

Meditation 2026

Find din vej til dig selv - din bevidsthed

3 lørdage kl. 10:30 - 13:30

4 fredage kl. 14:00 - 17:00

Der vil være mulighed for at tilkøbe to sammenhængende dage (10:30 - 13:30) udover det oprindelige program



Datoer:

Lørdage	Fredage	Tilkøb (sammenhængende dage)
10/1	27/2	9/5 - 10/5 (lørdag 10:30 - 14:30 og søndag 13:00 - 16:30)
13/6	20/3	18/9 - 19/9 (fredag 13:00 - 16:30 og lørdag 10:30 - 14:30)
21/11	17/4	
	14/8	

NB: Hvis I ønsker at få Isabel igen, kan det aftales.

Meditation. Bevidsthed. Energiarbejde. Korrektioner på meditationspraksis. Selvhealing. Syngeskåle-healing.

- **Meditationstræning** – undervisning i forskellige bevidsthedsniveauer.
- Støtte og korrektion til **meditationspraksis**.
- **Metoden** til ophealing af gentagelsesmønstre og overlevelsestrategier samt blokeringer fysisk, psykisk og mentalt. Herved få adgang til hjertets bevidsthed, sjælen og selvet.
- **Redskaber** til at finde livsenergien i hverdagens aktiviteter og kontakt med andre.
- Arbejde med samspillet mellem **Jeg'et og sjælen**.
- Forløbet kan suppleres med fordybelse under **retræte** på Møn eller integrationsdage i Hammersholt, samt Qi-gong træning.

Der vil blive arbejdet med Hjertets Vej, ind mod din oprindelige natur og bevidsthed. Gruppen er en støtte og kan være et anker i den fordybende proces, og til at opleve, hvad det vil sige at være i kontakt med hinanden på det spirituelle plan.

Sted: Center for Livskundskab & Visdom, Hammersholt Byvej 6A, 3400 Hillerød

Praktisk: Du skal medbringe notesbog, ekstra varm bluse og varme sokker. Evt. tæppe og pude og/eller dit meditationsgrej.

Pris og betaling: 6.300 kr. for 7 gange. Indbetales senest d. 2. januar 2026.

Pris for to sammenhængende dage: 3.200 kr. Afregnes på dagen.

Kontonr. 9570-8263027. Skriv "meditation 2026" ved indbetaling. **VIGTIGT** der må **ikke** indbetales via MobilePay

Husk ved tilmeldingen til: gretherosenkvist@gmail.com - at skrive følgende: "meditation 2026" + NAVN.

Beløbet tilbagebetales ikke ved afbud, ophør el. fravær.