Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

7 Tage Meditationsretreat

Stille erfahren und dem Leben begegnen

Datum:	**22.03.2027 - 28.03.2027**
Dauer:	7 Tage
Leitung:	**Ramateertha Doetsch , Subodhi Schweizer**
Anzahlung	150,00 €
Preis:	**995,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Das Retreat ist eine grundlegende Erfahrung für jeden, der sich auf dem Weg der Meditation befindet. Wir widmen uns der ältesten Form der Meditation – dem Sitzen in Stille. Diese einfache Technik hat eine jahrhundertealte Tradition. Der kraftvolle Prozess erlaubt uns, Distanz zu unseren Gedanken, Gefühlen und Körperempfindungen zu gewinnen.

Seminarbeschreibung

Unsere Achtsamkeit wächst – wir finden einen Weg in die wahre Freiheit und haben die Möglichkeit, wieder bei uns, in unserer Mitte, unserem ursprünglichen Sein anzukommen und zu entspannen. Wir erlauben uns, einfach nur präsent und aufmerksam zu sein. Wir lassen uns und die Welt so, wie sie ist, ohne einzugreifen oder zu handeln.

Das hört sich zunächst sehr einfach an und doch stellen wir häufig fest, dass wir in der Stille mit vielen Themen konfrontiert werden. Der Verstand wirft Fragen auf und wir erkennen, wie verstrickt wir in unsere Muster und Gewohnheiten und die damit einhergehenden Spannungen sind.

Während des Retreats gibt es die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit der Seminarleitung. Manchmal beginnen sich die Gedanken und Gefühle um ein bestimmtes Thema zu drehen. Dann ist es hilfreich, mit einer Person des Vertrauens darüber zu sprechen, Erfahrungen auszutauschen und dadurch den Knoten zu lösen.

Seminarzeiten

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

Dozent*innen

Ramateertha Doetsch

Arzt und Therapeut, seit 1976 Schüler von Osho. Anerkannter Lehrtherapeut/-trainer der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen. Ausbildung in Massage, Atem- und Körperarbeit, psychologischer Beratung, Psychic Massage, Primärtherapie, Familientherapie nach Bert Hellinger und Traumaheilung nach P. Levine. Gründer des Osho UTA Instituts. Ramateertha gehört zum Therapeutenteam des UTA.

Subodhi Schweizer

Heilpraktikerin Psychotherapie. Ausgebildet in Massage, Counseling, Dynamischer Körpertherapie, Tantra, Somatic Experiencing® (SE) nach Peter Levine und Systemischer Arbeit. Der Schwerpunkt ihrer Arbeit sind körperorientierte Therapien und Meditation. Sie ist seit 1981 Sannyasin und seitdem ist Meditation ein fester Bestandteil ihres täglichen Lebens. Sie gehört zum Therapeutenteam des UTA, gibt Einzelsitzungen und leitet Gruppen und Trainings in Europa, Afrika und Asien.