

# Videregående parkurs

for par som ønsker å lære mer  
om hva kjærlighet er.



InnerLifeTantra

16 - 19. januar 2025

med Shalini Lind

På dette kurset tar vi for oss to svært viktige temaer, som vil lærer oss mer om hva kjærlighet er i Tantra. Det ene handler om grunnleggende forskjeller mellom de to kjønn, det som kalles for «motsattkjønnethet». Det gjelder måten mann og kvinne forholder seg helt forskjellig til sitt indre. Denne kunnskapen er basert på Jes Bertelsen sin lære og er helt nødvendig for å bringe dere nærmere hverandre. Det andre temaet vi fordype oss i, er «erotisk vennskap», som jeg anser for å være en grunnmur for et meningsfullt seksualliv.

Som et av flere redskap i denne prosessen innleder vi med en Tantrisk Massasje, for å skape et rom fylt av nærvær mellom dere. Videre lærer dere å meditere tett inntil hverandre, hvor dere utveksler kontakt chakra til chakra og utforsker det som blir vekket i den enkelte. Som etterarbeid bruker vi «den rituelle samtale», hvor dere lytter og forstår den andre fra hjertet. Alt i alt blir dette et utforskende kurs, hvor dere får tid til å undersøke og lære hvordan deres motsattkjønnethet og den erotiske livskraften fungerer mellom dere.



### Tema 1

#### *Mannens og kvinnens ulike roller i vår søken mot kjærlighetens vesen.*

I Tantra lærer vi at vår kropp og sjel står i et komplementært forhold til hverandre i form av en mottagelig Yin-energi og en aktiv Yang-kraft. Yin er den feminine intelligens i kvinner og menn, som hjelper oss å oppfatte vårt indre liv. Derfor er Yin mottagelig i sin energi, mens Yang er den maskuline intelligens som hjelper oss å handle i den fysiske verden. Det vi har liten kunnskap om i Vesten, er at Yin og Yang opererer motsatt i de to kjønn, det vi kaller for «motsattkjønnethet». Det betyr at de to kjønn forholder seg svært ulikt til sin kropp og psyke.

Kvinnens kropp, som er Yin, er forbundet med mottagelighet. Hennes sjel er derimot Yang og svært aktiv. Når de to livskraftene møtes i henne, får vi et aktivt indre liv, som blir tatt imot av en mottagelig kropp. Derfor kjenner hun stadig vekk på følelsene sine og er lettrørt over de mange, små ting i tilværelsen. Hun legger merke til smerter i kroppen, er interessert i nattens drømmer og filosoferer over det som foregår inni henne. Der vi kvinner misforstår, er at vi forventer at mannen har den samme følsomheten overfor sitt indre som vi selv har. Der tar vi grundig feil, idet forbindelsen mellom Yin og Yang i ham er en ganske annen.

*Mannens kropp er en aktiv Yang-kraft, mens hans Yin befinner seg i det ubevisste.  
I sin mottagelighet venter hun på, at han skal vende sin oppmerksomhet  
inn mot henne. Men en mann som vokser opp i en patriarkalsk kultur,  
lærer derimot å se bort fra henne.*

For svært mange menn er Yin ikke-eksisterende. Som kompensasjon for tapet av henne bruker han Yang-kraften for alt det er verdt. Kropp og sinn rettes ut mot verden, hvor han gjør ting unna, konkurrerer, kjemper og kriger mot uoppnåelige mål. Uten forbindelse til sin feminine intelligens, som kunne bragt ham i kontakt med dype, kjærlige følelser, med intuisjon og inspirasjon, tenker ikke Adam på å vende blikket innover.

Dermed oppstår det en tåkeaktig avstand mellom mannens ytre liv og det som skjer på innsiden av ham. Yin fremtrer riktignok i drømmene hans, hvor hun gjør seg spesielt ung og vakker for at han skal lengte etter henne. Problemet er at de fleste menn kompenserer denne lengselen med å speile sin egen Yin i kvinnen han forelsker seg i. Da har vi enda et problem, for ingen fysisk kvinne kan noensinne måle seg med hans indre gudinne, som er hans egen sjel. Det kvinnen derimot kan, er å åpne en dør inn til hans lukkede, indre rom. Da må hun først åpne seg for ham dypt innenfra seg selv, på en måte som få kvinner kjenner til i vår tid. Vår manglende forståelse av Yin og Yang som en dans mellom de to kjønns polariteter, gjenspeiler seg i våre parforhold og i seksualiteten. Det er ekstremt forvirrende å prøve å forstå hverandre uten innsikt om de to kjønnes forskjellighet.

