

Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Yoga und Spiritualität

The Bigger Picture

Datum: **09.05.2026 - 10.05.2026**

Dauer: 2 Tage

Leitung: **Vira Drotbohm**

Preis: **295,00 €**

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

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

In diesem Workshop bist du eingeladen, deine eigene Verbindung zum Thema Spiritualität zu erforschen – frei von Dogmen und jenseits von esoterischen Klischees. Hier geht es nicht um religiöse Vorgaben, sondern um eine echte und persönliche Verbindung zu etwas Größerem, das uns von innen trägt und stärkt.

Seminarbeschreibung

Der Workshop umfasst zwei lebendige Teile: Stille Reflexion und Austausch über die Bedeutung einer freien Spiritualität im eigenen Leben sowie auf der Yogamatte oder dem Meditationskissen.

Wir schauen uns verschiedene Yogatechniken an, die immer in Spiritualität führen und für alle anwendbar sind. Wir lenken unseren Fokus auf die Frage, was erlebte Weite und Stille im Körper innerhalb der Atmung und in unseren Gedankenstrukturen verändert.

Es werden Auszüge aus den alten yogischen Schriften besprochen, die uns Beispiele zeigen, wie tief Yoga erfahren werden kann und wir nehmen uns viel Zeit, um geerdete Spiritualität zu erleben.

Seminarzeiten

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