

# Osho Abend-Meditationstreffen

Die Abendmeditation im Parimal dauert 1 1/4h.

Diese Meditation wird rund um den Erdball zur gleichen Ortszeit gemacht. Wegen der verschiedenen Zeitzonen findet diese Meditation immer gerade irgendwo auf der Welt statt.

## Die erste Phase: Tanzen und Feiern

Die Meditation beginnt mit energievoller Musik zum ausgelassenen Tanzen und Feiern. Du kannst die Augen offen oder geschlossen haben, solltest aber ganz bei dir bleiben. Das Tanzen kommt drei oder viermal zu einem Stopp in dem alle das Wort „Osho“ ausrufen und dabei die Arme nach oben strecken – das Wort Osho wird hier als Mantra benutzt.

## Die zweite Phase: klassische indische Musik und Stille

Nach dem letzten „Osho“ setze dich sofort hin mit geschlossenen Augen hin. Nun folgen 10 Minuten Musik im Wechsel mit Stille.

## Die dritte Phase: Osho Vortrag

Sitze weiterhin ganz still während ein Osho Video abgespielt wird.

In leicht verständlichem Englisch spricht Osho hier über das ganze Spektrum von Themen, die für die heutige Menschheit relevant sind. In ihnen teilt er uns seine Vision mit, seinen reichen Schatz an Transformationstechniken und seine tiefe Erfahrung der Stille.

***„Lausche still, als würdest du dem Klang eines Flusses lauschen oder dem Rauschen des Windes in den Kiefern. Hör einfach zu, ohne dass der Kopf sich einschaltet mit „Ja das stimmt“ oder „Nein, das stimmt nicht“ Osho***