

*InnerLifeTantra
Massasje og Coach
utdanning
2021-22*



*Tantra -
Kjærlighetens Livskunst*

Bli InnerLife Tantra Massør og Coach

Fordi du ønsker et Innsiktsfullt redskap
til å veilede andre og dele av deg selv.

Fordi du ønsker å finne frem til
det vakre mennesket du er.

Fordi du innser at du trenger
Mer Nærvær i kroppen din
Mer Dybde inn mot Sjelen din
Større Åpenhet i dine relasjoner

Fordi en Fredfylt Verden formes
i en Fredfylt Sjel og det vil du bidra til!

www.InnerLifeTantra.no



InnerLife Tantrisk Massasje og Coaching er et supplement for deg som jobber med mennesker. Du kjenner at du trenger en dypere innsikt i den seksuelle energiens livsrom, slik den forklares i Tantra. Da handler det ikke om sex, men om en erotisk livskraft og en seksuell energi som mennesket i svunnen tid hadde tilgang til. Men det var før de patriarkalske religionene fikk makt over menneskesinnet og gjorde seksualitet til skam og mennesket til et syndig vesen.

De grunnleggende verdiene i Tantra vektlegger menneskets sanne natur som Kjærlighet og Gleder. Tantra fremhever mennesket som et Kjærlighetsvesen, som har fått tildelt vår vakre jord, en magisk kropp og seksualitet som hellige verktøy, for å kunne erfare Kjærlighetens livskunst. Det var slik Eva ønsket det, da hun forlot Paradis, kvinnen som vår religion omtaler som den største synderen av alle. Således finner du i Tantra en livsinnstilling som står i sterk kontrast til tradisjonell vestlig religion og kultur.

Tantra frembringer en økende Nærhet til livet, etter hvert som du åpner deg for Skjønnheten, Sanseligheten og Intimiteten i din hverdag, tre livskvaliteter som vi legger stor vekt på i Tantra. Å oppleve Skjønnhet, vekker sann Livsgleder. Å nyte gjennom Sansene, vekker Takknemligheten over livet. Nærheten til deg selv og Intimiteten til menneskene rundt deg, frembringer Meningen ved å være til.

Så hvorfor benytter vi oss ikke mer av disse tre formene for livsutfoldelse, når det viser seg at Skjønnhet, Sanselighet og Intimitet har en direkte innvirkning på helsen og selvfølelsen vår, på relasjonene vi omgir oss med, på seksualiteten og ikke minst på samfunnet vi skaper rundt oss?

Tantrisk Massasje er Veven som åpner deg for Kjærlighetens Livskunst

I Vesten oppfatter vi livets polariteter som motsetninger. Dermed fortrenger vi gjerne den ene av de to sidene. I Tantra er målet å få mann og kvinne, smerte og glede, aktivitet og passivitet, det hellige og det jordiske til å danse sammen. Og når de danser sammen, kalles energien for seksuell. Det samme gjelder i InnerLife Tantrisk Massasje. Ved å kombinere avspenning av kroppen, mens den subtile energien samtidig aktiviseres, får massøren polene til å smelte sammen, hvorpå energien kan stige fra underlivet opp til hjertet.

Gradvis kjenner du en dansende og stimulerende energi utfolde seg i din kropp. Omgitt av stillhet og terapeutens trygghet kan du nyte din egen tilværelse. I Tantrisk Massasje er det ingen som vil noe med din seksuelle energi, annet enn å tilføre deg nytelse. For noen oppleves det å komme inn i et Hellig rom i seg selv.

For mannen er tantrisk massasje en måte å flytte fokuset fra underlivet til hjertet, for å tillate den erotiske opplevelsen å gjelde hele kroppen din. Du skal ikke prestere eller erobre, men kun være deg selv for å erfare ditt eget indre.

For deg som kvinne får du under massasjen mulighet til å utforske hvordan du kan tillate den erotiske opplevelsen og nytelsen å virke i hele kroppen din, og etter hvert i livet ditt. Få kvinner kjenner tillatelsen til virkelig å nyte seg selv. Dermed har vi mistet tilgang til en rekke livskrefter som er unike for kvinnen.

Tantra er ingen religion, men en livsfilosofi som forklarer hvordan mennesket kan utvide sin bevissthet, ved å åpne seg for sin feminine intelligens, kalt EROS. Det er en kjærlighetsenergi som finnes i alle menneskers psyke, skjønt den virker på ulik måte i kvinner og menn.

