



# Flower of Life Festival 2020

## - En Hyldest til Livet

### PROGRAM

## Torsdag den 30. juli

### ÅBNINGSCEREMONI

v/ Sheena Mariah

**Torsdag den 30. juli kl. 12.00-12.45**

Når vi starter vores skønne festival - åbner vi med en ceremoni, hvor vi bliver forbundet med hinanden og skaber en tryk og nærværende energi sammen.

Vi åbner for energien som gennemstrømmer festivalen, den energi som er med os under hele transformationen og gennem alle dage <3

Vi afslutter ligeledes festivalen med en guidet ceremoni - med taknemmelighed og kærlighed - som sendes ud over hele jorden. <3

Vi er her for at arbejde med os selv - for at åbne hjerter og forløse blokerede energier, så vores sjælslys bliver mere nærværende og gennemstrømmer os - og vi samles også for at hæve vibrationerne på jorden og i hele det kollektive felt <3

Kom og vær med - du vil opleve en healende og forløsende stund, sammen med andre skønne mennesker <3



### KVINDECIRKEL

v/ Maia og Mariah

**Torsdag den 30. juli kl. 14.30-17.00**

Bemærk - der vil være en Mandecirkel samtidig ;-) Hvad vil det sige "at være kvinde" for dig? Får du udlevet alle kvaliteter ved at være kvinde, eller er der områder, hvor du holder dig tilbage?? Det feminine er blevet undertrykt i så mange år, så vi selv er begyndt at tvivle på vores eget værd. Men nu er det tid, kvindel!

Fyld dig med glæde og nydelse ved bare at være dig!

Nyd din krop, som det skønneste tempel for alle facetter af din sjæl! Ær din livmoder som hjemsted for skabelsesenergi og kreativitet. Hengiv dig til den kvindelige urkraft i dit indre.

Lad dit lys skinne, så du må oplyse verden. Lad os forbinde os i et støttende søsterskab overalt på vor klode og give det feminine lov at blomstre og få sin plads, så vi endelig kan mødes på lige fod med den maskuline del af verden.

Når vi healer det feminine i os, healer vi også generationerne før og efter os, og vi healer samtidig Moder Jord. På workshoppen vil vi ære det kvindelige i os selv og hinanden gennem sang, dans, kreativ udfoldelse og ceremonielt nærvær.

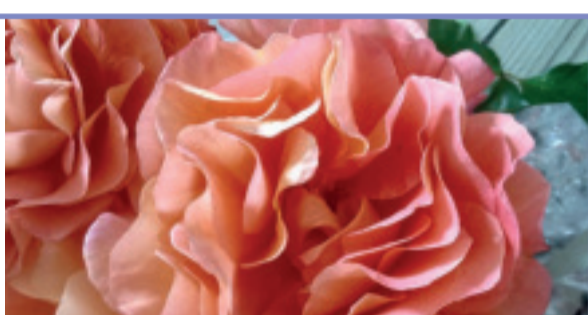
*Maia Trayhorn:*

*Jeg, Maia Trayhorn er operasanger, samt underviser, healer, spirituel præstinde og psykospirituel stemme-, åndedræt- og kropsterapeut.*

*Jeg kalder mig for lyssanger (en syngende lysformidler) og har opstartet LyssangerAkademiet med det formål at udbrede "den hellige tone" gennem kurser, koncerter (med bl.a. den unikke kvarts krystal lyre), ceremonier, velsignelser, healing, terapi mv. [www.lyssanger.dk](http://www.lyssanger.dk)*

*Sheena Mariah:*

*Jeg har igennem min egen rejse som datter, søster, mor, kæreste og kvinde været igennem en dyb indre og ydre udvikling som kvinde og frigivet en masse blokeret energi. Jeg er stadig på rejse, og vil elske at dele en del af den med dig. Det feminine har været gennemgående igennem det meste af min undervisning- og jeg ønsker at vi som kvinder kan dele - ære og være med hinanden i et kærligt søsterskab. Ceremoni, sang og musik, samt det kreative vil jeg bidrage med i denne kærlige Cirkel som jeg glæder mig til at dele med jer.*



### MANDESAMLING

v/ Rolf og Sebastian

**Torsdag den 30. juli kl. 14.30-17.00**

Vi starter med et kort oplæg omkring det maskuline og feminine set i lyset af historien og en spirituel udvikling.

