

3. KURSUS: "Ilden vi næres af – Guldregn og lutringer"

NYTÅRS-KURSUS: Power-fuld indgang til 2013

Dato: den 7.-8. januar 2013

Den kendte musikolog, Birgit Lyng, afholder igen 2 dages kursus på det kraftfulde Helgenæs.

Sted: Strandgaarden, Esby Strandvej 8, Esby-Helgenæs, 8420 Knebel. www.Strandgaarden.org

Om stedet udtaler en tidligere kursist: "Strandgården er en fantastisk ramme for netop denne form for kursus. Stilheden, liv, natur og sjæl" – Det er en nænsomt moderniseret strandgård 3 minutter fra en uberørt, østvendt strand, som kalder på gåture og ophold ude i stilheden. Du får ø-klima med lys og sol.

Nøgleord & indhold: Ild – udvikling – tålmodighed – hengivenhed – nu'et – lyset – solar plexus – egoet & selvet – vilje – leverstrømmen – horisontal & vertikal energiretning – begejstring.

Du får mulighed for igen, ved hjælp af **PowerDesignMetoden**, at arbejde med dine relaterede nøgleord, og sådan får du din egen udgave af dem ud fra *din* personlige livserfaring og -forståelse. Vi mediterer på dem, synger dem, fortæller "eventyr" om dem, visualiserer og sanser dem, tegner dem i mini mandalas. Enkle kropsovelser føjes til, og vekslen mellem det hele er til stor nytte og glæde. Stilheden og natur kommer til at fylde en del under disse kursusdage, som bygger oven på energien fra de foregående.

- Sådan udtaler en kursist fra et foregående kursus om sin oplevelse: "Et åndeligt og sjælfuldt 2-dages retreat som åbner for udvikling hos den enkelte, der hvor netop den person er! Yderst berigende og kraftfuldt!" – En anden kursisdeltager udtaler: "Det bedste kursusforløb, jeg kan erindre at have deltaget i."

Praktiske oplysninger: Kurset begynder mandag kl. 10-17 og fortsætter tirsdag kl. 10-16.

Mandag aften er du velkommen til at deltage i en åben meditation kl. 20-21 også på Strandgaarden.

Medbring farver og en notesbog til egne noter og til mandala tegning, og tag behageligt tøj på.

Pris for kursus incl. mad (500 kr.) er 700 kr. pr. dag, dvs. **1900 kr.** samt følgende for overnatning:

- på enkeltværelse: 350 kr. (incl. sengelinned + håndklæder) eller

- på dobbeltværelse: 500 kr. (incl. sengelinned + håndklæder).

Du kan komme før mandag eller blive efter tirsdag og indlogere dig på din egen lille retræte eller ferie evt. med din kæreste, en ven eller veninde. Der er god plads og optimale uforpligtende muligheder.

Eventuelle egne aftaler om længere ophold gør du selv med **Ole Pedersen, Strandgaarden, på tlf. 42251887.**

Tilmelding senest 1 uge før. Send mail til bl@power-design.dk (husk at oplyse om enkelt- eller dobbeltværelse).

Herefter får du en faktura - også på mail. Når du har indbetalt det fakturerede beløb, får du bekræftet din tilmelding.



www.power-design.dk