

# Trommereisesirkel

## Ved Jan-Magne Sørensen

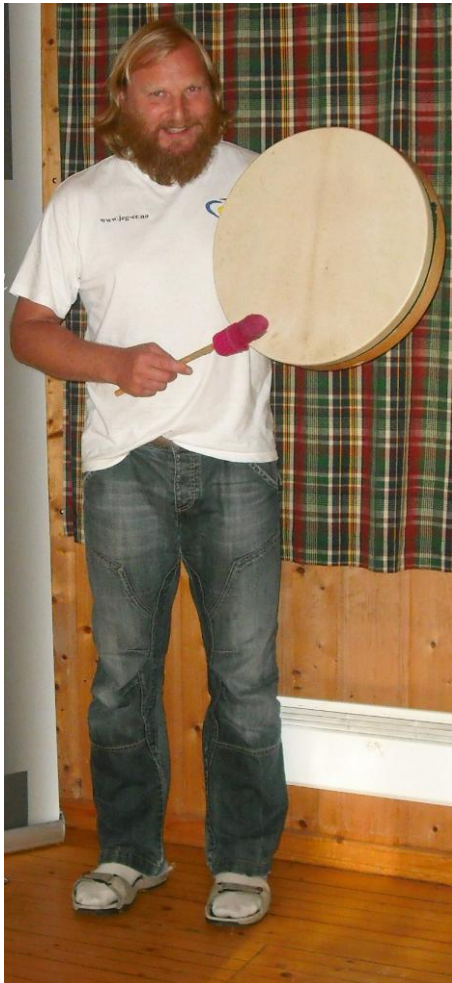


**Tid:** Onsdag 30. juni kl 18.00 – 20.30.

**Sted:** Grendehuset i Oppegård Syd, Sæterskogvn13, 1415 Oppegård

**Inngang:** Kr 300, Gratis for medlemmer av Hvite Ørn

**Påmelding:** til Ellen Fagerli, Tlf: 98 62 59 01 innen mandag 27.juni



Først er det introduksjon og så gjør alle noen forbedrende øvelser. Deretter starter selve trommereisen som varer ca 20-30 minutter. Deltakerne ligger på gulvet mens sjaman og seremonileder trommer. Til slutt deler vi erfaringer. Det er bare de som ønsker å forteller om sin reiseopplevelse som tar ordet.

Hensikten med å delta i trommesirkler er å få muligheten til å oppdage mer i seg selv. Det kan være at vi bærer på noe vi ikke forstår, dette kan åpenbare seg i trommereisen for så å helbredes. Vi er mer enn bare kjemi og biologi, vi har også en åndelig side som på et plan er i kontakt med alt. Etter hvert som man får mer og mer erfaring med trommereiser vil vi kunne oppdage fantastiske muligheter i oss selv i en utvidet virkelighet.

Er du uerfaren med trommereiser og meditasjon kan det hende du må delta flere ganger for å kunne få de store reiseopplevelsene. Uansett om man ikke får reiseopplevelsen første gang, kan tilstedeværelse i trommesirkelen fortone seg utviklende, balanserende og healende.

Hvorfor skal du delta? Kanskje du bare er nysgjerrig? Eller for at du vil vekke noe nytt i deg selv? Kanskje du trenger motivasjon til å komme videre i din livsprosess?

Kanskje du vil lære noe nytt som kan hjelpe andre, eller du rett og slett er interessert i å utvikle deg selv? Det kan bli en uforglemmelig opplevelse.

"Vi har mer å oppdage ved å utforske vårt eget indre univers, enn hva vi kan finne ved hjelp av romfart eller ved å lete på havets dyp." (Dalai Lama). I trommereise kan denne indre oppdagelsesferd skje.

**Velkommen!**