

Guldæg Retræte 2011

På Rødegaard – ved Mols Bjerge.

www.roedegaard.dk



23. – 27. maj. 2011

Pris – inklusiv fuld forplejning:

A: Enkeltværelse:11.250,-

B: Pr. person i dobbeltværelse: 9.500,-

C: Kursus uden logi:7.500,-

Vi glæder os til at se dig!

Tine Lilholt og Birgit Lyngø

Tilmelding og oplysninger:

Birgit Lyngø: www.birgitlyngø.dk Tlf. 70200207

Tine Lilholt: www.tinelilholt.dk Tlf. 21466037



Guldæg

Retræte 2011 ved
Lilholt & Lyngø

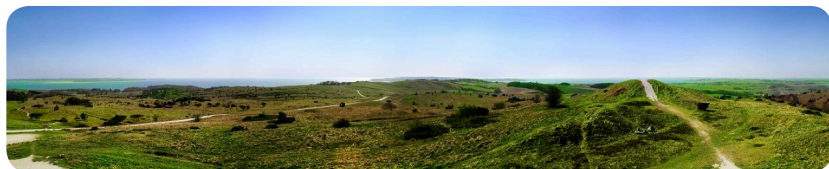
Rødegaard ved Mols Bjerge

23. – 27. maj 2011

Guldæg

5 dages Retræte ved Lilholt & Lyng

På Rødegaard ved Mols Bjerge: www.roedegaardkursus.dk



Rødegaard danner de dejligste rammer om retræten. Den nyrenoverede gård ved foden af nationalpark Mols Bjerge har alt, hvad vi behøver af skønne lokaliteter ude og inde. Et stort undervisningslokale på første sal med udsigt til stedets lamaer og æsler samt til landsbyen Vistofte og Mols Bjerge på den modsatte side. 10 nybyggede dobbeltværelser med bad og egen indgang fra "det fri", spisesal hvor vi får serveret 3-5 daglige måltider lavet af friske økologiske råvarer. Derudover frugt, kage, kaffe og te ad libitum. Det nyeste er stedets fuglehave, der på sin egen måde byder på lise for krop og sjæl. Der er ro – men også plads til glæde og begejstring, da vi har gården for os selv under hele retræten.

"You can never solve a problem from the problems level", sagde Birgit Lynges vejleder Bob Moore engang til hende.

Det vil vi arbejde ud fra – og under retræten bevæge os ind på alle de indre etager og helt til tops.

Formålet med Guldæg 5 dages Retræten er at finde ind til kernen af din personlighed og åbne for dine helt egne og unikke talenter udfoldelse. Som en per-

son med et stort ansvar, f.eks. leder, selvstændig og medmenneske, bliver dine drømme ofte sat i baggrunden for at opnå effektivitet i hverdagen. At tage på Retræte er at lukke hverdagen ude for en stund. Det er at lukke af for hverdagens indtryk udefra og imens give plads til at åbne for din indre verden. Vi vil fokusere på effektivitet ud fra frisættelse af musisk energi og drømme – som åbner for vækst, lys, luft og realistisk handling. Via de musiske metoder vi bruger vil du få god kontakt med dit eget indre kildevæld så det kan strømme og befrugte dine guldæg.

Indholdet vil bygge på en metode, Power-DesignMetoden, som indeholder musiske redskaber til ro, indsigt og fordybelse. En metode, som Birgit har anvendt i mange år med stor succes. Ind imellem anvendelsen af metodens redskaber – visualisering, tegning af mandalas, powersinging og kropsbevidsthedsøvelser – lærer du meditation at kende. Og vigtigst af alt: Stilhed. Dagene vil således indeholde refleksion og væren i dig selv, tid til sparring og tid til at gå på opdagelse i stilheden. Ro til at nå nye mål, med afsæt i dit indre og i overensstemmelse med dine talenter og din erfaring.



Birgit Lyng har i 25 år arbejdet med de musiske metoder til selvudvikling og vækst og har derigennem skabt Power-DesignMetoden.

Læs mere herom på www.birgitlyng.dk.



Tine Lilholt er uddannet Musikolog hos Birgit Lyng og er derudover til daglig levende musiker og billedkunstner.

Har bl.a. spillet i Lars Lilholt Band i 23 år.

Læs mere om Tine på www.tinelilholt.dk.

Vi har viden om hvordan du kommer i balance med dig selv, dine potentialer og din skabende kraft som dit såkaldte produktive aktiv. Jf. fabelen her under om "Gåsen og Guldæggene". Her drejer det sig om at korrigere, stemme dig selv og åbne for de mange ressourcer i dig selv.

Æsops fabel om Gåsen og Guldægget:

En fattig bonde opdager, at der i reden hos hans tamme yndlingsgås, ligger et funklende guldæg. Først tror han, at der er tale om et trick. Men da han vil skubbe ægget til side for at smide det væk, betænker han sig alligevel og tager ægget med til byen for at få det vurderet. Her viser det sig, at ægget er af det pureste guld!

Bonden kan ikke tro sit held. Han bliver endnu mere forundret den følgende dag, hvor det hele gentager sig. Dag efter dag vågner han for at styrte ud til reden og finde endnu et guldæg. Han bliver utrolig velhavende. Det hele virker for godt til at være sandt. Med hans øgede velstand følger grådighed og utålmodighed.

Ude af stand til at vente dag efter dag på et guldæg, beslutter han sig for at slå gåsen ihjel og på den måde skaffe sig alle guldæggene på én gang. Men da han sprætter gåsen op, viser det sig, at den er tom. Der er ingen guldæg, og nu er der heller ingen måde at få flere på. Bonden har dræbt den gås, der frembragte guldæggene.

Vi bruger denne fabel til på billedlig måde af belyse det nødvendige samspil og den direkte samhørighed mellem de følgende to ting:

1. *Guldæggene = Det der produceres.*
2. *Gåsen = Det producerende aktiv med talent for at skabe – kreere – og producere.*