

# MÉDITATION INTERNATIONAL D'OSHO IMPRESSIONS



## OIMR Interview

J'ai été élevée par une mère Iranienne au Canada qui travaille comme marchand d'art et commissaire d'exposition à Toronto. J'ai commencé à peindre à l'huile à l'âge de cinq ans, et j'aime mon travail avec passion ; la créativité et l'art sont mes moteurs.

Cependant, je me suis retrouvée à traverser une période de ma vie où tout était parfait à l'extérieur mais je sentais qu'il manquait quelque chose. Mon mental était très actif à essayer de trouver des réponses à mes problèmes. Je partageais ce sujet avec un ami au téléphone, que je ne pouvais pas contrôler le surrégime de mon mental. Il m'a lu une page d'un [livre Osho](#) en Persan. Le titre peut être traduit de cette façon : "L'amour est une danse de la vie." Pour la première fois, j'ai sentie le silence dans ma vie, j'ai eu la chair de poule partout. J'ai été profondément touchée. Quand j'ai demandé d'où était l'extrait, il m'a dit qu'il m'avait donné le même livre trois ans auparavant, et qu'il était resté sur mon étagère sans être touché, parce que je n'étais pas prête à le lire. Le même jour, j'ai lu le livre de la première page à la dernière, et j'étais à Pune, en Inde, une semaine et demie plus tard. Je n'avais jamais méditée auparavant, jamais fait aucune recherche sur la spiritualité, jamais été en Inde, c'était une décision folle pour sûr.

J'ai voyagé pendant quarante heures pour arriver à Pune, et je suis arrivée complètement épuisée au [OSHO International Meditation Resort](#) à 6 heures du matin. C'était la saison de la mousson et le gardien de la porte a ouvert la porte sans porte, et pour moi c'était comme si les portes du ciel s'ouvraient : la brume de la mousson, le parfum des plantes vertes luxuriantes, la fraîcheur de l'air sont venus là me saluer. Puis il m'a faite asseoir et m'a apporté un 'chai' - ce fut une expérience chaleureuse et profondément touchante.

Après cela, j'étais à fond ! Après deux jours, j'ai fait un groupe de respiration avec l' [OSHO Multiversity](#) qui était un peu trop pour moi, car il était très fort. Mais il a soulevé de nombreuses questions cachées au fond de moi, par la suite j'ai fait groupes après groupes, dix sept d'entre eux d'affilés. J'étais venue pour dix jours mais je suis restée pendant trois mois. Dans le groupe 'Primal', je suis allée profondément dans l'expérience durant la période où j'étais dans le ventre de ma mère, et j'ai senti une grande douleur, un fardeau que je portais encore. Quelque chose a dû se passer pour ma mère à l'époque, et quand je l'ai appelée, elle a affirmé qu'elle avait effectivement subi un incident traumatisant quand elle me portait.

En Juin 2013, j'ai rejoint le travail en tant que méditation du 'Living In' programme ([Work as Meditation Living In Program](#)). J'ai commencé à l'[OSHO Multiversity](#), au bureau d'information du 'Multiversity Plaza'. Au début, durant les premières semaines, j'étais confuse et je me demandais ce que je fais ici ? Un jour, j'ai presque remballé mes affaires et j'étais prête à partir, mais ce jour-là j'ai prolongé mon programme pendant trois mois parce que je voulais me mettre au défi, je voulais voir pourquoi trois mois est un temps recommandé pour la participation au programme.

Ce fût après un certain temps que j'ai commencé à goûter les fruits de ce programme. En dehors, j'ai tendance à travailler beaucoup, je n'ai pas d'équilibre, parfois le travail devient sérieux, même les gens de l'industrie créative sont beaucoup dans le mental. Ici, je suis espiègle, car il y a tellement de gens avec cette qualité que je suis influencée par eux. Le travail est une danse. Être au milieu de la nature, avec des tongs et la robe 'marron' est tellement libérateur. La clé qui ouvre bien des portes à l'intérieur de moi est le non-faire. Personne d'autre ne l'utilise dans le sens que fait Osho. J'essaie de pratiquer cette qualité tout au long de la journée. Avant je pensais que le non-faire signifiait ne rien faire, mais cela signifie aller avec le flux naturel des choses ; ne pas s'obstiner, mais l'aider et lui permettre d'être. Cela fait également partie des recommandations pour la méditation OSHO Kundalini, et ces paroles sont si importantes, que je les pratique dans toutes les choses de la vie et cela change la qualité de ma vie.

L'aura de ce lieu, le Buddhafield ici, travaille énergiquement sur les gens - et l'environnement soutient. Buddha Grove est le paradis sur terre et y danser est l'extase absolue. J'y danse avec les bambous, le marbre, la pluie, le ciel, les gens, seul avec moi-même mais pas tout à fait seule. J'adore OSHO Dynamic Meditation, c'est ma façon préférée de commencer la journée me sentant juteuse, énergique et silencieuse.

Au début, c'était difficile de revenir à une routine, mais maintenant de plus en plus de ces qualités font désormais partie de ma vie. Maintenant, je ne fait plus de multitâches et je suis beaucoup plus détendue. Je sens que j'ai cette petite pochette à l'intérieur de moi, dans mes tripes, à partir de laquelle je peux tirer une réponse si nécessaire. Plus que tout, je m'aime. J'étais mon propre critique sévère, mais depuis que j'ai découvert la méditation, je me sens comblée. Rien sur l'extérieur n'a changé, le changement est tout à l'intérieur.

**OSHO**<sup>®</sup>

© 2013 OSHO International  
Copyright & Trademark Information