



Freitag, 30. August 2024

17:00
17:45

BE ONE Festival für Meditation 2024, Seminarhaus Parimal
Programm
Willkommen mit Einführung in die Osho Meditationen
OSHO KUNDALINI MEDIATION

19:00
20:15

Abendessen
OSHO MAHAMUDRA MEDITATION

Samstag, 31. August 2024

ca.21:30
07:30

OSHO Dance Meditation bei Lust und Laune
OSHO DYNAMISCHE MEDITATION

09:00
10:15

Frühstück
Wir kreieren gemeinsam ein energetisches Buddha-Feld. Mantra Singen, Tanz und mehr. Wir erschaffen gemeinsam Qualitäten wie Präsenz, Klarheit, Liebe und Lebensfreude.
Insights for a new way of living - Kurze Meditation für das tägliche Leben

ca. 11:45

OSHO CHAKRA BREATHING MEDIATION

13:00
14:00
ca.16:15

Mittagessen
Satsang mit Moksha - Silent Sitting+Fragen und Antworten - Who is in?!
OSHO HEART MEDITATION

17:30
19:00
20:15

OSHO KUNDALINI MEDIATION
Abendessen
OSHO EVENING MEETING MEDITATION

Sonntag, 1. Sep. 2024

07:30

OSHO MANDALA MEDITATION

09:00
10:00
11:15

Frühstück
OSHO DRUMS CELEBRATION MEDITATION
OSHO VIPASSANA MEDITATION

12:30
13:00
14:15

Feedback
Mittagessen
OSHO LAUGHTER MEDITATION

15:15

Abschlussrunde/Rolling Home

Erläuterung

Eine hochwirksame Methode, die durch Schütteln deinen Energiefluß überall dort, wo er unterdrückt wird, zum Entspannen und Loslassen zu bringen.

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.

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.

Meeting others is good!

Eine aktive Methode mittels intensiver Atmung die sieben Chakren für den Energiefluss zu öffnen und Bewusstsein, Vitalität und Stille zu erfahren.

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.

Die Kunst des Zuhörens. 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. Oshos revolutionärer Meditationsansatz nutzt das einfache Verständnis, dass wir Sinnesphänomene nur in Echtzeit, hier und jetzt, wahrnehmen können. Im Evening Meeting nutzen wir vor allem durch den Osho Talk den Klang seiner Worte, um in die Gegenwart zu kommen. Diese aktive kraftvolle Technik erzeugt einen Energiekreis, der dich zu einer natürlichen Zentrierung führt.

Eine Reise in und durch deinen Körper mit anschließender Trommelmusik und Stille. Diese Meditation basiert auf einer Methode von Gautama Buddha. Sie dient dazu, Bewusstheit, Achtsamkeit, Wachheit, das Zeuge-Sein zu üben. Die Osho Form der Vipassana macht daraus eine angenehme, lebensfrohe Erfahrung.

Diese Lach-Meditation hilft dir, die kleinen Dinge im Leben zu genießen – kindlich, im Fluss, wie ein Spiegel. Die erste Phase ist Kichern und Lachen, in der zweiten Phase erdest du dich. Mit dieser Energie wird dein Tanz in der letzten Phase eine andere Qualität haben.