

## PRAKTISKE INFORMATIONER

**Sted:** Villa Fjordhøj, Rådmandsvej 23B, 4230 Skælskør.  
**Ankomst:** Torsdag d. 30/7. Indkvartering mellem kl. 15 og 17.  
**Afslutning:** Søndag d. 2/8. Afrejse kl. 15 - 16.

**Kursuspris:** Kr. 3690,00  
**Depositum:** Kr. 1600,00

**Betalingen dækker:**  
Kursus, ophold og fuld forplejning.  
Maden vil være økologisk og vegetarisk.

**Tilmelding:**  
På dette retræte-kursus er der kun plads til 18 personer, så hvis du føler det er det helt rigtige for dig, så tilmeld dig straks til:

**Laillamari Grundt:** tlf.: 5819 5359 / mobil: 6110 9735. Eller  
**Niels Andersen:** tlf. aften 3918 1048 / e-mail: n.a@mail.dk

**Betaling:**  
Til Niels Andersen: Danske Bank konto: 3123-3123259661  
(husk at angive navn ved indbetaling).

**Bemærk.** Du er først tilmeldt kurset når depositum er indbetalt.  
Restbeløbet skal være betalt senest 2 uger før kursusstart.  
Er du nødsaget til at aflyse, kan du få pengene tilbage op til 8 dage før kursets start, dog ikke depositum (kan ikke refunderes eller overflyttes).

**Bemærk:**  
Der vil kun være oversættelse ved morgensamlinger (kl. 8.30 - 10.30), hvor der er lectures med Rose.  
For at alle kan føle sig trygge beder vi dig om et telefonnr. til din nærmest pårørende, som vi kan bruge om nødvendig.

Vi glæder os til at se dig.

**Kærlig hilsen.**

**Rose og Terry samt Niels og Laillamari.**

Roses website: [www.metaphysicalcenterofcanada.com](http://www.metaphysicalcenterofcanada.com)



# Retreat

## 3 dage i selvfor dybelse

ved Rose Sangregorio  
- canadisk bevidst kanal, forfatter, international foredragsholder, holistisk healer, underviser og spirituel rådgiver.

**30. juli til 2. august 2009**

Arrangører:  
*Laillamari Grundt*  
*Niels Andersen*

# RETREAT

**Meditation som redskab til selvudforskning, oplysthed, healing og transformation på et kosmisk niveau.**

**Lektioner til selvudvikling gennem arbejdet med det spirituelle lys og den elementare\* verden, så du bedre mestre din tilstedeværelse her på jorden.**

**Rose vil hjælpe dig med at heale og harmonisere højre og venstre del af din hjerne samt polariteten i dit sind, så det spirituelle lys bedre kan integreres og rodfæstes i din krop og i dit liv.**

## Emne

I vores travle hverdag forsømmer vi ofte at give plads til de følelser som giver os ubehag. Mange har for vane at dulme dem med stimulanser som f.eks. chokolade/cola/kaffe/alkohol, eller for megen mad, TV, for megen/for lidt motion etc., og tror således, at de bare forsvinder af sig selv. På denne retreat får du mulighed for at tage dine følelser alvorligt og arbejde koncentreret med dem.

## Filosofi

Filosofien bag dette ophold, er, at vores venstre hjernehalvdel (den rationelle og kontrollerende) ofte får al for meget råderum på bekostning af den højre (følelser og spiritualitet). For at få adgang til, og indblik i, de emotioner som i det skjulte er med til at styre en stor del af vores velvære har vi sammensat et program, hvor du får optimale muligheder for at udforske dine følelser og dit sind indefra.

## Proces

Derfor har vi valgt at placere kurset i rolige og naturskønne omgivelser, hvor der vil blive serveret økologisk vegetarmad. Vi gør opmærksom på, at **dette kursus foregår i absolut tavshed**, dvs. ingen kommunikation, ingen ydre underholdning som telefon, litteratur, musik osv. Det er tilladt at gå sig en tur, ikke for at udforske naturen udenfor, men for at anvende naturen til at udforske din indre verden som bliver åbenbaret for dig. Dette kursus er en dybt personlig proces for hver enkelt, og kun vi selv kan opfatte dybden af vores sind – en sjælden lejlighed til at finde vores sande identitet.

## Forløb

Hver morgen indledes med en meditation guidet af Mestrene gennem Rose. For at få det maximale udbytte af dette retreat vil vi blive instrueret og vejledt om dagens indhold. Intuitivt vil Rose sørge for, at der ikke er nogen som "kører af sporet" – hun vil under hele forløbet arbejde med hver enkelt af os. Der vil hver dag, i større eller mindre omfang, være mulighed for personlige samtaler med Rose vedr. emner som er relateret til den enkeltes proces. Deltagere vil modtage den healing, som måtte være nødvendig til glæde for både den enkelte, såvel for hele gruppens fælles bevidsthed.

Rose og Terry samt Laillamari og Niels kan kontaktes under hele forløbet, hvis du føler behov for det.

## Oversættelse

Kun morgenundervisningen vil blive oversat til dansk.

## Afslutning

Søndag afslutter vi med en fælles meditation, hvor Rose sikre sig at vi alle er vel afbalancerede. Tavsheden ophører på et tidspunkt efter frokostpausen, og vi mødes for at dele vore oplevelser, samt forberede os på at vende tilbage til hverdagen.

\*Den "elementare verden" kan forklares på flere måder: 1) Som elementerne i det Periodiske system anvendt i kemien. 2) Som alfer, dværge og ånder etc. 3) Som den energi der skaber vores realitetssans ud fra vores tanker og følelser. Rose benytter alle 3 forklaringsmodeller.