IL PROGRAMMA

In un clima di spontanea, naturale amicizia, puoi prenderti cura di te e riconnetterti con la tua energia vitale; sciogliertì con la meditazione; riconoscere le tue potenzialità e qualità esistenziali... queste le opportunità che ti offre l'**OSHO** Festival con decine di diverse tecniche e workshop in un'atmosfera di leggerezza e festa, sotto la guida di esperti meditatori e facilitatori internazionali.

orari: 06:45 | 08:10 | 09:10 | 09:30 | 10:00 | 11:00 | 11:30

VENERDÌ 24 APRILE

- **06:45-08:00 Osho Dynamic Meditation** – Un modo rapido, intenso, profondo e diretto per rompere schemi e modelli
- **08:10-09:10 O.D.H.A. (Osho Divine Healing)** – con *Prashantam* - Movimenti di respiro e autoguarigione facili da imparare
- **08:10-09:10 Risvegliare la Forza Vitale** – con *Ojas* - Pratiche di Tantra Yoga per il benessere fisico, mentale e spirituale
- **09:30-11:00 Le Onde dell'Universo** – con *Aneesha* - Una meditazione, dal *Libro dei Segreti*, per assaporare momenti di Nonmente
- **09:30-11:00 Autoipnosi per la Meditazione** – con *Anil* - Uno strumento per apportare cambiamenti significativi nella tua vita
- **09:45-11:00 Parlare al corpo** – con *Chetana* - Ricordarsi il Linguaggio dimenticato per parlare al Corpomente
- **11:30-13:00 Il Fuoco della Vita** – con *Upadhi* - L'Hara come una dinamo di energia elettrica alimenta tutti i chakra
- **11:30-13:00 La Danza della Realtà nel Cuore** – con *Deepti* - Vedere attraverso il cuore, per restare con la realtà e accoglierla per ciò che è
- **11:45-13:00 Osho Nadabrahma Meditation** – Sintonizzarsi e portare armonia a tutto il tuo essere

SABATO 25 APRILE

- **08:10-11:00 Humaniversity AUM Meditation** – con *Somraj e Aseel* - Un viaggio per esprimere, fluire e sciogliersi, assaporare il silenzio e la meditazione
- **06:45-08:00 Osho Dynamic Meditation** – Ripulire il corpo e la mente da blocchi e tensioni
- **08:10-09:10 Danzare oltre i Limiti** – con *Deepti* - Dalla percezione dei confini del corpo e della mente... all'espansione
- **08:10-09:10 Espandere la Forza Vitale** – con *Ojas* - Pratiche di Tantra Yoga per il respiro e l'osservazione di sé
- **10:00-11:15 Il Potere dell'Amore** – con *Upadhi* - Un assaggio della potenza dell'amore presente in ognuno di noi
- **10:00-11:00 Tarocchi e Talenti** – con *Archan* - Riconoscere ed esprimere il dono di cui siamo portatori
- **11:30-13:00 Un assaggio di Osho Kyo Zen** – con *Prashantam* - Una condivisione dell'essenza dello Zen
- **11.30-13:00 Gli Anni della Foresta** – con *Aneesha* - Colmare di nuova creatività la fase della vita dopo i 50 anni
- **11:30-12:45 Osho Chakra Breathing Meditation** – Attraverso il respiro si diventa consapevoli delle qualità dei sette chakra

DOMENICA 26 APRILE

- **06:45-08:00 Osho Dynamic Meditation** – Un rapido processo dinamico per riequilibrarsi
- **08:10-09:10 Il Cielo Interiore** – con *Chetana* - Un rilassamento guidato che aiuta a risvegliare l'Osservatore interno
- **08:10-09:10 L'energia che guarisce** – con *Gyanrahi* - Tecniche di autoaiuto per agire sull'energia vitale
- **09:30-11:00 La Guarigione dei Chakra** – con *Anil* - Semplici strumenti per portare consapevolezza nei tuoi centri di energia
- **09:30-11:00 Amore Consapevole** – con *Ameya* - Dalla dipendenza affettiva all'amore
- **10:00-11:15 Osho Nataraj Meditation** – Perdersi nella danza per ritrovare la vita e lasciarla fluire
- **11:30-13:00 Alla Scoperta delle Energie Sottili** – con *Upadhi* - Un esperimento per sentire e sperimentare il tuo e l'altrui campo energetico
- **11:30-13:00 L'Amore che Guarisce** – con *Siddho e Anurag* - Costellazioni Familiari e Relazionali
- **11:45-13:00 Osho Neo Vipassana** – Seduti in silenzio si osserva il respiro, diventandone consapevoli

