

## Program: Lysets Sang Retreat

ret til ændringer forbeholdes – vi følger energiens flow

### Torsdag d. 20. juni

11.30 Afgang med Læsøfærgen Ø-pladsen 2, 9900 Frederikshavn

(frokost på færgen foreslås)

14.00 Ankomst til Vesterø Havn – du finder din indkvartering

15 Ateliet: Kaffe og Velkommen klingende væsen!"Hvad skal der ske?" Kom syng nu frit- slip stemmen ud!

16 Meditation – Åbne for hjertets tone– "I begyndelsen var ordet"

18 Middag (tilmelding)

19.30 Aftensang & ord om Lysets Sang - Din bevægende lyd & Det spirituelle lys

Meditation: At synge med Engle. Vi åbner gralen. Evt. i Vesterø Kirke

### Fredag d. 21. juni SOLHVERV

11.00 Sangens frigørende kraft

Dit absolutte nu – Det lysende Åndedræt - Krop, sind, ånd

12.00 Skovmøde - Stilhedens klang - planetens lyd – Træerne - Døren

13.00 Frokost & derefter stilhed

14.00 Meditation – Chakrabalancering – Krystalhealing

planetens lyd - Krystalskålen - Gralen. Evt. i Vesterø Kirke

16.00 Kaffe - derefter stilhedsmeditation/ hvile anbefales

17.30 Festmiddag (tilmelding)

21 Strandsmøde Horneks Stilhedens klang - Havets åndedræt – himmel til jord

Diamantkoder - Solnedgangssang – Natmeditation

### Lørdag d. 22. juni Solhvervsdag

"Skemafri" formiddag. LÆSØ – LYSØ? Forslag: Udflugt på Læsø - Opsøgning af energipunkter / chakraster på øen / eller grounding med fredelig stund til tur til Badesø – samklang med naturen, svømmende / gående meditation.

12.30 Frokost i atelieret & derefter stilhed

13.30 "Kom syng nu frit". Hjertets sang i flerklang

ALLELUIA - At synge med Engle. Himmelstigen – Regnbuebroen 15.30 Kaffe

16.30 Øen og Duen: Helligåndstemplet om dig og i dig. Healing. Regnbuebroen

18.30 Middag (tilmelding)

Mulighed "In natura" vildmarksbad i skoven (tilmelding i god tid)

### Søndag d. 23. juni Skt Hans

9.30 Skovmøde - Stilhedens klang

Meditation: Vi lytter i kanalisation. Sangens alkymi via Tvillingflamme –

guddommeligt femininum + maskulinum - hjertets sang & Gralsskålen i os .

Fælles afslutning. Tak for denne gang "Må din vej gå dig imøde".

12 Frokost. Færge for hjemrejsende kl 13.20, kl 15, kl 17 eller 18.40

Også mulighed for at blive - med fælles hyggelig oplevelse:

20.30 Skt. Hansbål Vesterø strand – hjemreise dagen efter

## ØEN SYNGER LYSETS SANG

TID TIL DIG – TID TIL SANG

FRED 🎵 ENGLE 🎵 KLANG

Det handler ikke om at være "god til at synge!"

men bevidst at slippe den tanke &

🎵 At være tilstede i

legende, meditativ chanting

🎵 At frigøre og mærke stemmens

kraft & turde skabe med - i ordløs

(nodeløs) intuitiv sang

🎵 At opleve et flow

af lyd og toner igennem sig

& opløftende harmonier

med hinanden: Toner i lys!

🎵 At tillade spirituel intention, folde

vingerne ud og pludselig opleve:

🎵 At synge med ENGLE

🎵 At synge hjertets inderste tone –

til healing og fred

🎵 At opleve tilstedeværelse

"i det absolutte nu" via åndedrættet

& Stilhedens klang

Ingen forudsætninger, blot åbne sind.

🎵🎵

Retreatet omfatter sangoplevelser og sangteknik, meditation og meget mere.

