

Was ist Sufi?

Der Sufismus ist die Wissenschaft der Seele. Er bedient sich praktischer Methoden, um Herz, Körper und Geist in Einklang zu bringen und zur Vollkommenheit zu führen. Er stellt den Höhepunkt uralter Praktiken wie Drehtanz, Trommeln, Bewegung, Tanz und Gesang dar – angepasst an den Westen, um den Geist zu beruhigen und die Verbindung mit dem höheren Selbst zu fördern.



„Sufismus ist der Übergang vom Bekannten zum Unbekannten“. Adnan.

○ Sufismus bedeutet Reinheit. Es ist ein praktischer und natürlicher Ansatz für spirituelles Wachstum und positiven Wandel.

Über Tamsin

Seit 1988 bin ich Schülerin des Sufi-Meisters Adnan Sarhan aus Bagdad und habe bis zu seinem Tod im Jahr 2021 bei ihm studiert und ihn auf seinen Reisen begleitet. Die Sufi-Arbeit, die Adnan weitergab, wurzelte in einer tiefen Tradition des Sufismus und integrierte zugleich den kreativen Wert von Zeit, Ort und Mensch. Ich führe seine Arbeit fort, um die Weisheit, Kreativität und Tiefe seiner Lehren weiterzugeben. Mein Buch Inside The Time – A Sufi Path erzählt von meiner Reise mit Adnan.



SUFI- WORKSHOPS

MIT TAMSIN MURRAY



WIEN 2026
FEBRUARY & APRIL



WWW.SUFIFOUNDATION.ORG

Was Menschen sagen:

„Der Workshop war eine sehr gute Erfahrung für mich. Ich war überrascht von dem Grad an Gelassenheit und innerer Offenheit, den ich während des Workshops erfahren habe, und der sogar bis heute anhält. Und das alles mit Techniken, die eine minimale verbale Komponente haben, was mich ebenfalls überrascht hat.“

Alfonso

„Es ist ganz einfach, man bewegt sich einfach im Workshop, entspannt den Geist und folgt den Bewegungen. Das kann zu einem tiefen und unermesslichen Frieden führen.“ Mary Frank

„Nach zwei Tagen hatte ich bereits aufgehört, Kaffee und Tee zu trinken, und ich aß nur noch die Hälfte von dem, was ich normalerweise esse. Innerhalb einer Woche spürte ich die Leichtigkeit, die sich einstellt, wenn man etwas Körperfett verloren hat, die Elastizität, die sich einstellt, wenn man täglich Übungen und Dehnungen macht. Die Ruhe, die von der Langsamkeit kommt, mit der die Übungen ausgeführt werden.“ Maria

Wien 2026

Sufi Workshop Februar

Ort:

CRYSTAL SOUNDS VIENNA
Karolinengasse 28/4
1040 Vienna

Zeit:

Do. 19, Fr. 20., Sa. 21. und So. 22.
Februar 2026
jeweils 10.00 Uhr – 16.00 Uhr

Sufi Workshop April

Ort:

PERFORM
Raum „LUNA“
Mariahilfer Strasse 51
1060 Wien

Zeit:

Do. 23, Fr. 24., Sa. 25. und So. 26.
April 2026
jeweils 11.00 Uhr – 17.00 Uhr

Preis:

Jeder Tag einzeln: € 60,-
Kompletter Workshop: € 200,-

Informationen

Kontakt Margarete
margarete.eller@chello.at
+43 699 1922 7827

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Matte und ein leichtes Mittagessen für die Pause mit.

Zitate von Adnan

„Alles in der Existenz kommt aus der Schwingung oder geht in die Schwingung über“

„Die Intelligenz des Herzens hat ihren Ursprung in der Kraft der Liebe.“

„Wenn ein Mensch die wirkliche Freiheit spürt, die Freiheit des Herzens von den Fesseln der Gewohnheiten, und wenn du zufrieden bist, dann gibt es keine Rückkehr in die Sklaverei.“

„Es gibt unendlich viele Atemtechniken, die dem Tanzen gleichzusetzen sind. Das Atmen an sich ist ein elementarer Tanz. Wenn du lernst, von innen zu tanzen, dann wird dieser Tanz zu einer höheren Entwicklung des Geistes.“

„Wenn du im reinen Moment bist, öffnen sich die Zeit und der Raum, und der Geist in dir erwacht.“