Som kvinne blir du i Tantra kjent med verdigheten i «the Sacred feminine», som får deg til å innse at Livet på jorden er Hellig. Gradvis finner du tilbake til skjønnheten i ditt indre. Og du vil akseptere kroppen din som et vakkert verktøy, som du kan bruke til å bringe mannen i kontakt med hans hjerte.

Utdannelsen er lagt opp som en kontinuerlig prosess, hvor vi tar i bruk pust og meditasjon, energiøvelser, intuitiv persepsjon, indre bilder, drømmer, tantrisk massasje og ikke minst de nære samtalene og utveksling av metoder studentene imellom. Gjennom ni kurs former du en personlig prosess, som vil forandre på måten du virker i ditt eget liv.

Å utdanne deg til InnerLife Tantra Coach

Du som søker på denne utdannelsen, trenger å ha et sterkt ønske om å gå i dybden av deg selv. Og du trenger en god del erfaring med indre arbeid, selv om det ikke har vært av tantrisk art. Du må være i stand til å ta ansvar for din egen trening ved å følge den opp mellom hvert kurs.

Å utvikle deg til InnerLife Tantra-Coach er noe langt mer enn å lære en teknikk. Du kan heller ikke lese deg til det. Tantra er en livsinnstilling og en levemåte, kjent for sin store grad av åpenhet. Det er de ærlige og berørende menneskemøtene vi søker i Tantra. Det krever trening. Det fine er at denne form for trening foregår i din egen hverdag, uansett hvor du ferdes, hva enn du gjør eller hvem du er sammen med. Det er det kjærlige, åpne og aksepterende mennesket i deg, som skal få utvikle seg gjennom utdannelsen, idet du praktiserer Tantra som levemåte. Det vil virke inn på forholdet du har til din kropp og seksualitet, på selvfølelsen og dine livsvalg.

Når en klient kommer til InnerLife Tantra-Coaching, er det for å gjenfinne sin naturlige kjærlighetsevne og delvis for å lege fortidens sår og mindreverd i forhold til Seksualitet, Intimitet og Kjærlighet. Ifølge Tantra er det kun den oppadstigende, seksuelle energi i kroppen vår, som har potensialet til å helbrede slike sår. Her handler det ikke om sex, men at vi mennesker har et energifelt i og rundt kroppen, som er konstruert for å transformere bundet energi og omdanne den til en erotisk livskraft, Eros. Den seksuelle livsenergien bærer således Kjærlighetens kvaliteter i seg, som glede, berøring eller tilgivelse. Men for å frigi slike livskvaliteter, lærer du i Tantra at energien må behandles på en helt spesiell måte, både kroppslig og mentalt.

Tantra Coaching er en type veiledning som innebærer en stor grad av Nærvær mellom klient og coach. Dere mediterer sammen. Din klient lærer å forholde seg til at det finnes en potensielt, stigende, erotisk energi i kroppen. Det er viktig, fordi det er selve stigningen av energi som har potensialet i seg til å endre klientens holdning til seg selv og sitt eget liv. Av den grunn er det en fordel hvis en coach kan tilby Tantrisk Massasje under veiledningsforløpet, fordi massasjen gir en mer direkte opplevelse av den stigende energi i kroppen.

Enten Coaching foregår i form av meditasjon, som samtale eller du tilbyr energiarbeid og massasje på behandlingsbenk, kommer du nært inn på klientens forhold til intimitet. En Tantra Massør og Coach må kunne skille mellom den seksuelle energiens helbredende virkefelt og den seksualiserte energi. Hvis du tillater energien å gå over i det seksuelle, har du satt deg utenfor hensikten med Tantra. Etikk er således en viktig del av utdannelsen.

Å utdanne deg til InnerLife Tantra-massør er å oppleve Hellig Nytelse i din egen kropp for å Gi det videre til andre!

I InnerLife Tantrisk Massasje inviterer du klienten til en avslappende massasje, som gir nytelse, sensualitet og en opplevelse av en erotisk følelse i kroppen. Massasjen har også en stor grad av intimitet, hvor mottaker er naken og det masseres med olje. Massasjen er 100 % enveis fra giver til mottaker og foregår i dypt nærvær og respekt.

