

Datum	Zeit	Programm: Von Ekstase in die Stille - Dein Weg ins Hier & Jetzt Erläuterung	
TAG 1 Montag, 29.12.25	ab 16:00	-:J Ankunft, Checkin etc.	
	17:00	All is welcome here	
	im Anschluss	<b>OSHO KUNDALINI MEDITATION</b>	Eine hochwirksame Methode, die durch Schütteln deinen Energiefluß überall dort wo er unterdrückt wird, zum Entspannen und Loslassen zu bringen.
	ca. 19:00:00	Abendessen	
	20:15	Vorstellungsrunde, Vorstellung Konzeption des Festivals	
	im Anschluss	<b>OSHO NATARAJ TANZ MEDITATION</b>	Die Osho Nataraj Meditation ist eine Tanzmeditation in drei Phasen, die darauf abzielt, innere Spaltungen aufzulösen und eine tiefe, entspannte Bewusstheit zu erreichen.
Tag 2 Dienstag, 30.12.2025	07:30	<b>OSHO DYNAMISCHE MEDITATION</b>	Diese frühmorgendliche Meditation ist eine schnelle, intensive und gründliche Möglichkeit, alte, tief verwurzelte Muster im Körper zu durchbrechen und Freiheit, Zeugnis, Stille und Frieden zu erfahren.
	09:00	Frühstück	
	10:15	Buddhafeld	Wir kreieren gemeinsam ein energetisches Buddha-Feld. Mantra Singen, Tanz und mehr. Dadurch erschaffen wir gemeinsam Qualitäten wie Präsenz, Klarheit, Liebe und Lebensfreude.
	im Anschluss	Insights of a new way of living "Celebrate your life" - Die Essenz von Meditation	
	im Anschluss	Kurze Meditation für das tägliche Leben	
	im Anschluss	Tägliche Arbeit als Meditation	Deine Arbeit sollte dir Freude machen. Meditation zu verstehen, bedeutet zu verstehen, dass Meditation jederzeit und überall zu jeder Zeit stattfinden kann – im Bus, vor dem Computer sitzend, beim Spazierengehen.
	11:45	<b>OSHO Drums Celebration Meditation</b>	Eine Bewusstseinsreise in und durch deinen Körper mit anschließendem Tanz bei wilder Trommelmusik und abschließender Stille-Liegephase.
	13:00	Mittagessen	
	14:15	RELAX! Geführte Osho Meditationen zur Tiefenentspannung ca. 15 Minuten Pause	
	ca. 15:15	<b>Osho Glibberish Meditation - Leere deinen Verstand</b>	Die OSHO Glibberish Meditation ist eine 30-minütige, zweistufige Meditationstechnik zur geistigen Reinigung. Die Methode ist eine wissenschaftliche Katharsis, die dabei hilft, den "Müll" aus dem Geist zu entfernen und einen Zustand tiefer Entspannung zu erreichen.
ca. 15:45	15 Minuten Pause		
ca. 16:00	"Deeper Look" in den revolutionäre Ansatz der Osho Aktiven Meditationen		
im Anschluss	<b>OSHO KUNDALINI MEDITATION</b>		
18:00	Abendessen		
19:30	<b>OSHO EVENING MEETING MEDITATION</b> mit Osho Talk "How to live in joy!"	Das Evening Meeting ist eine Gelegenheit „Stille ohne jegliche Mühe“ zu erfahren und das ist der Schlüssel dafür, ein scharfes Bewusstsein in dein tägliches Leben zu bringen. Im Evening Meeting nutzen wir vor allem durch den Osho Talk den Klang seiner Worte, um in die Gegenwart zu kommen.	
im Anschluss	<b>SPECIAL "Happy Now Here Tanz Wave" mit Sumitra</b>	Wave-Tanzen ist eine Form des freien, ekstatischen Tanzes, der die Bewegungsmuster von fünf grundlegenden Rhythmen (Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical, Stillness) erforscht.	
TAG 3 Mittwoch, 31.12.2025	07:30	<b>OSHO DYNAMISCHE MEDITATION</b>	Diese frühmorgendliche Meditation ist eine schnelle, intensive und gründliche Möglichkeit, alte, tief verwurzelte Muster im Körper zu durchbrechen und Freiheit, Zeugnis, Stille und Frieden zu erfahren.
	09:00	Frühstück	
	10:15	Buddhafeld	
	im Anschluss	Insights of a new way of living "Happy Now Here"	
	im Anschluss	Kurze Meditationen für das tägliche Leben	
	im Anschluss	Arbeit als tägliche Meditationspraxis	
	11:45	<b>OSHO CHAKRA BREATHING MEDITATION</b>	Eine aktive Methode mittels intensiver Atmung die sieben Chakren für den Energiefluss zu öffnen und Bewusstsein, Vitalität und Stille zu erfahren.
