

PARKURS

6 - 9. FEBRUAR 2025

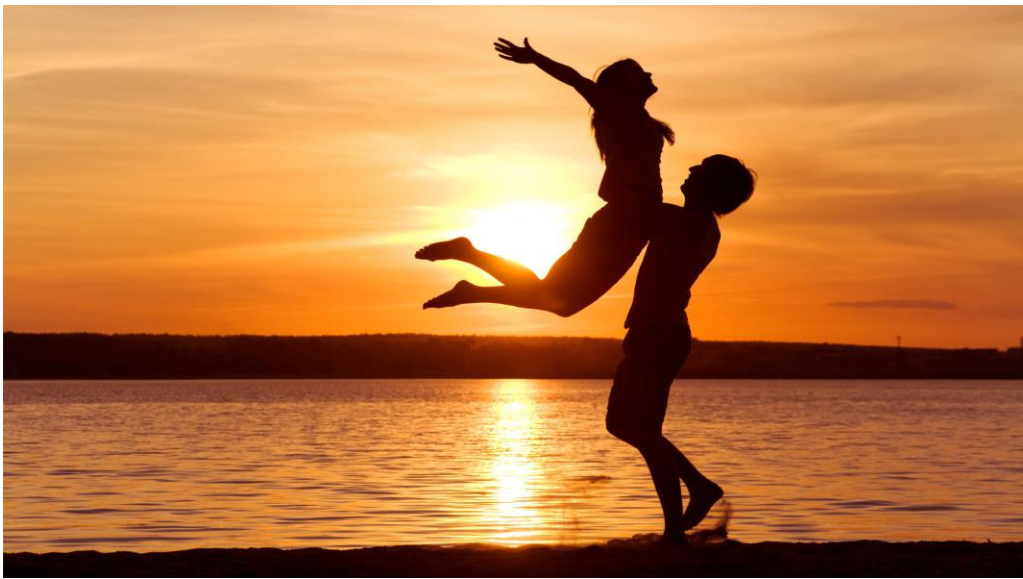


«Fra sjel til sjel og hud mot hud»

Torsdag 18.00 - søndag 17.00

Med Tantra-lærer Shalini Lind

Tantrisk Massasje og Tantrisk Livsvisdom



InnerLife Tantrisk Massasje og Tantrisk Livsvisdom

- et kurs som vil gi dyp næring til parforholdet.

Tantra er Kjærlighetens og Gledens livskunst som dere vil få et innblikk i og dele med hverandre gjennom denne helgen. Ved å gi oppmerksomhet til det gode og vakre dere ser i hverandre, sjel til sjel, og gi tid til sanselig nærvær, hud mot hud, bringes dere gradvis inn i den tantriske ånd.

Hver dag får dere trene på å dele Tantrisk Massasje med hverandre. Dere trener på tilstedeværelse, lette, varsomme strøk, og følelsen av å gi hverandre nytelse. Massasjen er erotisk, men ikke seksuell, slik at den som mottar kan få kjenne på det å eie nytelsen i egen kropp og sjel.

Det å ha tid nok til hverandre på denne måten, kan være sårbart. Lengsel og savn, sjenanse og usikkerhet kan dukke opp, selv etter mange års samvær. Derfor blir det satt av tid til små samtaler dere i mellom, men noe parterapi er det ikke. Dere trenger å ha med dere en toleranse overfor hverandres ulike følelser og forskjellige reaksjonsmønstre uten at det blir gjort til en konflikt.

I InnerLifeTantra praktiserer vi «De fire Nytelser» som er vår evne til å bli berørt av Skjønnhet, takknemligheten vi kjenner i det *Sanselige*, og varmen og nærværet vi finner i *Intimiteten*. Det å være bevisst de tre formene for nytelse og bringe de mer bevisst inn i parforholdet, er en forberedelse til å åpne dere for den tantriske seksualitet.

