



# Parkurs

i Tantrisk Massasje og Livsvisdom

12 - 15. januar (fulltegnet)

Ekstra: 23 - 26. februar.

Intimitet og Berøring

«Fra sjel til sjel og hud mot hud»

En romantisk helg for dere to!



# Intimitet og Berøring fra sjel til sjel og hud mot hud

Tantra er Kjærlighetens og Gledens livskunst som dere sammen får et innblikk i og kan dele med hverandre gjennom denne helgen.

Ved å gi oppmerksomhet til det 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 litt mer 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 kjenne friheten til å nyte.

Det å ha tid nok til hverandre på denne måten, er også sårbart. Lengsel og savn, sjenanse og usikkerhet kan komme frem, selv etter mange års samvær. Derfor blir det satt av tid til små samtaler dere i mellom, men noe parterapi er ikke dette kurset.

I InnerLifeTantra praktiserer vi «de fire sanne 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 bringe disse tre formene for nytelse inn i egen hverdag, er en del av forberedelsen til å ta hverandre imot seksuelt i det vi kaller «Hellig sex - Hellig nytelse».

Dette er ikke et kurs i tradisjonell seksualitet og det er ingen aktiv sex under kurset. Dere får lære om de syv trinnene i «Hellig sex - Hellig nytelse». Det tar dere med hjem og lar dere inspirere av til å skape et nytt rom for deres seksuelle møter.

**Torsdag kveld 18.00 - søndag 16.00**

Med Shalini Lind, assistert av Øivinn Øi.

Kurset er inkludert full kost og losji.





## InnerLife Tantrisk Massasje

I Tantra er menneskets erotisk livskraft en vitaliserende energi for kropp og sjel. Det handler ikke om sex, men om en sanselig form for kjærlighet. I den tantriske massasjen trener vi på å bevare den erotiske følelsen i kroppen, slik at den kan stimulere til sensualitet, nærvær, og giverglede.

Vi lærer hvordan den erotiske livskraften kan stige fra Sacrum til hjertet, adskilt fra seksuelle fantasier og begjær. Ved å åpne oss på denne måten når vi gir massasje, fjernes en usynlig avstand mellom vår egen kropp og sjel. Det åpner for en ny form for intimitet i relasjonen vi har til andre mennesker, og ikke minst til vår partner.

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 kan være deg selv uten å prestere eller erobre.

For deg som kvinne er tantrisk massasje en måte å oppdage hvordan du fullt og helt kan motta nytelse. Det er ingen som vil noe med din seksuelle energi. Nyttelsen er for deg alene. Da vil du erfare at det er du som åpner deg seksuelt og på en helt ny måte.

Når dere kommer hjem, vil dere fortsette å gi hverandre tantrisk massasje. Etter hvert vil dere skjelve, når intimiteten er en erotisk lek og når dere vil bringe den inn i det seksuelle.



Datoer: 12 – 15. januar eller 23 – 26. februar.

Kurset holdes i vakre og rolige omgivelser på Bjørk Kursgård: Løkenvegen 79. 2344 Ilseng ligger 15 min. å kjøre syd for Hamar og en times kjøring fra Ikea Furuset, Oslo. 45 minutter med tog fra Gardermoen.

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

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

Pris kr 4.800,- pr person.

Kurset innbefatter full kost og losji, inspirerende undervisning, en varm og god atmosfære, vakre og rolige omgivelser og god mat.

Dere drar hjem og har lært å gi hverandre en berørende massasje, som dere fortsetter å utvikle videre. Max 8 par.

Den totale kursavgiften kan om ønskelig betales som 4 mnd. avdrag á kr. 2000,- fra måneden etter betalt depositum.

Ved påmelding betales bindende depositum kr. 800,- pr. person.

Du mottar kursbekreftelse og en epost med en betalingslink.

Påmelding gjelder når depositum er innbetalt.

Resterende kursavgift kr. 4.000 pr. person betales senest 01.12.22

NB! Depositum tilbakebetales ikke ved avmelding etter 01.12.22

Ved avmelding før 01.12 beholder vi kr. 400,- pr. person i admin. gebyr.

**Påmelding:**

**[www.InnerLifeTantra.no](http://www.InnerLifeTantra.no)**