Tema 2  
*Erotisk vennskap, en  
forutsetning for et tillitsfullt  
og levende parforhold.*



I Tantra lærer vi at erotiske følelser som *kåthet, tiltrekning og lyst er indre livskrefter*, som er ment for levendegjøring av hvert enkelt menneske. De erotiske følelsene, når de holdes i kroppen vår som *en ren nytelse*, gjør oss spontane og livsglade. Men i vår tid relaterer vi det erotiske automatisk til sex. Det gjør at vi i hverdagen holder tilbake den erotiske opplevelsen av oss selv. Vi har ikke lært at vi aktivt må velge, når vi vil vende de erotiske følelsene mot sex, og når de bare skal få leve i kroppen vår og gjøre oss til spontane, frie og livsglade menn og kvinner.

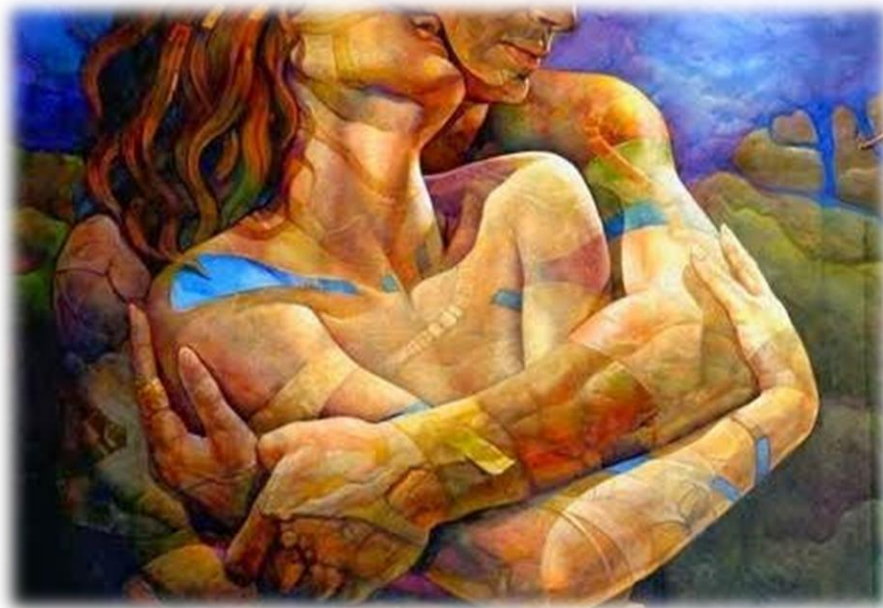
Det å skille mellom det erotiske vendt innover og det seksuelle vendt ut mot vår partner, er en livskunst vi alle trenger å lære. Det er når vi begge er frie i vårt eget liv, at vi utvikler et berørende og meningsfullt seksualliv. Den erotiske kontakten med egen kropp, uten at det blir seksualisert, får oss til å stå på egne ben. Derfra bygger vi opp en gjensidig tillit og trygghet i parforholdet og ikke minst seksuelt. Det er denne erotiske livskunsten som også InnerLife Tantrisk Massasje bygger på.

I vestlig sex benytter vi hverandres kropp som stimuli for *kåthet og orgasme*. I Tantrisk sex utvikler begge parter en egenkontakt med sine erotiske følelser på en mediterende og tilstedeværende måte. Når det erotiske vendes innover, tar det bolig i chakraene og blir til en subtil, intuitiv livskraft. Det er den som fører oss i kontakt med hverandre. Det gjelder måten vi beveger kroppene våre, nytelsen som oppstår hud til hud, følelsene som vekkes, ordene som deles. Først når begge parter vender sine erotiske følelser innover, blir sex et hellig møte.

## Videregående parkurs

Torsdag 16. januar – søndag 19. januar 2025

Vi begynner torsdag formiddag kl. 12.00. De ekstra timene gir følelsen av en hel, ekstra kursdag, som vi trenger for å gå i dybden.



**Innregistrering torsdag fra kl. 12 – 12.45.** Vi møtes i kursrommet kl. 13.00. Middag kl. 16.00. Kurset avsluttes søndag kl. 17.00. Dere trenger å være til stede alle dagene og hele den oppsatte tiden for å delta på kurset.

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

**Depositum kr. 1.200,- pr. person betales ved påmelding.**

Ved påmelding mottar du en epost med info og betalingslink.

**Resterende betaling 3.600 pr. person trekkes 10. desember.**

**Betalingen kan deles opp i 4 avdrag á kr. 1.200,- pr. person fra okt. – jan.**

**Ved avmelding før 1. desember beholder vi depositum kr. 1.200,- pr. par.**

**Ved avmelding etter 1 desember beholder vi halve kursavgiften, så fremt ikke et annet par tar deres plass. Da beholder vi bare et depositum.**

**Ved avmelding etter 1. januar beholder vi hele kursavgiften. Husk sykemelding!**

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

***Påmelding via nettsiden til InnerLife-Akademiet***  
***[www.InnerLifeTantra.no](http://www.InnerLifeTantra.no)***