte vermerke bei der Anmeldung, wenn du ein Harmonium leihen möchtest.

### **Seminarzeiten**

Beginn am 1. Tag um 19:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr.