

OSHO NO MIND

San Bernardino – Mesocco (CH)

15-21 ottobre 2022



La NO-MIND è uno degli ultimi processi di meditazione creati da Osho.

NON MENTE significa intelligenza, purezza, percettività, amorevolezza...

Il Mistico Sufi Jabbar non parlò mai in nessuna lingua conosciuta, si limitava a dire cose senza senso. Ciò nonostante aveva migliaia di discepoli perché nel suo parlare così, il messaggio era: “La vostra mente non è altro che questo – gibberish. Mettetela in disparte e assaporerete il vostro essere”.

Tu sei un Buddha in forma di seme, ma sei imprigionato in quel seme. Lascia che si rompa, lascia che venga dischiuso nel terreno, in modo che le rose possano fiorire dentro di te. Sei sempre stato occupato con cose senza alcun senso, dimenticandoti di te.

Ricordati, tu sei un Buddha. Non ricadere più all'indietro, conserva la tua dignità.

E all'improvviso scoprirai che il mondo intero è cambiato: ogni cosa è la stessa di sempre, tuttavia nulla è più la stessa cosa, perché la tua visione si è rinnovata”. Osho



STRUTTURA

Per sette giorni, due ore al giorno, pulirai la tua mente da tutti quei pensieri - coscienti o meno - che la occupano e ti rubano energia, fino a far riemergere il Buddha che sei!

Il processo consiste in due parti:

- **prima ora: Gibberish**, segui qualsiasi suono che emerge da dentro, in qualsiasi lingua eccetto le lingue che conosci, diventa consapevolmente pazzo.

Di' tutto quello che avresti sempre voluto dire e non sei stato in grado di farlo a causa delle buone maniere, dell'educazione, della cultura e della società. Sii molto passionale, come se mentre parli tutta la tua vita fosse in gioco. Stai dicendo delle sciocchezze e non c'è nessuno tranne te, sei totalmente libero. Di' qualunque cosa che ti passa per la mente, butta fuori tutta la spazzatura. Mentre butti fuori diventi più leggero, più vivo. Sii totale perché una volta che te ne liberi, c'è la possibilità di andare più a fondo nel silenzio, più di quanto tu non abbia mai fatto.

- **seconda ora: Silenzio**, semplicemente siediti in silenzio, chiudi gli occhi e rimani immobile.

“Adesso sei pronto ad andare dentro con tutta la tua consapevolezza, con tutta la tua energia vitale. Muoviti verso il centro del tuo essere. Qui è da dove sei arrivato e qui è dove tutti devono tornare.

Più profondamente andrai, tanto più l'aria diventerà profumata. Quando sarai nel punto più profondo, fiori cominceranno a scendere su di te. Nel punto più profondo sarai un Buddha.” Osho

Il processo di NO MIND sarà sostenuto da una meditazione attiva, la mattina presto, prima della colazione e da una meditazione al tramonto che aiuterà ad integrare il lavoro della giornata.

Questo prezioso detox della mente sarà supportato anche da un detox alimentare.

OSPITALITA'

Il processo di NO MIND si terrà presso l'**Hotel Ristorante Lido di San Bernardino (CH)**, una location suggestiva, con vista da sogno. Le vette dell'arco alpino coronano ad ogni sguardo la natura incontaminata che contorna la struttura e amplificano la bellezza del lago Doss.

Per maggiori informazioni e iscrizione: Prafulla + 39 3355635714 - anche whatsapp - info@stefaniacontu.com