Tantrisk massasje er designet for å bli kjent med nytelsen i egen kropp gjennom sensuell berøring, pusteteknikker og massørens lange og meget sakte strøk over hele kroppen.

Det arbeides bevisst med den seksuelle energi, en subtil energi som stimuleres gjennom avspenning. Det medfører at klienten kan ta imot den erotiske intensiteten i sin kropp uten å gi den utløp, slik vi normalt er vant med seksuelt. Dermed kan energien løftes oppover i energisystemet mot hjerte-senteret. Det kan gi klienten en transcendent opplevelse, slik at en ser seg selv og livet i et utvidet perspektiv. Nettopp det er målet med Tantrisk Massasje.

*Tantra er et Kjærlighetsmøte i Nærvær, Skjønnhet og
Sanselighet. Uten ord. Uten krav. Uten begjær.
Ved å nærme oss hverandre, åpnes vi
for Sjelens sanne natur, Eros.*

Du lærer trinn for trinn å gi Tantrisk Massasje på en profesjonell og kjærlig måte. Det spesielle med Tantrisk massasje er at effekten som massasjen har på din klient, har den også på deg som massør. Når den erotiske energien stiger i klientens kropp, opplever du samtidig en intensitet i din kropp.

Når klienten møter sitt hjerte, skjer det en utvidelse i ditt indre, om enn på en litt annen måte. Slik kan to mennesker møtes på et sjelelig plan, selv om de ikke kjenner hverandre privat. Du møter klienten uten ord, uten begjær, uten krav. Begge to oppdager dere en ny måte å være til stede i dere selv og sammen med hverandre.

Du vil under utdannelsen bli bedt om å praktisere hjemme på partner og/eller venner, i tillegg til å utveksle med dine medstudenter, der du har mulighet for det. Det er også viktig at du sørger for å motta tantrisk massasje.

Dato og tema for kursene

På det første og siste kurset er det fremmøte kl. 18.00 onsdag kveld.
På de andre kursene velger du om du vil ankomme onsdag kveld mellom kl. 20 -21.00 eller torsdag morgen senest kl. 10.00.

Kurs 1. 9 – 12. september 2021. **Sofia – Visdomsgudinnen.**

Som den falne engel gir hun forklaring til den kvinnelige energikroppens funksjon og lovmessigheter.

Sofia er Maria og Maria Magdalena i ett – gir verdighet til din rolle som kvinne.

Kurs 2. 25 – 28. november 2021. **Den tantriske spiritualitet** i møte med 7 grunnprinsipper i Tantra.

Kurs 3. 27 – 30 januar 2022. **Fra skam til verdighet.**

Følelsenes illusjon, intelligens og livskraft.

Kurs 4. 24 – 27. mars 2022. **Den kvinnelige seksuelle energi,** dens indre polaritet og forvandling til Eros.

Kurs 5. 26 – 29. mai 2022. **Det skapende i det kvinnelige.**

Med «indre seende» som hennes veileder.

Kurs 6. 24 – 30. juli 2022. **Intimitetens vesen.**

Kvinnens sårbarhet – Sjelens nakenhet.

Sommerkurs fra søndag kl. 15.00 til lørdag kl. 17.00.

* Vi forbereder høstens praksis.

Kurs 7. 29. sept. – 2. oktober 2022. **Det åpne Livsrommet.**

Fra tradisjonell til eksistensiell seksualitet.

Parforholdets polaritet og alkymi (uavhengig av legning).

Kurs 8. 1 – 4. desember 2022. **Bevissthetsutvidelsen.**

Livets fruktbare Vev – et Hellig Liv.

Kurs 9. 25 – 29. JANUAR 2023. **Oppsummering - avslutning.**

*** Dersom du vil gå ut i praksis,**

vil det skje etter sommerkurset og foregå gjennom høsten.

