

News januar 2018

Grethe Fremming



***Jeg ønsker Godt Nytår
– og vedhæfter flyers
og information
om forårets
spændende aktiviteter.***

I brydningstiden mellem Jul og Nytår står tiden formelig stille. Det er helt almindeligt mellem Jul og Nytår ikke at kunne huske hvad dag det er – endsige datoen. Årsagen ligger i forskellen på Måneåret og Solåret.

Et Måneår er på 354 dage. Den gamle månekalender bygger på dette. Solen er længere om det – ca. 365 dage. De hellige nætter har at gøre med at forene den feminine månekalender med den nyere maskuline solkalender. De 11 dage og de 12 nætter er forskellen mellem måne- og solår. Tidligere betegnede tiden imellem eller en tid udenfor tid. De hellige nætter er altså ekstra tid vi får. Det er også en dualitetstid: lys – mørke, fortid – fremtid, fejre – være stille, farlig tid – chance og muligheder.

Vi tager os i denne periode mere tid til at være sammen med familie og venner, slappe af og måske også tænke lidt mere over det liv vi lever og kommer vores indre selv lidt nærmere. I virkeligheden er der jo rig mulighed for at nå et lidt dybere indre lederskab, hvis vi dagligt ville tage kontakt til hjertets viden om, hvad der er væsentligt at gøre.

Giv dig selv 10 minutter, find et roligt sted, en dejlig stol og sluk mobilen. Luk øjnene. Følg dit åndedræt et øjeblik, se op med dit indre blik og forstil dig at sidde under en stor stjernesol. Begynd nu at fylde dig med lys og lad det forankre sig i din hjerteflamme. Med hvert åndedrag vokser din flamme ... mærk lyset og varmen fra din flamme skinne ud gennem din fysiske krop helende, regenererende, vitaliserende ... fortsæt indtil lyset stråler fra dig og opdag så,

at du kan sende lyset hvorhen du vil, til mennesker, situationer, dit arbejde eller ud i verden, hvor der er behov for glæde og skønhed ...

Når du føler, at du er færdig, så beslut hvad du vil gøre i dag og mærk at du har åbnet for magtfulde energier, der strømmer gennem hele dit væsen, så du ganske enkelt går i gang med det væsentlige.

Der er noget du kan gøre nu! Lad Lyset Skinne

Grethe Fremming

Kommende begivenheder på Polaris Centret:

2.-4. februar	TK-1b Chakra	v/ Helle Bøving
16. februar	Lynindføring i EA	v/ Grethe Fremming
17.-18. februar	Energetisk Astro 2	v/ Grethe Fremming
26. februar	Fuldmånemeditation	v/ Grethe Fremming
9.-10. marts	Optimal Integration	v/ Helle Bøving
26. marts	Fuldmånemeditation	v/ Grethe Fremming
13.-14. april	TK-1c Aura	v/ Helle Bøving
23. april	Fuldmånemeditation	v/ Grethe Fremming
19.-20. maj	Hjerne-Yoga 2	v/ Grethe Fremming
28. maj	Fuldmånemeditation	v/ Grethe Fremming