

Sitting Silently

In der Stille liegt die Kraft

Datum: **26.12.2021 - 30.12.2021**

Leitung: **Ramateertha Doetsch , Subodhi Schweizer**

Preis: **550,00 €**

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

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Seminarbeschreibung

In den „Silent Sittings“ – dem stillen Sitzen – geht es einfach darum „nichts zu tun“ ... alles sein zu lassen, wie es ist ... zu beobachten und nicht einzugreifen. Dabei öffnen sich neue Räume für Entspannung, Urteilslosigkeit und Loslassen. Wir kommen im wahrsten Sinne des Wortes wieder zur Besinnung. Zwischen den „Sittings“ erhält der Körper die Möglichkeit, sich durch sanfte, langsame Bewegungen zu „entladen“ und ein natürliches Gleichgewicht zu finden.

Auf Wunsch gibt es die Möglichkeit, mit der Seminarleitung über aufsteigende Fragen und Themen zu sprechen.

Info

Bei Bedarf (Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen) wird dieses Seminar auch online angeboten.