*Vi gjør oppmerksom på at denne type utdanning
ikke gir noen form for offisiell godkjenning.*

Temaer som blir dekket av nettkurset til Shalini:

Sjelens 12 virkemåter i Tantra

1. Video/webinar: «Din indre og ytre virkelighet»

Livssyklus: Speiling og berøring frigjør avstanden mellom oss

2. Video/webinar: «Den erotiske Livskraftens Skjønnhet og Verdighet»

Livssyklus: Innrømmelse frigjør skam, gir Verdighet

3. Video/webinar: «Et åpent, Intuitivt sinn»

Livssyklus: Ærlighet og Troverdighet – Samvittighet som veileder

4. Video/webinar: «Kreativ Livskunst – kreativ Galskap»

Livssyklus: Synlighet - å gå ut av komfortsonen

5. Video/webinar: «Synkronisitet og Livets magiske Vev»

Livssyklus: Indre seende - Nærvær. Fokus. Vidsyn

6. Video/webinar: «Åpne indre Dører – gi slipp på frykten»

Livssyklus: Løsrivelse - Frigjøring – Forvandling

7. Video/webinar: «Hjertets spirituelle Oppvåkning»

Livssyklus: Villighet - Vennlighet – Varsomhet

8. Video/webinar: «Den seksuelle energiens indre Polaritet»

Livssyklus: Å skape Samspill og Bevegelse der det er forskjellighet

9. Video/webinar: «Den eksistensielle Seksualiteten»

Livssyklus: Eros - Intimitetens vesen og de fire sanne Gleder.

10. Video/webinar: «Forankret i Livets Hellige Vev»

Livssyklus: Mottagelighet for Jordens og Sjelens utallige Gaver

11. Video/webinar: «En fredfylt verden formes i en fredfylt Sjæl»

Livssyklus: Dynamisk lederskap gir sosiale Livsrom

12. Video/webinar: «Menneskeverdet - Livets Lys»

Livssyklus: Å tenne et Lys i ethvert menneskes sinn.



*En Tantra Coach
praktiserer Tantra som levemåte
for å gi det videre til andre.*

*Det gode er at din praksis
foregår i din egen hverdag,
overalt hvor du ferdes
blant mennesker.*

Kort om Sjelens tolv virkemåter i Tantra

Innenfor huden vår ligger et lysende energifelt, som i Tantra beskrives som Sjelens energikropp. Den består av en rekke energimønstre, hvor hvert mønster gir impulser til ulike livskvaliteter. Kjærlighet, Åpenhet og indre Glede er eksempler på slike kvaliteter. For at en livskvalitet skal være virksom i deg og meg, er det nødvendig at vi praktiserer en bestemt holdning, som er forbundet med hvert enkelt livsmønster.

Når vi fra kulturens side lærer å tenke om oss selv og livet på måter som er i konflikt med livskvalitetenes holdninger, vil den enkelte livskvalitet bli liggende på vent og den vil være utenfor sinnets oppfattelse. Skam, fortielse, manglende aksept, det å konkurrere, avvise eller å sammenligne deg med andre, *er holdninger som blokkerer* Sjelens energimønstre. Da blokkeres samtidig livskvaliteten, som ellers ville ha vært aktiv, hvis energimønsteret hadde hatt fritt spillerom.

Det er her de 12 nøklene til spirituell oppvåkning kommer inn, som alle er en del av pensum under utdannelsen. Hver nøkkel representerer en holdning som du vil trene på å integrere i ditt daglige liv, for at den tilsvarende livskvaliteten skal ta bolig i ditt sinn. Gjennom studiet får du hver måned tilsendt en video, et webinaropptak og et veiledningshefte, som forklarer den enkelte Nøkkel med tilhørende praksis. En torsdag i måneden møtes vi på Zoom og utveksler erfaringer.

Nettkurset er inkludert i kursavgiften, men du betaler kr. 200, - pr. Zoom-møte.

Kanskje har du allerede fulgt nettkurset «De 12 Nøkler» og dette materialet er ikke nytt for deg. Da vil du benytte det til repetisjon. Min erfaring er at hver gang du åpner deg for denne kunnskapen, forstår du mer. Se på ide 8 for temaene som gjelder for hver Nøkkel.

Etter hvert som du integrerer Sjelens holdninger, for eks. ærlighet eller mer synlighet, får det en bestemt VIRKNING på deg, men også på dine omgivelser. Derfor omtaler vi de tolv Nøkklene som Sjelens 12 VIRKEMÅTER. Hver virkemåte har til hensikt frembringe en mer kjærlighetsfylt innstilling til livet, for at du skal coache den videre til andre.