orari: 14:30 | 14:45 | 15:00 | 15:30 | 16:00 | 16:30 | 16:45 | 17:00 | 17:15 | 17:30 | 18:30 | 19:00 | 21:30 | 21:45 | 22:30 | 22:45 | 23:00 | 23:15 | 23:45

GIOVEDÌ 23 APRILE

- **14:30-15:00 Benvenuti** – Un'accoglienza gioiosa per avvicinarti al nostro Festival
- **15:00-16:30 Aprirsi alla Vita** – con *Aseel* - Rendi quotidiana la tua capacità di stare nella consapevolezza
- **15:05-16:35 L'Essenza della Meditazione** – con *Anil* - Un incontro giocoso per aprirti a nuove dimensioni
- **17:00-18:30 Le Chiavi Preziose** – con *Prashantam* - Semplici strumenti per una vita migliore
- **17:00-18:30 Gioia di Vivere** – con *Niradha* - Esplora il contatto con te stesso e gli altri tramite la danza e la meditazione
- **18:45-20:00 Osho Kundalini Meditation** – Sciogliere ogni rigidità e fluire con l'energia
- **21:45-23:15 Dance&Games** – con *Somraj* e *Aseel* - Totalità e gioco, incontrarsi, condividere e meditare gioiosi (SALA ROSSA)
- **21:30-22:40 Osho Mahamudra Meditation** – Incontrarsi con il cosmo e lasciarsi andare (SALA BLU)

PAUSA PRANZO 13:00 - 14:30

- **14.45-16:15 Crearmonia** – con *Purnima* - Scopri come affrontare la quotidianità con amore, curiosità e presenza
- **15:00-16:30 Vivere senza Paura** – con *Prashantam* - Vivi in libertà e pienezza, padrone delle tue scelte
- **15:00-16:30 L'Alchimia del Tantra** – con *Anjori e Dhayria* – Un viaggio d'amore con una dimensione spirituale
- **16:30-17:00 Free Dance** – "Danzando ogni dualità scompare, tutto si integra" Osho
- **15:00-16:45 L'Alchimia del Femminile** – con *Siddho* - Le qualità naturali del femminile: grazia, ricettività, ascolto e amorevolezza
- **15:00-16:45 L'Alchimia del Maschile** – con *Anurag* - Smascheriamo insieme gli stereotipi che condizionano la mente maschile
- **16:45-17:00 Free Dance** – "Quando danzi non sei più un CorpoMente, sei un'unità organica" Osho
- **15:30-17:00 La danza del mio cuore** – con *Niradha* - Espandersi e immergersi nel silenzio
- **14:30-14:45 Arrivederci**
- **14:45-15:00 Estrazione Premi***
- **15:00-16:00 Le Danze del Cuore** – con *Aneesha* - Canzoni e danze sacre che aprono la tua voce e il tuo cuore (SALA ROSSA)

BREAK

- **17:15-18:15 Assaporare la Nonmente** – Un assaggio di Osho No-mind per liberarsi dal chiocchierio interiore
- **17:15-18:30 Osho Kundalini Meditation** – La tecnica ideale per sciogliere le tensioni quotidiane
- **17:15-18:30 Osho Kundalini Meditation** – Un dolce scuotersi che libera dalle tensioni della giornata
- **16:25-17:30 Osho Kundalini Meditation** – Sciogliere ogni rigidità e fluire con l'energia (SALA VERDE)