Dette er på ingen måte et kurs i tradisjonell seksualitet og det er ingen aktiv sex under kurset. Dere får lære om de syv trinnene i Maithuna, som kan oversettes som «Hellig sex - Hellig nytelse». Inspirasjonen dere tar til dere underveis, tar dere med hjem og legger til grunn for en ny måte å møtes både seksuelt og i hverdagen.



6 – 9. februar 2025 inkl. full kost og losji.

De erotiske følelsene gjør oss til levende og interessante mennesker. Derfor er det viktig å eie den erotiske livskraften i vårt indre, vår egen Eros. Det er vi ikke så gode på her hjemme. Problemet i de fleste parforhold er kontrollen vi har over hverandres erotiske energi i frykt for å miste den andre.

I Tantra skiller vi mellom vårt erotiske vesen og det seksuelle. Sex er en avtale vi har med en partner. For at en slik avtale skal fungere, må vi gi hverandre frihet til å oppleve oss selv som et levende, erotisk vesen, men *uten å seksualisere de vi møter på vår vei*. Det er en livskunst vi alle trenger å lære, for å bygge opp en gjensidig tillitt og trygghet innad i forholdet.

Den samme erotiske livskunsten ligger til grunn for den tantriske massasjen, hvor vi trener på å bevare den erotiske følelsen i egen kropp, både som giver og som mottager. Gjennom massasjen inspireres dere til nærvær og giverglede, som dere tar med dere inn i seksualiteten, men på litt forskjellig måte for mann og kvinne.

For deg som mann er tantrisk massasje en måte å flytte fokuset fra ditt underliv, for å tillate den erotiske følelsen å gjelde hele kroppen og videre stige opp til ditt hjerte. Det gir en gledesfylt nytelse, hvor du oppdager deg selv uten å prestere eller erobre. Det gir en helt annen innstilling, når du senere vil dele av deg selv i det seksuelle.

For deg som kvinne er tantrisk massasje en måte å oppdage hvordan du fullt og helt kan motta nytelse fra ham. Under massasjen skal han ikke begjære din seksuelle energi. Da er nytelsen for deg alene. Når du finner denne tryggheten i deg selv, vil du åpne deg seksuelt på en annen måte enn du er vant med.



Dato: 6 – 9. FEBRUAR 2025.

Vi møtes torsdag kl. 18.00. Kurset avsluttes søndag kl. 17.00.

Dere trenger å være til stede alle dagene og hele den oppsatte tiden for å delta på kurset.

Kurset holdes i vakre og rolige omgivelser på Bjørk Kursgård:

Løkenvegen 79. 2344 Ilseng. Vi holder til 15 min. syd for Hamar og en times kjøring fra Ikea Furuset, Oslo. 45 minutter med tog fra Gardermoen.

Pris kr 4.800,- pr person inkl. full kost og losji i dobbeltrom.

Kurset innbefatter inspirerende undervisning, en trygg og god atmosfære, vakre og rolige omgivelser og riktig velsmakende mat.

Depositum er kr. 1200,- pr. person.

Påmeldingen gjelder når bindende depositum er betalt.

Ved påmelding mottar du en epost med info og betalingslink.

Resterende kursavgift kr. 3.600,- pr. person

trekkes 15. JANUAR eller etter nærmere avtale.

Ved avmelding før 01.12 beholder vi kr. 1.200,- pr. par i admin. gebyr.

Ved avmelding etter 01.12 beholder vi kr. 2.400,- pr. par

Ved avmelding etter 20.01 beholder vi hele kursavgiften, så fremt ikke et annet par tar plassen. Da beholder vi kun kr. 1.200,-

NB! Skulle en av dere bli syke rett før kurs, får dere en bekreftelse på avmelding fra oss. Sammen med sykemelding kan dere be om å få kursavgiften inkl. kost/losji tilbake på din reiseforsikring.

Påmelding via nettsiden til InnerLife-Akademiet:
Kontor Kerste: 917 33 270. Shalini: 466 344 84.

www.InnerLifeTantra.no