Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Entdecke deine Kraft

Angewandte Dynamische Körpertherapie

Datum:	**22.05.2026 - 24.05.2026**
Dauer:	2 Tage
Leitung:	**Pragyan Zähr**
Preis:	**295,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Nathalie Pelzer

Tel. 0221-57407-28

nathalie@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Ein gesunder Zugang zu unserer Kraft ermöglicht es uns, uns erfüllt, sicher und lebendig zu fühlen. Unser Leben wird dadurch bunter und spannender – es wird zu dem Leben, das wir wirklich führen möchten.

Seminarbeschreibung

Ohne Zugang zu unserer Kraft, fühlen wir uns oft mutlos, antriebslos, ängstlich oder zurückgezogen. Wir neigen dazu, Dinge aufzuschieben und faule Kompromisse einzugehen.

Unsere Kraft zu entdecken bedeutet nicht, Wut auszuagieren oder gegen andere bzw. uns selbst zu sein. Vielmehr bedeutet es, für sich selbst zu sein. Sie ermöglicht es uns, für uns selbst zu sorgen, Grenzen zu setzen und uns sicher und entspannt zu fühlen. Mit unserer Kraft können wir authentisch sein, unser Leben aktiv gestalten und es nach unseren Bedürfnissen formen. Wir trauen uns, Risiken einzugehen und echt zu sein. Sie erlaubt uns Autonomie, ohne im Widerspruch zu unserem Bedürfnis nach Kontakt zu stehen. Dieser Kontakt zeichnet sich durch Augenhöhe und gegenseitigen Respekt aus.

An diesem Wochenende wenden wir Methoden der dynamischen Körpertherapie an, um Zusammenhänge zu verstehen, körperliche Blockaden zu lösen und den Zugang zu unserer Kraft zu finden und zu stärken.

Seminarbeginn

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

Zum Kennenlernen

Offener Abend & Seminarbeginn

Fr, 22.05.2026, 20:30 Uhr, 30 €

Komm einfach vorbei!