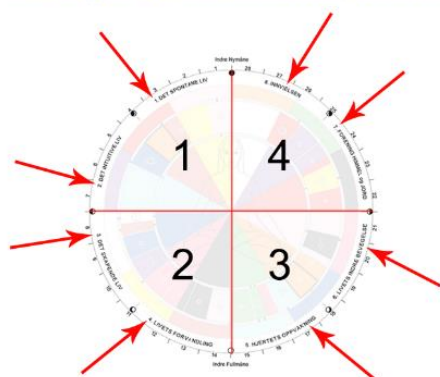
Pensum: Auragrammet - din indre Livssyklus

©»Auragrammet – din indre Livssyklus » er utarbeidet av Shalini Lind, for at du skal gjenoppdage deg selv som et Kjærlighetsvesen og erfare livet på Jorden som Hellig.

Din indre Livssyklus er en 28 dagers syklus som foregår i energikroppen din. Den er delt opp i fire kvadranter, hvor hver kvadrant tilsvarer det man i Tantra omtaler som de tre initieringer og dåpen som er den fjerde fasen.

Denne firedelingen var i oldtiden basert på månens åtte faser, som representerte åtte psykiske livsprosesser med to månefaser i hver kvadrant. Blant de tidlig kristne, Gnostikerne, benyttet man også denne form for firedeling i sin lære om den indre veien til Kristus eller Gnosis. Således bygger «Auragrammet – din indre Livssyklus» på en indre viten kjent i utallige kulturer, alt fra oldtidens Hinduisme, Faraoenes Egypt og Jødedom før fariseernes tid, til Maya-kulturen, Minoiske Kreta og antikkens Hellas.

Din indre Livssyklus består av 4 kvadranter som utgjør 8 månefaser/Livsprosesser



Hver av de 28 døgnene i din syklus består av forskjellige energimønstre, som alle er unike for deg. Hver natt sendes det inn forskjellig grad av lysintensitet i energikroppen din. Det at hver av de 28 døgnene mottar ulik grad av lys, slik vi også ser at månen mottar ulik grad av sollys, fører til at kroppen din fra dag til dag oppleves forskjellig.

I møte mellom ulik innstråling av lys og dagens energimønstre, aktiviseres forskjellige følelser og holdninger i deg. Derfor møter du, psykisk sett, hver enkelt dag på forskjellig måte. Ved å studere din egen Livssyklus fra dag til dag, måned etter måned, kanskje år etter år, vil du etter hvert forstå hvor din Sjel ønsker å føre deg på din reise i denne fysiske verden.

Studiepakken består av et grafisk kart, satt opp etter ditt fødselstidspunkt. I tillegg følger en undervisningsvideo med tilhørende veiledningshefte, som forklarer oppbyggingen av Auragrammet (som er selve kartet) og hvordan du kan forholde deg til din indre syklus, (som en del av energikroppen din). En årlig kalender, også utberegnet etter ditt fødselstidspunkt, forteller deg hvilket energimønster du er påvirket av fra dag til dag i din månedlige syklus.

Pris for studiepakken er kr. 1.550,- inkl. porto og kan bestilles fra nettsiden vår. Se video om Auragrammet eller les mer på nettsiden: www.InnerLifeTantra.no Du kan gjerne vente med å kjøpe det til utdannelsen har begynt.



*Berøring av huden
er en dyp kommunikasjon uten ord.
Når vi tar på hverandre, fjernes
den usynlige avstanden mellom oss.
I selv handlingen av å berøre,
blir vi selv berørt!*

Shalini Lind

For å søke på utdannelsen:

- **Du trenger å vite at du kan sette av tiden til å delta på alle 9 kursene**, alle dagene og hele den oppsatte tiden. Hvert kurs har sitt eget tema, som ikke vil bli repetert. Derfor vil du ikke gå glipp av noen av kursene, uten at det er absolutt helt nødvendig.
- **Du melder deg på hele utdannelsen** og plikter å overholde betaling av depositum og månedlige avdrag. Ved fravær gis ingen kompensasjon.
- **Du trenger å utveksle Tantrisk Massasje og Coach-sesjoner mellom kurs.** Du trener enten på medstudenter eller på bekjente.
- **Du gir deg selv gaven å motta en Tantrisk Massasje, hvis mulig et par ganger mellom hvert kurs**, enten fra en medstudent eller en profesjonell InnerLife Tantra-massør.
- **Du vil til daglig følge «Din indre Livssyklus» og praktisere månedens Nøkkel.** Vi anbefaler at du legger opp til en viss meditasjonspraksis.
- **Du trenger å ha en god fysisk og psykisk helse.** Hvis du er usikker på hva det innebærer, be om en samtale med Shalini Lind.
- **Ønsker du å bli sertifisert InnerLifeTantra Massør og/eller Coach**, må du i løpet av høsten 2022 ut i praksis, hvor du gir minimum 20 massasje og 20 Coach-sesjoner til ukjente. Du kan velge å bli godkjent kun som Coach, kun som massør eller begge deler. Under praksis tar du halv pris pr. sesjon.
- **I forbindelse med din praksis får du i oppgave å skrive en rapport** om ditt arbeid med klienter. Denne oppgaven gjøres gjerne som gruppearbeid.