PAUSA CENA 20:00 - 21:30

- **19:00-20:00 Osho Evening Meeting** – Meditazione serale: "Un dissolversi nell'oceano della consapevolezza" Osho
- **19:00-20:00 Osho Evening Meeting** – Una profonda esperienza per entrare nello spazio interiore
- **21:45-23:15 La Shiva che Danza** – con *Heera* - Spalancare le porte alla luce cosmica (SALA ROSSA)
- **21:30-22:45 Osho Devavani Meditation** – Una antica tecnica per risvegliare "la voce divina" (SALA BLU)
- **21:30-22:30 Free Dance** – Percussion live con *Deva Paolo* (SALA ROSSA)
- **22:30-23:00 Sannyas Celebration** – Un'occasione di festa e di trasformazione (SALA VERDE)
- **23:00- 23:45 Disco Music** – "Quando danzi con totalità non sei più separato, ogni dissociazione scompare." Osho (SALA BLU)

SCARICA IL PROGRAMMA SUL TUO CELLULARE

Trovi al link **www.oshofestival.it/programma** approfondite descrizioni di ogni evento.
Usa il QR code e scopri tutto sui workshop e le meditazioni che preferisci, e resta sintonizzato con gli aggiornamenti.
Sul sito trovi anche le presentazioni dei conduttori di quest'anno.

RENDI PIÙ BELLO L'OSHO FESTIVAL E PARTECIPA ALL'ESTRAZIONE PREMI!

Compila il questionario che riceverai all'ingresso e aiuta l'**OSHO** Festival a migliorare! Consegnalo Domenica 26 Aprile 2020 entro le ore 13,00. Tra tutti i questionari inseriti nell'apposita urna, alle 14,45 saranno sorteggiati questi bellissimi premi:

***Primo Premio - Un soggiorno di 14 giorni all'OSHO INTERNATIONAL MEDITATION RESORT** di Pune (India) con alloggio nella OSHO Guesthouse, ingresso libero al Campus e a tutte le meditazioni giornaliere nell'OSHO Auditorium, a classi e corsi diurni in Buddha Grove, spettacoli, feste ed eventi serali - www.osho.com
Secondo Premio - Un WORKSHOP IN ACQUA per 2 persone (workshop + alloggio) nella splendida struttura di Sagar a Osho Miasto in Toscana. - www.oshomiasto.it
Terzo Premio - Comoda e pratica sedia da meditazione portatile - www.claptzu.it
Quarto Premio - Un abbonamento per un anno alla rivista OSHO TIMES che include 1 libro omaggio esclusivo e 2 DVD novità - www.oshoba.it
Quinto Premio - Un cofanetto di DVD di videodiscorsi di Osho sottotitolati in italiano - www.oshoba.it

UNA MAGIA INDESCRIVIBILE

In ogni **OSHO** Festival si crea una magia indescrivibile: qualcosa che si può toccare con mano e davvero può cambiare la vita di chi vi partecipa. 4 giorni all'insegna della grande abbondanza con tantissimi eventi anche simultanei.
Scegli con tranquillità ciò che ti attira o ti incuriosisce, senza l'idea di dover fare tutto.

OSHO® è un marchio registrato di proprietà della Osho International Foundation usato su licenza Foto dell'**OSHO** Festival di Geetesh.

OSHO Festival È ANCHE CURE DOLCI PER IL CORPO:

- Osho Rebalancing
- Ipnosi curativa
- Kirlian Check Up
- Body Energy Healing
- Lettura energetica
- Transomatic Trance
- Osho Divine Healing
- Intelligenza del corpo
- Massaggio ayurvedico
- Kobido
- OPH Osho Prana Healing
- Memory Access
- Body Balancing Bio Din.
- Massaggio addominale
- Massaggio Californiano
- Massaggio Via della Luna
- Consulenze di Aura-Soma
- Trattamento heART&BODY
- Craniosacrale biodinamico
- Massaggio delle correnti
- Riflessologia plantare

INFORMAZIONI UTILI

Indossa abiti comodi o una tuta da ginnastica. Porta un cuscino, un tappetino (il pavimento in marmo è freddo) e una copertina leggera. Comunque il Palacongressi è ben riscaldato e quindi non serve eccedere nel vestirsi. Nelle sale in cui si svolgono gli eventi si entra senza scarpe: porta con te delle calze da usare esclusivamente in quegli spazi.
Ci sarà un guardaroba/spogliatoio, non custodito, dove potrai cambiarti.
Il **Palacongressi si trova a Bellaria (Rimini) in via Uso 1**, ed è a disposizione dell'**OSHO Festival** il suo ampio parcheggio gratuito.