Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Atemraum – Die stille Flamme

Mitgefühl für dich selbst

Datum:	**25.09.2027**
Dauer:	1 Tag
Leitung:	**Mukti Wöber , Yatri van Maren**
Preis:	**125,00 €**

» 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

Wenn das Leben von außen viel fordert, bleibt für das eigene Erleben oft kaum noch Raum. Du funktionierst, hältst durch, kümmerst dich, organisierst – und merkst vielleicht erst spät, wie weit du dich dabei von dir selbst entfernt hast.

Dieser Tag ist Teil der sechstägigen Jahresreise "Atemraum" Sie lädt dazu ein, wieder bei dir anzukommen: im Körper, im Atem, im Spüren und in dem, was gerade wirklich da ist.

Seminarbeschreibung

Der fünfte Teil der Breathwork-Reihe "Atemraum" öffnet einen Raum für Wärme, inneren Halt und einen freundlicheren Blick auf dich selbst.

Manches in uns ist hart geworden, weil es lange halten musste. An diesem Tag darfst du dem begegnen, was du in dir trägst, ohne es zu bewerten oder wegzudrücken.

Mit Breathwork und verbundenem Atem, Meditation, achtsamer Bewegung und Austausch kannst du dir selbst mit mehr Wohlwollen begegnen – auch dort, wo du sonst streng mit dir bist. So entsteht Raum für Weichheit, Annahme und die Erfahrung, dass Mitgefühl nichts Schwaches ist, sondern eine stille Kraft.

Seminarzeiten

10:00 - 18:00 Uhr

Info

Die Gruppe ist auf 20 Personen begrenzt.

Dozent*innen

Mukti Wöber

Seit 1997 selbstständige Physiotherapeutin mit zahlreichen Fortbildungen im Bereich der Körperarbeit. Sehr bald folgte sie ihrem Wunsch ganzheitlich zu arbeiten. So erweiterte sie ihr Spektrum um psychologische Ausbildungen, Meditationen und Energiearbeit. Ausgebildet in Humanistischer Spiritueller Therapie, Logosynthese, Meditationslehrer*in, Dynamischer Körpertherapie, Shendo Shiatsu und Reiki. In ihrer Arbeit geht es ihr darum, dass der Klient einen liebevollen und neugierigen Blick auf sich selbst entwickelt. Dafür öffnet sie einen sicheren Raum, in dem sich tief Verborgenes zeigen kann. So begleitet sie auf einem Weg zu einem freieren Selbst und mehr Lebendigkeit. Ihr Angebot umfasst Atem-Sessions, psychologische Beratung, intuitive Massage und Logosynthese.

Yatri van Maren

Seit 1999 in der „Path of Love“- Arbeit als Staff und Assistent tätig und als „Awakening of Love“- Facilitator geschult. Ausgebildet in Essenzarbeit nach Faisal,
Intuitiver Massage und Körperarbeit. Yatri ist seit 1988 Schüler Oshos, Meditation ist fester Bestandteil seines Lebens und seiner Arbeit.