

# Heart Flow Roskilde

*Program for marts – juni 2007*  
**Guidede meditationer/ mini workshops/ lydhealingsessions**

**v./ Lars C. Schmith**  
Associate af Heart Flow Worldwide  
[www.heartflow.org](http://www.heartflow.org)

**Alle aktiviteter foregår på min nye bopæl, hvis ikke andet er oplyst: Helligkorsvej 39, 2. sal, 4000 Roskilde. Ved tilmelding ret henvendelse til Lars på tlf. 22 15 76 70.**

## **Torsdag d. 1. marts 2007**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation  
(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

## **Tirsdag d. 13. marts kl. 19.00**

Healings-mini-workshop: "Connecting to sacred inner space."

**Sted: Heart Flow Healingscenter, Skt. Peders Stræde 27 B, 3. sal, 1453 København K.**

**Entré: 50 kr.**

Hvordan etablerer og opretholder vi som spirituelt indstillede mennesker et indre fokus midt i nutidens store forandringer og omvæltninger, og får samtidig bragt overensstemmelse mellem den indre sandhed, potentialerne og i sidste ende vores egne handlinger? I denne session vil vi starte en proces med mantradans, fordybelse, meditation, lydhealing og visualisering m.m. for at afspænde den fysisk-/æteriske krop og slippe sindets barriere. Vi vil lade energien og vibrationerne fra overtonesangen og de tibetanske syngeskåle hjælpe os til at styrke vores fokus og skabe fornyet forbindelse med Det Højere Selv, hjertets potentialer og kroppens naturlige harmoni. Der vil under processen blive læst op af udvalgte tekster og i det rum der skabes får deltagerne selv mulighed for at finde svarene og udveksle erfaringer.

## **Torsdag d. 15. marts kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation  
(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

## **Torsdag d. 29. marts kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation

**Denne torsdag er tilmelding nødvendig og senest dagen før.**

(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

## **Lørdag d. 7. april kl. 13.00 – 16.30**

Healings-mini-workshop

Sted: Fælleshuset, Hedebygade nr. 9 B. / 1754 København V. Entre: 125 kr. Tilmelding er nødvendig og sker ved at rette henvendelse til Lars på tlf. 22 15 76 70.

At arbejde med sjælens og hjertets alkyimi er en dybtgående proces. Deltagerne guides igennem meditation og forvandlende øvelser. Der vil være fokus på lydhealing, kontakt til forskellige områder af kroppen, bevægelse, indre vejledning og stille fordybelse/ integration af den højere indsigt til alle lag af bevidstheden. Deltagerne får mulighed for at udveksle erfaringer undervejs.

Vi vil arbejde i et flow af smukke og opbyggende energier der støtter den enkelte deltager i processen til at finde fornyet klarhed, harmoni, livsglæde og derved øge de handlemuligheder der er til rådighed her og nu.

Lars C. Schmith  
Helligkorsvej 39, 2. sal, 4000 Roskilde  
Tlf. 22 15 76 70 / email: [golden\\_dawn@ofir.dk](mailto:golden_dawn@ofir.dk)  
[www.rainbowheartstudio.com](http://www.rainbowheartstudio.com) [www.heartflow.org](http://www.heartflow.org)

**Torsdag d.12. april kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation  
(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

**Søndag d. 15. april kl. 14.00**

**Lydhealingsession**

Sted: Bülowvej 34 E, 4230 Skælskør. Tilmelding er nødvendig og sker ved at rette henvendelse til Irene Christensen tlf. 58194787/41278023. Entre: 100 kr.

At arbejde med sjælens og hjertets alkymi er en dybtgående proces. Deltagerne guides igennem meditationer, øvelser med vokallyd og tining til at frigøre dybere potentialer. Der vil gennem øvelserne blive fokuseret på kontakt til forskellige områder af kroppen og bevidstheden samt stille fordybelse/integration. I det opbyggende energiflow støttes den enkelte deltager i processen til at finde fornyet klarhed, harmoni, livsglæde og derved øge de handlemuligheder der er til rådighed her og nu.

**Torsdag d. 26. april kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation

**Denne torsdag er tilmelding nødvendig og senest dagen før.**

(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

**Torsdag d. 10 maj kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation

(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

**Torsdag d. 24. maj kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation

(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

**Torsdag d. 7. juni kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation

(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

**Torsdag d. 21. juni kl. 19.00**

Rainbow Healings Cirkel – Heart Flow Healingsmeditation

(Se nærmere oplysninger om denne meditationsform nederst på siden.)

-----  
**Lydhealing:**

Lyd er noget grundlæggende i universet. Det er den energi der forekommer ved skabelse, tilintetgørelse og genopbygning af alle former. Kombinationen af overtonesang med lyden fra tibetanske syngeskåle, klokker og gongs m.m. skaber et fuldkomment lydbillede identisk med universets skabende lyd og har betydning som et redskab til at opnå en bestemt meditativ tilstand. Den hjælper til centrering af bevidstheden i en tilstand af her og nu, hvor alle uvedkommende tanker og sindsstemninger bliver uvæsentlige og langsomt fader ud. Overtoner påvirker hjernen til at producere flere alpha-bølger der gradvis afspænder kroppen og genskaber dens harmoniske frekvens. Der gives plads for den bagvedliggende oplevelse af stilhed, fred og enhed.

**Rainbow Healings Cirklen – Heart Flow Healingsmeditationer m.m.** Heart flow healingsmeditationen er en guided meditation hvor vi danner en *Rainbow Healing Circle* med det formål at modtage og integrere det guddommelige healende lys i cirklen for at sende det videre til jorden og menneskeheden. Formålet er at styrke de dyberliggende positive aspekter af vores liv som f.eks. den indre stilhed, kærlighed og tilgivelse samt livsglæde, styrke og harmoni etc.