	13:00	Mittagessen	
	14:15	RELAX! Geführte Osho Meditation zur Tiefenentspannung	
	11:45	<b>OSHO LAUGHTER MEDITATION</b>	Die Osho Lachmeditation ist eine spielerische, aber auch tiefgreifende Methode durch Lachen loszulassen und das Leben leichter zu nehmen.
	ca. 15 Minuten Pause		
16:45	<b>OSHO KUNDALINI MEDITATION</b>		
18:30	Abendessen		
20:00	OPEN COME TOGETHER MEETING <b>SPECIAL - Songs mit Mojud an der Gitarre</b>		
im Anschluss	Silvester Tanz Celebration Party Feuerzeremonie - Alles was wir nicht mehr brauchen wird verbrannt. <b>POWER SHAKING</b>	Von Osho Canada und Humaniversity Quebec 45-minütige ekstatisches Schütteln mit anschließender Stille und Tanzphase. Just become the shaking. Unlimited Pleasure!	
TAG 4 Donnerstag, 01.01.2026	07:45	<b>OSHO DYNAMISCHE MEDITATION</b>	
	09:00	Frühstück	
	10:15	Buddhafeld	
	im Anschluss	Insights of a new way of living "Celebrate Life"	Be here now - the gate!
	im Anschluss	Meditieren auf dem "Marktplatz"	(09)_The_Integration_of_Body_Mind_Soul_Through_Meditation
	im Anschluss	Arbeit als tägliche Meditationspraxis	
	ca.11:45	<b>OSHO CHAKRA SOUNDS MEDITATION</b>	Eine sanfte aktive Methode mittels Summen die sieben Chakren für den Energiefluss zu öffnen und Bewusstsein, Vitalität und Stille zu erfahren.
	13:00	Mittagessen	
	14:15	RELAX! Geführte Meditation zur Tiefenentspannung ca. 15 Minuten Pause	
	15:15	<b>OSHO NO DIMENSIONS MEDITATION</b>	Diese aktive Zentrierungsmeditation basiert auf Sufi-Techniken, die von Osho weiterentwickelt und erweitert wurden. Sie konzentriert deine Energie im Hara, dem Zentrum der „Lebensenergie“ unterhalb des Nabels. Du wirst zum Zentrum "inmitten des Wirbelstroms" deiner eigenen Körperdrehungen.
	ca. 15 Minuten Pause		
16:45	<b>OSHO KUNDALINI MEDITATION</b>		
18:30	Abendessen		
20:00	<b>OSHO EVENING MEETING MEDITATION</b>		
im Anschluss	<b>SPECIAL Klangreise mit Mojud und Sumitra</b>		
TAG 5 Freitag, 02.01.26	07:45	<b>OSHO MANDALA MEDITATION</b>	Diese aktive kraftvolle Technik erzeugt einen Energiekreis, der dich zu einer natürlichen Zentrierung führt.
	09:00	Frühstück	
	10:15	Buddhafeld	Wir kreieren gemeinsam ein energetisches Buddha-Feld. Mantra Singen, Tanz und mehr. Dadurch erschaffen wir gemeinsam Qualitäten wie Präsenz, Klarheit, Liebe und Lebensfreude
	im Anschluss	Insights of a new way of living "Happy Now Here"	(02)_Meditations_on_Love_and_Relating_(The_Meditation)_wtca
	im Anschluss	Meditieren auf dem "Marktplatz"	Be one Tantra
	im Anschluss	Arbeit als tägliche Meditationspraxis	
	im Anschluss	<b>OSHO MAHAMUDRA MEDITATION</b>	Diese sanfte Meditation ist eine Begegnung mit dem Kosmos, mit der gesamten Existenz. Sie hilft dir, dich zu verbinden, zu verschmelzen und auf der tiefsten Ebene loszulassen.
	13:00	Mittagessen	
	14:15	RELAX! Geführte Meditation zur Tiefenentspannung ca. 15 Minuten Pause	
	15:15	<b>OSHO HERZ MEDITATION</b>	In dieser Meditation lässt du alles Leiden – dein eigenes und das aller Wesen dieser Welt los. Das Herz kann Wunder vollbringen. Es transformiert die Energie von Leid sofort in Glückseligkeit.
	ca. 15 Minuten Pause		
16:45	<b>OSHO KUNDALINI MEDITATION</b>		
18:30	Abendessen		
20:00	OSHO EVENING MEETING MEDITATION		
im Anschluss	Sharing Runde <b>Samasati - Soziale Meditation von Veeresh mit Sumitra</b>	In dieser Meditation geht es darum bewusstes Sterben zu üben, aber vor allem, sich darauf zu besinnen, das Leben in jedem Moment wertzuschätzen und völlig zu leben.	
TAG 5 Samstag 03.01.26	07:30	<b>OSHO NADABRAHMA</b>	Eine Reise in und durch deinen Körper mit anschließender Trommelmusik und Stille
	09:00	Frühstück	
	10:00	<b>OSHO VIPASSANA MEDITATION</b>	Diese Meditation des stillen Sitzens basiert auf einer Methode von Gautama Buddha. Sie dient dazu Bewusstheit, Achtsamkeit, das Zeuge-Sein zu üben. Die Osho Form der Vipassana macht daraus eine angenehme, lebensfrohe Erfahrung
		ca. 15 Minuten Pause	
	11:30	Feedback	
12:00	ABSCHLUSS - Angel Walk		
13:00	Mittagessen		
		Reiling/home	Eine berührende Reise zu dir selbst.