



# Intensivstufe 2026-27

- Leitung:** **Santosh Renato Augstburger**  
Meditationslehrer, Coach & Trainer für Essenzarbeit
- Gast-Dozierende:** **Notburga Fischer**  
Internationale Sexual Grounding® Trainerin, Paar- & Sexualtherapeutin, Supervisorin
- Inhalt:** Echt inter-religiös & zeitgenössisch. Wir nehmen „das Beste“ aus modernen Strömungen des Buddhismus, Hinduismus, Islam & Christentum.  
19 Ausbildungstage in 6 Modulen à 5x 3 Tage & 1x 4 Tage
- Ausbildungsziel:** Intensivausbildung in Meditation und Selbsterfahrung um die eigene Seele besser kennen zu lernen.  
Anleiten von Meditationen in begleitetem Rahmen üben.
- Ausbildungskonzept:** Bewusstsein entwickeln für den eigenen Weg, für das was der eigenen Individualität am besten entspricht. Freundschaft und Nachsicht üben sich selber und anderen Menschen gegenüber. Mit seelischen Entwicklungen umgehen lernen und sie als Gelegenheit zum Wachstum begreifen.  
Meditation als Quelle für innere Stabilität festigen.
- Diplom oder Zertifikat:** Die Ausbildung schliesst mit einem Zertifikat über den Besuch der Veranstaltungen ab.  
Wer das Diplom Meditationslehrer\*in erwerben will, kann dies nach Besuch von insgesamt 12 Modulen der Intensivstufe tun. Zudem bedingt dies das Einreichen einer schriftlichen Arbeit.
- Ausbildungsort:** InsRetreat, Dorfstrasse 20, 3232 Ins



**14.-17.Mai 2026**

## **Was echte Begegnung auszeichnet**

### **Altern & Sterben - Würde und LebensEssenz**

Notburga Fischer, Paar- & Sexualtherapeutin, Sexual Grounding® Trainerin, Supervisorin

Die eigene Endlichkeit und den Tod ins Auge zu fassen, bringt uns der Essenz des Lebens näher und lässt uns spüren was wirklich wichtig ist. In diesem Modul tauchen wir in die Kernthemen der 2. Lebenshälfte ein:

- Was hinterlasse ich der Welt wenn ich gehe, und was lässt mich am Ende erfüllt gehen?
- Würde und Essenz meines Lebens - Was ist wirklich wichtig?
- Eine neue ganzheitliche Qualität im sexuellen Liebesleben kann entstehen.

Der Auseinandersetzung mit dem eigenen Ableben geht meist der Verabschiedungsprozess mit den eigenen Eltern voraus. Die beiden Menschen die uns gezeugt oder geboren haben, und die tiefere Bedeutung ihrer Essenz, die in uns weiterlebt.

Sexual Grounding Therapie (SGT) fokussiert auf die Rückverbindung mit der ursprünglichen Natürlichkeit und Lebendigkeit von uns Menschen als sexuelle Wesen, damit wir uns in unserer Gesamtheit im Lebensverlauf weiter entwickeln und reifen können.

Die Einbindung in die Generationenlinie (Familie, Vorfahren und Nachkommen, Eltern und Kinder) fügt der tiefen Verankerung (grounding) der Persönlichkeit in den Beziehungen des Alltags eine soziale und spirituelle Dimension hinzu.

Diese Methode enthält praktische Modelle und therapeutische Strukturen sowohl für die (Nach-)Reifung der Sexualität von der Kindheit bis ins Erwachsenenleben, als auch für die Weiterentwicklung der erwachsenen Liebesfähigkeit und die Reifung bis ins Alter und zum Sterben.

Sexualität wird nicht losgelöst, sondern in Verbindung mit der Liebes- und Beziehungsfähigkeit im Alltag gefördert. Damit bietet Sexual Grounding® auch für Therapeuten und Menschen im Coaching- und Erziehungsbereich essentielle, neue Inhalte.

**20.-23.August 2026**

## **II Essenz 1 - Innere Stabilität**

### **Entschleunigen um dein Leben selbstbewusst zu gestalten**

Santosh R. Augstburger, Coach & Trainer in Essenzarbeit

Die Essenzarbeit mit ihren fünf Modulen zu den fünf Grundessenzen (Innere Stabilität, Innere Stärke, Urvertrauen, Innere Führung, Lebensfreude) bildet das Rückgrat der Intensivstufe. Sie bietet eine kraftvolle, klare und solide innerpsychische Landkarte, welche zur individuellen seelischen Orientierungshilfe dient.



Die Essenzarbeit beruht auf einem uralten Einweihungsweg der Sufis. Sie wurde durch die humanistische Psychologie bereichert, und durch zeitgenössische LehrerInnen, für unsere Linie insbesondere Vasumati Hancock, für die Gegenwart weiterentwickelt. Jeder Mensch besitzt ein unendliches Potenzial, welches nur darauf wartet wiederentdeckt, freigelegt und gelebt zu werden. Unsere Vorgehensweise um an die Essenz zu gelangen, kann als "spirituelle Therapie" bezeichnet werden. Wir arbeiten hauptsächlich mit den Werkzeugen Meditation, Teaching, Selbsterkundung & Weisheit der Gruppe (Sangha).

**01.-04.Oktober 2026**

### **III Essenz 2 - Innere Stärke**

**Mut zur eigenen Lebendigkeit und Kraft**

Santosh R. Augstburger, Coach & Trainer in Essenzarbeit

**25.-29.November 2026 (4 Tage)**

### **IV Essenz 3 - Urvertrauen**

**Vom (Selbst)Hass zu Wahrheit & innerem Frieden**

Santosh R. Augstburger, Coach & Trainer in Essenzarbeit

**28.-31.Januar 2027**

### **V Essenz 4 - Innere Führung**

**Mitgefühl kultivieren für uns selbst und anderen**

Santosh R. Augstburger, Coach & Trainer in Essenzarbeit

**11.-14.März 2027**

### **VI Essenz 5 - Lebensfreude**

**In Freude und Helligkeit leben**

Santosh R. Augstburger, Coach & Trainer in Essenzarbeit

Änderungen gegenüber dem publizierten Programm in Bezug auf Ort und Daten, Themen und Referierende, die aus unvorhergesehenen Gründen notwendig werden, bleiben ausdrücklich vorbehalten. Falls höhere Gewalt einen Präsenzunterricht verunmöglicht, werden die Seminare im Online-Unterricht durchgeführt.