

Våga vara den du är

En kurs i praktiskt energiarbete i 5 steg

Detta är en kurs som vänder sig till dig som söker praktiska verktyg och förståelse om din egen inre andliga och personliga utveckling.

Och hur du kan göra för att underlätta för dig själv och öka din medvetenhet. Detta sker till stor del via upplevelsebaserad inläring, meditationer och gruppsamtal.

Kursen ger dig ökad kunskap om de subtila energierna runt och i oss samt i andra dimensioner. Du lär dig enkla och praktiska övningar, till exempel hur du jordar dig, som du sen kan använda i din vardag.

Del 1 - Inre resor.

Med hjälp av inre resor, möter du dej själv på en djupare nivå där lugn och kärlek ALLTID rå; i ditt sanna Jag.

- Tankens kraft.

Djupare förståelse om tankens kraft.

Allt vi tänker i kombination med starka känslor skapas, på fysisk nivå, när vi tänkt det tillräckligt många gånger, oavsett vad det är.

- Kapandet av gamla relationsband.

Energimässigt har vi trådar till alla våra tidigare relationer, platser och händelser.

Du får lära dig hur du kan kapa dessa så du får känna mer av vem DU ÄR.

- Vi jordar oss.

I dagens samhälle lever vi mest i vårt huvud och stressar runt.

Vi behöver vara i HELA vår kropp för att kunna vara här och nu.

Del 2

- Det inre barnet.

Med hjälp av bland annat inre resor, rörelse och målning läker vi delar av vårt inre barn. Vi möter och integrerar vårt andliga barn. Den kloka delen fylld med glädje, kreativitet och kärlekt.

Del 3

- Den manliga aspekten av oss.

Vi möter och frigör låsta relationer på tidsaxeln till den manliga delen och fadersaspekten. Vi integrerar och förankrar **JAGÄR** närvaron i oss.

Del 4

- Den kvinnliga aspekten av oss.

Vi möter och frigör låsta relationer på tidsaxeln till den kvinnliga delen samt modersaspekten. Möter Moder Jord och hennes väsen, med hjälp av bland annat trumman samt integrerar den kvinnliga andliga delen av oss själva,

Del 5

- Inre barnet, mannen och kvinnan som ett.

Med hjälp av vår inneboende kreativitet integrerar vi alla delarna till en helhet. Unity!

Kompendium, anteckningsmaterial samt meditationsskiva ingår.

Vill du repetera är du välkommen till reducerat pris

Intuitiv Healingterapi

Solvone har också utvecklat en fortsättningskurs i fem steg i intuitiv Healingterapi för de som vill gå vidare efter denna kurs.

Bygg din egen trumma.

Vi erbjuder dig även att tillverka din egen trumma som en separat kurs utöver utbildningen. Nästa planerade trumbyggarkurs är i trakten av Bräcke 20-24 juli 2012

Nästa kursstart

Bräcke start 11-12 februari 2012

Resterande steg 21-22 april, 2-3 juni, 11-12 augusti, 6-7 oktober.

Med reservation för ändringar

Anmälan till Linnea Ljungberg, Frisk & Fri, på telefon 070-580 98 46

Kursledare Solvone Alvarsdotter

Ända sen jag var barn har jag varit i kontakt med Moder Jord och hennes väsen.

Vid 8 års ålder öppnades gåvan att även se tidigare liv, i och kring människor.

Under hela mitt liv har jag använt mina gåvor för att hela mig själv.

I dag jobbar jag med att assistera människor att finna sitt sanna jag, styrkor, trygghet och frid i sig själv.

Jag är KBT-terapeut, Reikimaster, healingterapeut, tarotkonsult samt änglamassageterapeut.

Utvecklar och leder egna kurser och utbildningar i personlig och andlig utveckling

Telefon 070-940 27 00

e-mail solvone@hotmail.com

www.solvone.dinstudio.se

Assistent Linnéa Ljungberg

Jag tog tag i mitt sökande på allvar efter en livskris och har använt mina utbildningar som

verktyg för att läka mig själv. Samtidigt som de har gett mig nya fantastiska möjligheter.

Nu har jag "rest" med Solvone under en längre tid, och ser fram emot att tillsammans med henne få dela med mig av det jag har att ge andra människor som vill ta tag i sin livsresa.

Jag Ackrediterad Resanterapeut, Livsyogalärare, Fytoterapeut och Ayurvedisk hälsorådgivare. Jobbar

även med funktionsmedicin och kvantmedicin samt som kursarrangör. Har gått många av Solvones utbildningar och känt och upplevt stora förändringar både mentalt, andligt och fysiskt.

Telefon 070-580 98 46

e-mail info@friskochfri.se

www.friskochfri.se

För mer information och anmälan hör av dig till oss.

Du kan även samla dina vänner på din ort så kommer vi och håller kurs hos er.

**Med ljus och kärlek
Välkomna
Solvone och Linnéa**



Våga vara den du är

En kurs i praktiskt energiarbete i 5 steg

*Denna kurs är till för dig som
önskar personligt växande utifrån
ett andligt perspektiv.*

*En djupare förståelse om din unika
grundpotential och hur du kan
använda dig av den i ditt vardagsliv.*