

**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)

---

## **Sitting Silently**

### **Meditationsseminar**

Datum: **30.09.2018 - 03.10.2018**

Leitung: **Ramateertha Doetsch**, **Subodhi Schweizer**

Anzahlung 150,00 €

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

### **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.

Seminarstart nach dem Satsang am 1. Tag: 11:00 Uhr