

**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)

---

## **Sangha of the Soul**

### **Online-Kurs für spirituelle Praxis**

Datum: **14.09.2021 - 07.12.2021**

Anzahlung 0,00 €

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

### **Rezeption**

Tel. 0221-57407-0

[kontakt@oshouta.de](mailto:kontakt@oshouta.de)

Di, Mi: 16:00 - 20:30 Uhr

Do - Sa: 08:30 - 20:30 Uhr

So: 08:30 - 18:30 Uhr

### **Beschreibung**

#### **Die rote Essenz**

Die Seminarreihe beginnt mit der Erforschung der roten Essenz. Dies ist der Aspekt unseres Wesens, der uns Vitalität und Mut zur Verfügung stellt. Diese Essenz ist rot, weil sie das Feuer in der Seele in sich trägt. Auf dem Weg zu unserer Bestimmung ermutigt sie uns immer wieder ins Unbekannte zu gehen, trotz aller Ängste, Widerstände und Hindernisse. Diese Kraft befähigt uns, den Dingen zu folgen, für die wir brennen und die Dinge zu finden, die wir am meisten lieben und mit denen wir uns verbinden wollen. Wir nennen dies den heiligen Impuls des „Ich kann“ – die Überzeugung, meine tiefsten Wünsche in die Tat umsetzen zu können.

Es ist der essenzielle Aspekt der aktiven Bewegung. Oftmals betrachten wir Erleuchtung als einen passiven Prozess der selbstlosen Hingabe, doch der spirituelle Weg braucht ebenso viel Aktion und Leidenschaft, um Hindernisse, Stagnation, Angst und Depression zu überwinden. Unter solchen Umständen ist Mut ausgesprochen wichtig. Er stärkt das Gefühl, fähig zu sein, dem tiefsten Wunsch meines Herzens zu folgen.

### **Aufbau der Abende und Zielsetzung**

- Begrüßung und Meditation
- Teaching
- Inquiry – Selbsterkundung mit 1 oder 2 Partner
- Nachbesprechung

Vorteile des Online-Kurses:

- Es ist möglich, das ganze Jahr hindurch eine spirituelle Praxis zu pflegen
- Diese Praxis wird zum integrierten Teil des Alltags
- Du wirst Teil einer Sangha, einer Gemeinschaft spiritueller Sucher
- Du kannst von überall auf der Welt teilnehmen
- Du kannst mit anderen Suchern in einem Feld von Achtsamkeit praktizieren und gemeinsam den Weg der Entfaltung gehen
- Die Praxis lässt sich leicht in das Alltagsleben integrieren, du musst dir dafür keine freien Tage nehmen
- Es ist möglich alle 3 Monate wieder in einen neuen Online Kurs einzusteigen
- Neben der laufenden Online-Praxis besteht auch die Möglichkeit in Präsenzseminaren die Praxis zu vertiefen

## **Buchung**

### **Termine**

Dienstags, 19:00 - 22:00 Uhr

14., 28. September 2021

12., 26. Oktober 2021

9., 23. November 2021

7. Dezember 2021

### **Preis**

350 €

[Jetzt online buchen](#)