Alt efter deltager antal, opdeling i mindre grupper på 2 til 3 for at videre diskussion og mandesnak i det maskuline felt, hvor vi kontakter vores egen mandelighed og mærker mødet herfra med andre mænd. Vi undersøger hvad maskulinitet og feminitet betyder for os i gruppen, i lyset af vores egen og den kollektive historie. Herefter samling af grupperne og fælles diskussion om hvad der skete.

*Rolf Demsey er billed/form kunstner, spirituel vejleder og regeressions terapeut.*

*Sebastian Lysander er midt i mellem ung og gammel og særlig interesseret i at åbne op for ærligheden til sig selv og mellem sine medmennesker. Hvad kommer der op, når vi tør tage springet ud i det ukendte?*



### KIRTAN MED GOPIANAND

v/ Niels og Stina Legêne

**Torsdag den 30. juli kl. 20.00-21.30**

GopiAnand Kirtan - den indre stilheds kor.

GopiAnand Kirtan har i mere end ti år leveret ugentlige kirtans i København - og spillet på et utal af yogasteder, festivaler og retreats i ind- og udland.

Kirtan er kort sagt fællessang, hvor man skifter mellem at lytte og synge. Traditionen har rod i Indien og en årtusinde gammel praksis, der går under betegnelsen "bhakti yoga". En praksis som handler om at åbne sig op og gå indad. Om at hengive sig til stilhed, til kærlighed. Om at overgive sig til verdens flow. At give slip på de problemer, der handler om i går og i morgen. At glemme sig selv, sine fordomme, sine selvdomme, sit selvbillede, sin frygt, sine krav - og ikke mindst sin stædige opfattelse af at "jeg" og "du" er helt forskellige størrelser.

Og når man et øjeblik glemmer alt det - og bare er til stede i praksis'en med at lytte og synge, ja så er man i en (tilstand af) umiddelbar glæde eller stilhed. Det er selvfølgelig meget individuelt, hvad man oplever, og der er ingen opskrift - intet "rigtigt" eller "forkert".

Men de fleste får nok en fornemmelse af, hvorfor flere og flere overgiver sig til denne gamle, vibrationelle yoga.

Nu tænker du måske: Det lyder fint, men jeg personligt kan ikke bare lukke øjnene og lukke ned for mine tumultariske tanker ... og bare "være". Og det er selvfølgelig korrekt, for os alle sammen.

Det er her mantra kommer ind i billedet. Mantra er lyd vibrationer, der befrier sindet og hjertet. Uden de ikke logisk forklarlige mantra'er og deres transformerende og transendentale kraft (medicin), ville ingen opleve en direkte og umiddelbar forandring. Det man på engelsk kalder "enchantment", fortryllelse.

Men igen, det er altså ikke særlig "mystisk". Kirtan er bare fællessang, en vedisk teknologi til at højne egen og andres vibration. Det er enkelt: Hvert mantra synges for - og alle i cirklen lytter. Alle er til stede i det at absorbere (nærmest indånde) melodien, rytmen og mantraets helende vibration.

Herefter gentager vi i fællesskab mantraet fra eget hjerte, fra egen strube - og man oplever den glæde, det er at være en del af større stemme.

At være en del af kærlighedens - og den indre stilheds - kor.

Kirtan spilles af Stina og Niels Legêne. Se mere på deres Facebookside:

<https://www.facebook.com/GopiAnand-Kirtan-671310279969049/>

Du kan være med blot til dette arrangement - det koster 100,-. Eller du kan være med en hel dag eller hele festivalen. Se priser på hjemmesiden: [www.dengyldnecirkel.dk](http://www.dengyldnecirkel.dk)

