

Pilgrimsvandring på Samsø – En Rejse Gennem Chakraerne, 5. – 11. august 2024

6-dages retreat med 3 dages vandring gennem Samsøs smukke landskabstempel. Fra syd til nord - fra rod chakra til krone chakra - ca 10-13 km vandring per dag. Under vandringen laver vi små ceremonier, energi-arbejde, chakra balancering, øvelser, meditationer mv. i de forskellige kraftsteder i naturen. Det vil være en ydre rejse langs kysten gennem Samsø fantastiske landskab tempel og en stille indre rejse mod dit center.

På øen manifesterer energien af de syv chakraer sig meget tydeligt i naturen. I rodchakraet for eksempel finder du Brattingsborg Skov med sine majestætiske bøge- og egetræer. I hjertechakraet ligger Stavns Fjord, som vikingerne kaldte "Kærlighedens Bugt" og kronechakraet manifesterer sig i den kuperede nordlige del af øen i, som hedder Issehoved : o)

Pilgrimsvandringen kombineres med 3 dages intensivt arbejde med chakraerne på Inspiratoriet, hvor vi bor alle 6 dage. Vi kommer til at arbejde på mange forskelligemåder – med undervisning baseret på spørgsmål og svar, energi-resonans- og nærværs-arbejde, meditationer, øvelser og hvad der ellers opstår i det felt vi laver i fællesskab. Temaerne være en dybere forståelse af vores chakraer, vores forhold til Naturen / Det Guddommelige og det at finde tilbage til en dybere oplevelse af altings forbundethed og af os selv som en del af Altet.

Kurset afholdes på letforståeligt engelsk, hvis der er engelsktalende deltagere – ellers på dansk.

Ankomst: Den 5. august omkring frokost. Vi starter retreatet med frokost og en eftermiddags-session med check-in, meditation, praktiske oplysninger osv. Snacks og aftensmad bliver serveret kl. Ca. 18.30, hvorefter vi har en aftens-session fra ca. 19.30-21.00.

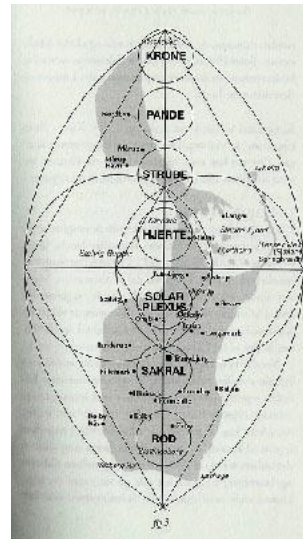
Hvordan kommer du til Samsø: Du kan tage en færge fra Kalundborg (Sjælland) til Ballen eller fra Hou (Jylland) til Sælvig eller fra Århus til Sælvig. For detaljeret information om færgerne se hhv: <http://www.faergen.dk> og www.tilsamsoe.dk

Vi kan booke taxa fra færgerne til retreatcentret, hvis du fortæller os, hvornår du ankommer.

Adresse: Inspiratoriet, Sildeballe 17, 8305 Samsø

Retreatcentret er bygget i to af længerne på vores gård beliggende i hjertechakraet af øen. Det har 10 dobbelt / enkeltværelser og fælles badeværelser, smukke meditation / undervisningssale, en stor frodig have, åbne marker omkring og gåafstand til god strand, hvis du har lyst til en dukkert i havet: o)

Mad: Maden er enkel, vegansk/vegetarisk og så økologisk som muligt. Vi forventer at alle giver en hjælpende hånd med madlavning, oprydning og rengøring.



Hvad skal du have med til pilgrimsvandringen

Lille rygsæk (til madpakke, vand osv.)
vandflaske

Gode travesko eller sandaler (gået til!)

Badetøj + lille håndklæde

Solcreme

Regntøj (tjek vejruddigten)

Lille thermarest el. Lign. til at sidde på under meditationer og øvelser (alternativt brug dit håndklæde)

Energi barer, tørrede frugter osv.



Hvad skal du have med til retreatet

Sengelinned + lagen eller sovepose, hvis du foretrækker det (der er gode dyner og puder på centret)

Håndklæde osv.

Et åbent hjerte: o)



Dagsprogram - pilgrimsvandring (circa tider)

07.15 Morgenmad og madpakker

08.00 Afgang fra Centre for Inner Freedom

08.30 - 16.30 Pilgrimsvandring med energi-og nærværarbejde, meditationer, øvelser, svømmetur etc.

17.00 Hjem til Inspiratoriet

18.30 Aftensmad

20.00 Kort aftenprogram med meditation og energi-arbejde

21.00 Godnat



Dagsprogram øvrige dage

07.00 Frivillig energi-yoga (afhængigt af antal deltagere)

08.00 Morgenmad

09.00 Morgen session, undervisning og energiarbejde

12.30 Frokost

13.30 Fri tid, middagslur, gåtur etc.

16.00 Eftermiddagssession, meditation, undervisning etc.

18.30 Aftensmad

20.00 Kort aftenprogram med meditation og energi-arbejde

21.00 Godnat



Betaling og depositum

Kursusafgiften er 4.950 kr. inkl kost og logi.

For at sikre dig en plads beder vi om et ikke refunderbart depositum på 2.000 kr. indbetalt på konto 8401 1196015 i Merkur Bank. Det resterende beløb bedes indbetalt på ovenstående konto inden kursets start.

Afrejse

Retreatet slutter den 11. august efter frokost. Herefter hjælpes vi alle ad med let oprydning inden vi krammer og siger farvel.

Vi glæder os til at dele Samsø med jer!
Cecil and Bruhn