🎵🎵

Velkommen til

LYSETS SANG RETREAT på LÆSØ

🎵🎵

Lysets Sang er et spirituelt arbejde, en meditationsform, hvor tonen er fokus, og du oplever den healende samklang mellem krop, sjæl og ånd. Din stemme bærer i tonen det spirituelle lys. Oplev sangens frigørende kraft i et personligt udviklingsarbejde. Legende indgange til at frigøre lyd og stemme. Vi gør os bekendte med stemmen, og tonen som fokus for energi. Vi leder denne energi over i healende meditationsarbejde og udvikler fri intuitiv sang. Din egen tone gør meditationen grounded. Enkel sangteknik. Enkle sange fra bl.a. keltisk tradition.

**VIBEKE ROLSKOV**



Vibeke er uddannet i klassisk sang og drama fra Det jyske Musikkonservatorium, operasolist bl. a. på Den jyske Opera og i Tyskland.

Hun er erfaren sangunderviser – "stemmehealer". Kreativ leder af Sangateliet gennem 19 år og i øvrigt ildsjæl bag adskillige tiltag for "levende sang for alle".

Hun er korleder, foredragsholder, desuden billedkunstner - samt forfatter til romanerne "DØREN" & "Den blinde Seer" & bogen om "LYSETS SANG", hvori Vibekes sange præsenteres. Se [www.lysetssang.dk](http://www.lysetssang.dk)



Vibeke er Sananda-initieret mester og kanal for sin meditationsform

... ..

## PRAKTISKE OPLYSNINGER

Basen for Lysets Sang Retreat på Læsø:

Vibekes hytte & sommersangatelier

"På Remmerne 31a"

Læsøfærgen <https://www.laesoe-line.dk>

VisitLæsø <http://www.visitlaesoe.dk/laesoe>

Læsø har gratis bus rute 840

**19. - 23. Juni**

pris 1250 kr for retreat

uden overnatning eller forplejning

Find overnatning via [visitlæsø](#)

Hotel, b&b eller camping

Retreat ja, men begrænsede midler? Tal med

Vibeke om alternative (primitive) løsninger

for overnatning, telt, shelters,

Eller om at dele et lejet hus med de andre

lysets sangere.

Frokost, kaffe, the, kage, vand osv.

pr dag 100 kr

Tilvalg fælles aftenmiddage pris ca 250 kr.

Tilvalg af forplejning anbefales for

fællesskabet og hyggen

- bestilles ved tilmelding (angiv diætform),

betaltes ved ankomst



Sangatelieret er en sangskole, hvor den enkelte stemmes naturlige potentiale frigøres via dybdegående lytten, via faglig kompetent sangteknik, via legende indgange og musikalsk kreativitet. Vibeke Rolskov er erfaren konservatorie-uddannet sanger og sangunderviser, som kan analysere din stemme og forandre optimal udvikling, uanset hvilket niveau, du synger på, uanset stemmetype. Der arbejdes i en særlig kombination af mange års professionel erfaring - og altid frisk, kreativ intuition. I Sangatelieret er sangens vitale betydning for mennesket i fokus.

**Mere info: Kontakt Vibeke på**  
**lysetssang@hotmail.com**

♪ tlf 28590916

♪ [www.lysetssang.dk](http://www.lysetssang.dk)

**Tilmelding**

**LYSETS SANG RETREAT**

**inden 31.maj**

**helst til Vibeke Rolskov direkte**

retreatet oprettes under og støttes af  
**FOF VENDSYSSSEL**

[www.fof-vendsyssel.dk](http://www.fof-vendsyssel.dk) • 7025 5050 •

[info@fof-vendsyssel.dk](mailto:info@fof-vendsyssel.dk)

[www.facebook.com/fofvendsyssel](http://www.facebook.com/fofvendsyssel)



# SANGATELIERET



Den anderledes Sangskole ♪ Vibeke Rolskov ♪ FOF

## ØEN SYNGER LYSETS SANG RETREAT - LÆSØ



**Juni 2019**

**VELKOMMEN!**

Kontakt Vibeke Rolskov 28590916 [lysetssang@hotmail.com](mailto:lysetssang@hotmail.com)