Sted: Kursene holdes i vakre og rolige omgivelser på Bjørk Kursgård med full kost og losji i fire døgn. Her er en varm og god atmosfære, mye omtanke, rolige omgivelser, god og sunn mat.

Adresse: Løkenveien. 79. 2344 Ilseng. Det er lett å ankomme Ilseng for våre deltagere, som kommer fra hele Norge. Vi holder til 15 min. syd for Hamar, en times kjøring fra Ikea/Oslo, og 45 min. med tog nordover fra Gardermoen.



Shalini Lind er hovedlærer, men assisteres på utdannelsen av Tantra-massører. Shalini har vært daglig leder og lærer på InnerLife-Akademiet, tidligere ArunA siden 1985. Hun har betydelig erfaring innen personlig og spirituell utvikling. Som gründer og forfatter har hun utviklet InnerLife-konseptet, hvor hun i 20 år tilbød en fireårig spirituell terapeut-utdanning. De siste 7 årene har hun kun fordypet seg i den Tantriske Livsvisdom og tilbyr nå fordypningsgrupper i Tantra for kvinner og menn, i tillegg til utdannelsen i Tantra Massasje og Coaching.

www.InnerLifeTantra.no

FB: Tantrisk Visdom. YouTube: Shalini Lind



Pris, sted, påmelding og betaling

Møtetider: På det første kurset er det fremmøte kl. 18.00 onsdag kveld.

På de neste kursene velger du selv om du vil ankomme onsdag kveld mellom kl. 20 -21.00 eller torsdag morgen senest kl. 10.00

Kursene avsluttes kl. 17.30. Tog til Gardermoen kl. 18.15.

Sommerkurset har andre tidspunkter.

Det er beregnet ca. 9 uker mellom hvert kurs.

Andre opptaksfrist er 1. juni 2021.

Send inn eget søknadskjema som du finner en lenke til på nettsiden vår:

www.InnerLife.no. Du får svar på din søknad innen to uker etter søknadsfrist.

PRIS for utdannelsen: kr. 52.250,-

kr. 1.375,- pr. kursdøgn inkl. full kost og losji, til sammen 38 kursdøgn.

Etter å ha fått godkjent kursplass, betales bindende depositum kr. 5250,-

Resterende kursavgift kr. 47.000,- betales i form av 20 månedlige avdrag

å kr. 2.350,- fra 15. juli 2021 til og med 15. februar 2023. Ønsker du å betale fra mai måned, for å få ned det månedlige avdraget, eller betale en litt større sum underveis, kan du ta det opp med kontoret vårt: post@innerlife.no

Kursbekreftelse med praktisk info sendes etter mottatt depositum.

Avtale: I tillegg mottar du en avtale hvor du underskriver på at du er innforstått med de økonomiske og praktiske betingelsene for utdannelsen.

Ved avmelding beholder InnerLife kr. 2000, i administrasjonsutgifter.

Ved avmelding senere enn 4 uker før kursstart, beholdes hele depositum. Ved avmelding i løpet av utdannelsen, beholdes betaling for gjennomført kurs + dep.

Forbehold: Vi tar forbehold om kursstart, hvis Covid19 ikke er under kontroll. Hvis det skjer, vil deler av kurs 1 bli gjort digitalt, mens en del vil bli lagt til senere kurs. Evt. må start for utdannelsen bli flyttet til datoen for kurs 2.

Vaksine: Fordi hvert kurs innebærer nærkontakt innenfor en meters avstand, inkludert kroppsmassasje og vi ikke vet hvor lenge Covid19 varer, er det en absolutt fordel om du er vaksinert. Hvis ikke, trenger du før første kurs å teste deg 5 dager før og holde «karantene» fra du er testet til du kommer på kurs.