

Frisæt dit selvværd

2-dags videregående kraftsang kursus

Hvor sidder selvværdet egentlig? Hvad kommer det af, og hvordan kan vi pleje vores selvværd, så vi stopper med at holde os selv tilbage og i stedet opnår en kærlighedsrelation til os selv?

Hvordan har dit selvværd det? Er du ofte bange for ikke at gøre noget godt nok, ikke at være tilstrækkelig, eller slider du med at gøre en masse mennesker tilfredse? Holder du dig tilbage, fordi du er bange for hvordan, du vil blive modtaget af andre, hvis du er helt dig selv?



Måske genkender du en eller flere af disse sætninger - måske passer de generelt på dig, eller de passer på nogle helt særlige områder i dit liv.

På dette 2-dags kursus tager vi fat omkring selvværdet og kigger det efter i sømmene. Vi sætter lyd på selvværdet og på alt det, der blokerer for oplevelsen af en værdig eksistens, kan residere uhæmmet og naturligt i os. Vi lader kraftsangen gøre arbejdet. Vi skal ikke regne noget ud, analysere eller vide noget som helst. Vi skal mærke, og så skal vi hengive os til stemmens kraft og lydene i os, der frisætter, løfter og skaber harmoni og heling der, hvor der før fandtes ubalance.

Kurset er et videregående kraftsang kursus og deltagelse forudsætter, at du har sunget intuitiv kraftsang før og kender til alle de grundlæggende elementer i kraftsangs energiarbejde. Du skal derfor have deltaget i Intuitiv Kraftsang grundkursus.

Gennem en række forskellige øvelser og måder at anvende kraftsang på, synger vi os dybt ind i tema'et omkring selvværd, og det at være og føle sig værdig. Vi arbejder blandt andet med:

- åbning af urstemmen
- forløsning af usande overbevisninger
- guidet, indre lydrejse
- lydhealing
- guidet lydmeditation
- kropsøvelser
- afspænding

Kurset henvender sig til dig, der kan kende lidt af dig selv i de indledende ord, og som gerne vil være fri af begrænsningerne i et selvværd, der halter et eller flere steder i livet. Dine udfordringer med dit selvværd kan både være af større eller mindre karakter, vi arbejder der, hvor vi er hver især, og derfor er der plads til alle. Har du deltaget på kurset før, får du en enestående mulighed for at træde ind i de dybeste lag af dig selv ved at gentage kurset.

Kurset undervises og faciliteres af BirgitteHelena Winther, intuitiv sanger, terapeut og energiarbejder. BirgitteHelena er indehaver af virksomheden Kraftsang og har arbejdet professionelt med terapeutisk stemmearbejde, lydhealing og kraftsang siden 2008 og har en uddannelse som Soul Voice® practitioner og underviser bag sig. Derudover er hun inspireret og kaldet af Moder Jord, Naturen og Elementerne gennem et animistisk livssyn. Mere på www.kraftsang.dk

Det praktiske:

Tid: 1.-2. april 2023 kl. 10-17

Sted: Kraftsang, Kildegårdsvej 2, 4270 Høng

Pris: 2300,- heraf depositum 750,- **early bird 2050,- ved betaling af hele kurset inden 7. februar 2023**

Tilmelding: kontakt@kraftsang.dk eller 50590960. Din plads er sikret, når jeg har modtaget depositum fra dig. (Depositum refunderes ikke ved evt. afmelding)

Tilmeldingsfrist: 8. marts 2023

Betaling: mobilepay 50590960 eller overførsel til 9383 4575009552

Mere info: www.kraftsang.dk Har du spørgsmål eller noget, du vil vide mere om, så kontakt mig på kontakt@kraftsang.dk eller 50590960.


KRAFTSANG

