

Oshova Mystická růže s Amar 31.7.- 21.8.2010

Shangri-La Osho Meditační Centrum, Lažany 49, 36452 Žlutice
T: 353395310 , <http://shangri.la.sannyas-on.net>

Mystická růže je známá jako meditativní terapie – starobylý Východ se setkává s moderním Západem, čímž se meditace stává přístupnou pro současného člověka.

Mystická růže je mocný a jedinečný transformační proces, který trvá 3 týdny po 3 hodinách denně.

První týden je věnován smíchu.

Tento smích nás může osvobodit od všemožných omezení pocházejících z minulosti.

Naše vážnost se rozpustí, což umožní, aby dětské prvky osobnosti opět naplnily naše životy radostí.

V druhém týdnu se ponoříme do hlubších vrstev. Smutek, zoufalství, bolesti a utrpení mnoha životů můžou vyjít na povrch a uzdravit se našimi slzami a pláčem a ve světle naší bdělosti.

Slzy jsou jazykem srdce. V láskyplné atmosféře se stará zranění uzdravují a srdce se může otevřít do lásky a soucítění k nám samým a k ostatním.

Ve třetím týdnu – po pročišťování a vyjadřování svých emocí během dvou předchozích týdnů – bude mnohem snazší vstoupit do ticha a meditace. Staneme se 'pozorovateli na kopci', odtud jsme schopni sledovat naši mysl a naše emoce s trochou odstupu.

Tento proces byl vytvořen indickým mystikem Oshem:

“Mystická růže se stala symbolem člověka, jehož bytost již není zakuklená,
již více nespí,
ale je plně probuzená,
a otevřela všechny své okvětní lístky
a stala se citlivou ke všemu,
co je pravdivé, krásné, dobré -
nejúžasnější nádhera existence.“

Oshovo meditační centrum Shangri-La nám nabízí ideální prostor pro Mystickou růži. Jsme tu obklopeni krásnou přírodou, která podporuje ozdravný proces. Každý den pracujeme 2 hodiny meditativním způsobem, což nám pomáhá integrovat naše zážitky a zkušenosti a také nám dává skvělou příležitost okusit život v komunitě. Mnohému se můžeme od sebe a spolu naučit!

V blízkosti jsou i hezká jezera na plavání a příroda zve k procházkám a odpočinku. Večerní program můžeme vytvářet společně.

Komentáře účastníků

Prapati:

V Mystické Růži jsem se velmi snadno odpojila od své hlavy, od věčného souzení sebe i druhých.

Smích ve mě rozproudil radost, životní energii a lásku ke všem bytostem.

Pláč mě vrátil do těžkých chvil z minulosti, které jsem neměla emocionálně zpracované.

Bolelo to a pak se mi ulevilo.

Sedět v tichu je krásné i obtížné. Hlava se nechce vzdát šéfování. Momenty, kdy se ztiší a dá prostor Bytí, jsou velmi silné, nepopsatelné...

Almasta:

Co se mi líbí na Mystické růži je to dobrodružné zkoumání neznámých míst uvnitř sebe.

Jako námořník, s ostatními ve stejné lodi a přece sám.

Tameer:

Nejkrásnější zážitek z Mystické růže byl pro mě v tom, že jsme mohli plakat společně – ne jako obvykle každý sám “pod dekou“. V tomto spolubytí se otevřel prostor, kde jsem se cítila naprosto v bezpečí. *Sdílet* utrpení – ne o něm *mluvit*, pro mě bylo velmi cenné.

Zia:

Růži s Amar nejvíce vnímám ve svém těle. Uvolní se, zpomalí... pohyby mi zvláční, napojí se na klid břicha... oči se projasní a neostýchají se tolik, cítí za sebou prostor mého srdce. Stojím tak nějak více sama, více při sobě a ve stejnou chvíli jsem tu i více pro ostatní.