

Opleiding OSHO® Actieve Meditaties Begeleider

2026



Ook dit jaar hebben 4 deelnemers uit Nederland en Vlaanderen meegedaan aan een intensief weekend, waar ze de zelf diep in de actieve meditaties van Osho zijn gedoken. Daarnaast hebben ze geleerd om de verschillende meditaties, zoals OSHO Dynamic, Kundalini, Nadabrahma, Vipassana, Nataraj, Devavani, No Dimensions en Avondmeditatie te presenteren. Thema's als de wetenschap van meditatie, de fases, het omringende klimaat, de rol van muziek, het gebruik van apparatuur, omgaan met vragen over meditatie kwamen aan de orde.

De opleiding werd dit keer gegeven door Prabuddha Balcombe, geassisteerd door Pratito. Prabuddha heeft als Primal Therapeut getraind met Bela Dubbelman en is opgeleid in het Osho International Meditation Resort in Pune om meditaties te faciliteren.



Prabuddha

2025



In 2025 zijn er weer meditatieleiders opgeleid, dit keer door Satsavya Mertens. Ze heeft de groep van 7 deelnemers ervaren als hele levendige, gemotiveerde mensen. In het weekend leerden de deelnemers o.a. de actieve meditaties van Osho ervaren en zich verdiepen in onderwerpen als de rol van muziek, aarden, ontspannen communicatie en gebruik van apparatuur, de rol van de meditatiebegeleider, richtlijnen voor het begeleiden, omgaan met vragen over meditatie, het introduceren van meditaties aan beginners, presentatie en oefening met ondersteunende feedback. Satsavya is in Pune opgeleid tot trainer van Osho Actieve Meditatie begeleiders en heeft de opleiding in Wajid van Garimo overgenomen die zich nu concentreert op haar werk voor Osho International Foundation.



Satsavya werd geassisteerd door haar dochter Bindia en de deelnemers werden goed verzorgd in Wajid met heerlijk vegetarisch eten van Mizza. Aan het eind van het weekend kregen de deelnemers allemaal een certificaat uitgereikt van Srajan Coppes van de Vrienden van Osho.

2024

Van 31 mei tot 2 juni hebben weer 9 enthousiaste mensen meegedaan aan Opleiding tot Osho Actieve Meditaties Begeleider met Garimo Ackermann. Zij heeft nu de afgelopen 5 jaar heel wat mensen opgeleid in het Wajid Osho Meditatie Centrum in Den Haag en er zijn nu al weer belangstellenden voor een volgende keer.



In drie intensieve dagen, compleet met avondsessies, hebben de deelnemers zelf actief meegedaan aan de bijzondere meditatie die Osho heeft ontworpen voor de westerse mens van deze tijd. Daarnaast werden onderwerpen als de wetenschap achter de meditatie, de rol van muziek, ontspannen communicatie en gebruik van apparatuur, richtlijnen voor het begeleiden en omgaan met vragen over meditatie behandeld. Aan het eind van de training kreeg iedereen van Srajan van de Vrienden van Osho een certificaat uitgereikt.

2023



2022



De opleiding

Heb jij ook al een tijd de behoefte om de actieve meditaties van Osho beter te begrijpen, of zijn ze nog vrij nieuw voor je en wil je er zo diep mogelijk induiken? En wil je ze ook op de best mogelijke manier kunnen faciliteren? Dan is de unieke opleiding die dit en nog veel meer biedt, iets voor jou!

Wees je er ten volle van bewust dat je een techniek begrijpt, voordat je ermee begint. Iedere techniek heeft ten doel een revolutie in jou te ontketen. Probeer allereerst de techniek echt goed te begrijpen. Osho

Het zal ook goed voor je zijn. Ik heb gezien dat er veel dingen zijn, die je alleen leert wanneer je ze begint te onderwijzen. De beste manier om iets te leren, is het te onderwijzen. Osho

De volgende onderwerpen komen aan de orde:

- Wat is meditatie?
- Wie/wat is OSHO?
- OSHO Dynamic, Kundalini, Nadabrahma, Vipassana, Nataraj, Devavani, Gourishankar, Mandala, Whirling Meditations
- De OSHO Avond Meditatie
- De wetenschap, de fases, het omringende klimaat, de rol van muziek
- Aarden, ontspannen communicatie en gebruik van apparatuur
- De rol van de meditatiebegeleider, richtlijnen voor het begeleiden
- Omgaan met vragen over meditatie
- Het introduceren van meditaties aan beginners
- Presentatie en oefening met ondersteunende feedback.

Als je mediteert gaan er dingen gebeuren. Veel gaat gebeuren tijdens je eigen meditatie, maar het allergrootste gebeuren komt pas wanneer je meditatie aan iemand anders kunt bijbrengen. Osho

Beschouw meditatie als een spel, een genoegen, geniet ervan en dan verandert de hele kwaliteit ervan. Het is dan niet iets dat je doet als reden om er een resultaat mee te bereiken. Nee, je geniet er hier en nu van. Het is oorzaak en gevolg beide. Het is het begin en het eind.

En dan kun je meditatie niet mislopen. Je kunt het niet mislopen, het gebeurt met je, want je bent er nu klaar voor om het in je op te nemen. Je staat open. Niemand heeft ooit gezegd dat je meditatie als iets plezierigs moet beschouwen, maar ik zeg het wel.

Maak er een spel van. Speel ermee net als kleine kinderen. Osho

Voorwaarden voor deelname:

We gaan er van uit dat je normaal goed gezond bent, zowel lichamelijk als mentaal. Verondersteld wordt enige eigen ervaring met de meditaties.

Certificaat:

Je krijgt na de Opleiding een Certificaat van deelname en een uitgebreid Handboek.

De opleiding wordt ieder jaar gegeven in Wajid Osho Meditatie Centrum in Den Haag.

Voor informatie en aanmelding: info@vrienden-van-osh.nl